



Universidade do Estado do Rio de Janeiro

Centro Biomédico

Instituto de Nutrição

Mariana Fernandes Brito de Oliveira

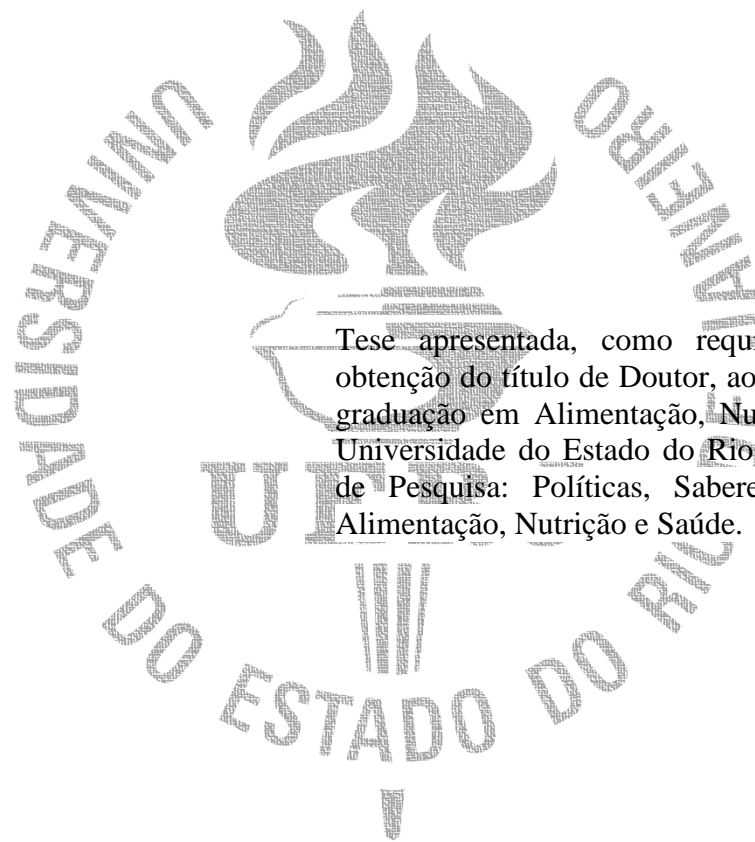
**Autonomia culinária:
desenvolvimento de um novo conceito**

Rio de Janeiro

2018

Mariana Fernandes Brito de Oliveira

Autonomia culinária: desenvolvimento de um novo conceito



Tese apresentada, como requisito parcial para obtenção do título de Doutor, ao Programa de Pós-graduação em Alimentação, Nutrição e Saúde da Universidade do Estado do Rio de Janeiro. Linha de Pesquisa: Políticas, Saberes e Práticas em Alimentação, Nutrição e Saúde.

Orientadora: Inês Rugani Ribeiro de Castro

Rio de Janeiro

2018

CATALOGAÇÃO NA FONTE
UERJ/REDE SIRIUS/BIBLIOTECA CEH/A,

O48 Oliveira, Mariana Fernandes Brito de
Autonomia culinária : desenvolvimento de um novo conceito / Mariana
Fernandes Brito de Oliveira. - 2018.
155 f.

Orientadora: Inês Rugani Ribeiro de Castro.
Tese (Mestrado) - Universidade do Estado do Rio de Janeiro,
Instituto de Nutrição.

1. Nutrição - Teses. 2. Alimentação - Teses. 3. Culinária - Teses. I.
Castro, Inês Rugani Ribeiro de. II. Universidade do Estado do Rio de
Janeiro. Instituto de Nutrição. III. Título.

CDU 612.39

Autorizo, apenas para fins acadêmicos e científicos, a reprodução total ou parcial desta tese,
desde que citada a fonte.

Assinatura

Data

Mariana Fernandes Brito de Oliveira

Autonomia culinária: desenvolvimento de um novo conceito

Tese apresentada, como requisito parcial para obtenção do título de Doutor, ao Programa de Pós-graduação em Alimentação, Nutrição e Saúde da Universidade do Estado do Rio de Janeiro. Linha de Pesquisa: Políticas, Saberes e Práticas em Alimentação, Nutrição e Saúde.

Aprovada em 30 de outubro de 2018

Banca examinadora:

Prof^a. Dr^a. Inês Rugani Ribeiro de Castro (orientadora)
Instituto de Nutrição – UERJ

Prof^a. Dr^a. Jorginete de Jesus Damiano Trevisani
Instituto de Nutrição – UERJ

Prof^a. Dr^a. Letícia de Oliveira Cardoso
Escola Nacional de Saúde Pública Sérgio Arouca – Fiocruz

Prof. Dr. Leonardo Alves Corrêa
Universidade Federal do Rio de Janeiro – UFRJ

Prof. Dr^a. Rosa Wanda Diez Garcia
Faculdade de Medicina de Ribeirão Preto – USP

Rio de Janeiro

2018

DEDICATÓRIA

Dedico estas páginas à minha amada filha Mel,
que mudou os rumos da minha vida e deste trabalho.

AGRADECIMENTO

Ao Thiago Laender, meu marido, pai do amor da minha vida, parceiro, incentivador, cobaia e melhor amigo. Sem você eu não chegaria até aqui, pois precisei “sair de cena” muitas vezes nesses dois intensos anos e você sempre, sempre esteve ali nos representando. Entramos e saímos juntos das experiências mais difíceis de nossas vidas. Você é meu orgulho e “minha água no deserto”. Essa conquista é nossa!

À Inês Rugani, a melhor orientadora que eu poderia ter tido. Rápida, precisa e amorosa. Com a segurança e sensibilidade típicas daquelas pessoas que amam o que fazem, você incendiou minha criatividade sem me deixar perder o caminho. Obrigada por ter me orientado em cada passo e também por ter me ensinado na prática a ser uma orientadora respeitosa e amiga. Você é um divisor de águas na vida de muita gente, na minha não foi diferente. Foi um privilégio te ter tão perto nesses últimos anos.

Aos especialistas consultados, por terem participado de importantes etapas do meu estudo. Essas páginas são fruto do nosso trabalho em conjunto. Sou extremamente grata pela doação de vocês, que acredito ter contribuído para avançarmos no tema da culinária e sua interface com a saúde coletiva.

Às minhas avós e tia Lygia, cujos ensinamentos de culinária jamais esquecerei. Não mexer o arroz branco enquanto cozinha e deixar o pirão “desgarrar” da panela antes de servir são alguns deles. Foram cozinheiras do dia a dia e mulheres de muita sabedoria.

Aos meus pais, Terezinha e Charles, por terem me criado para ser segura e por se emocionarem verdadeiramente com minhas conquistas ao longo da vida. Isso me tornou forte. Por não me mandarem fazer dever de casa na época em que preferia ficar cozinhando o dia todo. Foi ali que minha carreira começou e acho que sabiam disso.

Às minhas irmãs, Lisis e Clara, pela amizade verdadeira e por serem tão apreciadoras da minha comida. Isso reforçou meus laços com a culinária desde a infância.

Às minhas amigas, Ainá Innocêncio, Camilla Medeiros, Carla Martins, Gabi Morgado, Luciana Bragae Rute Costa, pela força e torcida de sempre e por acreditarem tanto em mim. Vocês são amigas que fazem toda diferença.

Aos meus colegas de trabalho, especialmente Gilson Jr., Mônica Sant Anna e Simone Boekel, pela generosidade em concordarem com meu pedido de licença para realizar parte do doutorado. Ela foi essencial para o mergulho profundo que dei neste tempo. Volto à superfície com outra pele.

Aos professores que atravessaram e que atravessam a minha vida, pelos conhecimentos e por terem me incentivado, e ainda me incentivarem, a escolher e a continuar na profissão que me faz tão feliz e realizada. Especialmente aos professores da UFRJ, a casa onde tenho imenso orgulho de trabalhar e me desenvolver diariamente.

Aos meus alunos, por fazerem meus olhos continuarem a brilhar quando encontram os de vocês. Me encanta profundamente saber que tenho a possibilidade de inspirar pessoas através da minha profissão.

À banca, por gentilmente aceitar o desafio de avaliar um tema pioneiro e interdisciplinar.

Ao programa de pós-graduação em Alimentação, Nutrição e Saúde do INU (UERJ), por me apresentar uma Nutrição tão diferente de tudo que eu havia tido contato até então e pela compreensão e suporte nos momentos difíceis que atravessaram os anos de doutorado. A UERJ se tornou uma casa onde me sinto muito bem recebida e com sorte por frequentar. Sua resistência resultou, dentre tantas coisas, em mais uma estudante muito grata e admiradora dos profissionais desta brava casa. #UERJRESISTE

Por fim, não se trata de um agradecimento, já que este foi e é feito muito mais na esfera da intimidade que na pública, mas de um *reconhecimento* de que não chegaria até aqui se não fosse pelos desígnios de Deus. Reconheço que recebi muita intuição e força para o desenvolvimento deste trabalho, que espero ser de grande ajuda para a população brasileira, especialmente para os mais vulneráveis.

A liberdade jamais é dada pelo opressor,
ela tem que ser conquistada pelo oprimido.

A verdadeira paz não é somente a ausência de tensão, é a
presença de justiça.

Martin Luther King Jr.

RESUMO

OLIVEIRA, M.F.B. *Autonomia culinária* : desenvolvimento de um novo conceito. 2018. 155 f. Tese (Doutorado em Alimentação, Nutrição e Saúde) – Instituto de Nutrição, Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2018.

A autonomia culinária (AC) é um constructo novo, ainda não trabalhado na literatura científica e que aproxima as discussões de saúde coletiva, alimentação saudável, empoderamento e habilidades culinárias desenvolvidas no contexto doméstico. Logo, este trabalho teve como objetivo desenvolver o conceito de autonomia culinária. Trata-se de um estudo teórico-conceitual dividido em três fases: elaboração conceitual, consulta a painel de especialistas e validação de conteúdo. A base teórica da AC foi desenvolvida por meio de ampla revisão bibliográfica. Um mapa conceitual de habilidades culinárias e um quadro de definições com exemplos foram elaborados e subsidiaram a construção do modelo conceitual de autonomia culinária (MCAC). Ao todo, 28 especialistas, sendo 25 brasileiros e três estrangeiros, opinaram sobre esses materiais em duas oficinas presenciais, três consultas por e-mail, cinco entrevistas individuais e uma roda de conversa. Toró de ideias, discussões em grupo e entrevista semiestruturada foram algumas das técnicas utilizadas. A validação de conteúdo foi feita com 10 dos 28 especialistas, que opinaram, por meio de formulário eletrônico, quanto à relevância e à forma de escrita de cada componente do MCAC. Ajustes no MCAC foram feitos com base nas sugestões dos especialistas. No modelo proposto, a AC compreende elementos distribuídos em seis níveis: cronossistema (momento histórico em que vive o agente), macrossistema (valores culturais e políticos), exossistema (políticas públicas), mesossistema (interações entre os microssistemas), microssistema (ambiente onde se divide o mesmo fogão) e agente (indivíduo capaz de mudar seu ambiente alimentar). O MCAC evidencia, por meio dos componentes presentes no exossistema, o papel do Estado na AC. Neste nível, constam políticas públicas voltadas à seguridade social, à igualdade de raça e gênero, ao incentivo da culinária e da agricultura, e ao uso saudável do tempo. O exo e o macrossistema visam a expor teoricamente que a AC não é decorrente somente da ação individual, como ter habilidades culinárias, confiança e disposição para cozinhar, ou possuir cozinha com infraestrutura básica (microssistema). É, sim, decorrente da presença de componentes individuais em um contexto de acesso a oportunidades e de garantia de direitos fundamentais, permeados por valores (cronossistema) que favoreçam a AC. Para ilustrar a atuação do indivíduo e do Estado na conquista da AC, dois quadros trazem exemplos de ações que cabem ao agente e de ações políticas recomendadas. Quanto à validação de conteúdo, com exceção do “plantio e produção doméstica de alimentos”, todos os componentes do modelo foram considerados “altamente relevantes” ou “bastante relevantes” pelos especialistas. Conclui-se que a AC é a capacidade de pensar, decidir e agir para cozinhar refeições em casa usando majoritariamente alimentos *in natura* e minimamente processados, sob a influência das relações interpessoais, do ambiente, dos valores culturais, do acesso a oportunidades e da garantia de direitos. O modelo construído é uma contribuição ao estado da arte sobre culinária doméstica. Pioneiro na literatura mundial, ele oferece as bases conceituais para a construção de um instrumento de aferição da AC, importante para o desenvolvimento de pesquisas sobre o tema, e para ações de promoção da alimentação saudável e da segurança alimentar e nutricional.

Palavras-chave: Culinária. Autonomia. Habilidades Culinárias.

ABSTRACT

OLIVEIRA, M.F.B. *Cooking autonomy* : development of a new concept. 2018. 155 f. Tese (Doutorado em Alimentação, Nutrição e Saúde) – Instituto de Nutrição, Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2018.

Cooking autonomy (CA) is a new construct, not yet worked on the scientific literature and that approximates the discussions of collective health, healthy eating, empowerment and cooking skills developed in the domestic context. Therefore, this work aimed to develop the concept of cooking autonomy. It is a theoretical-conceptual study divided into three phases: conceptual elaboration, expert panel consult and content validity. The theoretical basis of CA was developed through a large bibliographical review. A conceptual map of cooking skills and a set of definitions with examples were elaborated and subsidized the construction of the conceptual model of cooking autonomy (CMCA). In all, 28 experts, including 25 Brazilian and 3 foreigners, gave an opinion on these materials in two face-to-face workshops, three e-mail consultations, five individual interviews and one talk round. Brainstorm, discussion groups and semi-structured interviews were some of the techniques used. The content validation was done with 10 of the 28 specialists, who decided, through an electronic form, about the relevance and the form of writing of each component of the CMCA. In the model, the CA comprises elements distributed in six levels: chronosystem (historical moment in which the agent lives), macrosystem (cultural and political values), exosistema (public policies), mesosystem (interactions between microsystems), microsystem (environment where the same stove is divided) and agent (individual capable of changing its food environment). The levels differ as to the degree of participation of the agent, who is the individual capable of intentionally changing his or her food environment. The CMCA shows, through the components present in the exosystem, the role of the State in the CA. At this level, there are public policies focused on social security, equality of race and gender, encouragement of cooking and agriculture, and healthy use of time. The exo and macrosystem aim to theoretically expose that CA is not only the result of individual action, such as having culinary skills, confidence and willingness to cook, or having a kitchen with basic infrastructure (microsystem). It is due to the presence of individual components in a context of access to opportunities and guarantee of fundamental rights, permeated by values (chronosystem) that favor CA. To illustrate the performance of the individual and the government in the conquest of CA, two tables provide examples of actions that fit the agent and recommended policy actions. Regarding content validation, with the exception of "domestic food production and planting", all components of the model were considered "highly relevant" by the experts. It is concluded that CA is the ability to think, decide and act to cook meals from scratch, influenced by interpersonal relations, environment, cultural values, access to opportunities and guarantee of rights. The built model is a contribution to the state of the art of domestic cooking. A pioneer in world literature, it provides the conceptual bases for building a CA tool, important for the development of research on the subject, and for actions to promote healthy eating and food and nutritional security.

Keywords: Cooking. Autonomy. Cooking Skills.

LISTA DE FIGURAS

Figura 1 -	Modelo conceitual sobre <i>food literacy</i> com base em revisão sistemática da literatura.....	28
Figura 2 -	Modelo conceitual elaborado com base na revisão de 38 estudos observacionais sobre determinantes e desfechos da culinária doméstica. Estudo sobre autonomia culinária, Rio de Janeiro, 2018.....	30
Figura 3 -	Modelo conceitual da relação entre agricultura, sistema alimentar, nutrição e saúde pública. Estudo sobre autonomia culinária, Rio de Janeiro, 2018.....	35
Figura 4 -	Diferentes representações visuais da teoria de Urie Bronfenbrenner. Estudo sobre autonomia culinária, Rio de Janeiro, 2018.....	70
Figura 5 -	Descrição das etapas de construção do modelo conceitual de autonomia culinária. Estudo sobre autonomia culinária, Rio de Janeiro, 2018.....	82
Figura 6 -	Versões do Mapa Conceitual de Habilidades Culinárias em diferentes fases do estudo. Estudo sobre autonomia culinária, Rio de Janeiro, 2018.....	90
Figura 7 -	Versão final do Mapa Conceitual de Habilidades Culinárias. Estudo sobre autonomia culinária, Rio de Janeiro, 2018.....	91
Figura 8 -	Versões do Modelo Conceitual de Autonomia Culinária em diferentes fases do estudo. Estudo sobre autonomia culinária, Rio de Janeiro, 2018.....	94
Figura 9 -	Versão final do Modelo Conceitual de Autonomia Culinária na posição horizontal. Estudo sobre autonomia culinária, Rio de Janeiro, 2018.....	98
Figura 10 -	Outras possibilidades de formato do Modelo Conceitual de Autonomia Culinária. Estudo sobre autonomia culinária, Rio de Janeiro, 2018.	99

LISTA DE QUADROS

Quadro 1 -	Características de instrumentos de avaliação de habilidades culinárias utilizados em estudos desenvolvidos entre os anos de 2011 e 2017. Estudo sobre autonomia culinária, Rio de Janeiro, 2018.....	40
Quadro 2 -	Conteúdo sobre culinária presente em 63 Guias Alimentares de diferentes países publicados entre 1991 e 2016. Estudo sobre autonomia culinária, Rio de Janeiro, 2018.....	43
Quadro 3 -	Perfil dos especialistas consultados em todas as etapas do estudo. Estudo sobre autonomia culinária, Rio de Janeiro, 2018.....	85
Quadro 4 -	Origem de cada componente do Modelo Teórico de Autonomia Culinária. Estudo sobre autonomia culinária, Rio de Janeiro, 2018.....	88
Quadro 5 -	Validação de conteúdo dos componentes do Modelo Conceitual de Autonomia Culinária. Estudo sobre autonomia culinária, Rio de Janeiro, 2018.....	100
Quadro 6 -	Definição dos componentes do modelo conceitual de autonomia culinária. Estudo sobre autonomia culinária, Rio de Janeiro, 2018.....	103
Quadro 7 -	Exemplos de práticas do agente para diferentes componentes do Modelo Conceitual de Autonomia Culinária. Estudo sobre autonomia culinária, Rio de Janeiro, 2018.....	105
Quadro 8 -	Ações políticas recomendadas para a Autonomia Culinária. Estudo sobre autonomia culinária, Rio de Janeiro, 2018.....	108

LISTA DE ABREVIATURA E SIGLAS

AC	Autonomia culinária
PIB	Produto Interno Bruto
FAO	Food and Agriculture Organization
HC	Habilidades culinárias
MCAC	Modelo conceitual de autonomia culinária
MCHC	Mapa conceitual de habilidades culinárias

SUMÁRIO

	INTRODUÇÃO	22
1	REFERENCIAL TEÓRICO	24
1.1	Culinária	24
1.1.1	<u>Barreiras e facilitadores da culinária doméstica</u>	29
1.1.2	<u>Culinária e sistemas alimentares</u>	32
1.1.3	<u>Habilidades culinárias</u>	37
1.1.4	<u>A culinária nos guias alimentares</u>	41
1.1.5	<u>Trabalho doméstico e gênero</u>	45
1.2	Autonomia	52
1.2.1	<u>Agency (agência humana)</u>	58
1.2.2	<u>A autonomia na abordagem das capacidades humanas</u>	61
1.2.3	<u>Abordagem da autonomia em documentos de saúde coletiva</u>	66
1.3	Modelo conceitual	68
1.3.1	<u>Teoria de Urie Bronfenbrenner</u>	69
2	JUSTIFICATIVA	71
3	OBJETIVO	73
3.1	Geral	73
4	MÉTODOS	74
4.1	Caracterização do estudo	74
4.2	Desenvolvimento do projeto	74
4.2.1	<u>Aspectos éticos</u>	83
4.2.2	<u>Financiamento do estudo</u>	83
5	RESULTADOS E DISCUSSÃO	84
5.1	Oficinas de especialistas	86
5.2	Entrevistas individuais, consulta por e-mail e roda de conversa	87
5.3	Os produtos desta tese	89
5.3.1	<u>Mapa conceitual de habilidades culinárias (MCHC)</u>	89
5.3.2	<u>Modelo conceitual de autonomia culinária (MCAC)</u>	93

5.3.3	<u>Quadro de definições e exemplos</u>	102
	CONCLUSÃO	120
	REFERÊNCIAS	122
	APÊNDICE A - Formulário de confirmação de participante na Oficina e Termo de confidencialidade e sigilo.....	144
	APÊNDICE B - Termo de consentimento livre e esclarecido.....	145
	APÊNDICE C - Programação da 1ª Oficina de Especialistas.....	146
	APÊNDICE D - Roteiro base para as entrevistas.....	147
	APÊNDICE E - Programação da 2ª Oficina de Especialistas.....	148
	APÊNDICE F - Formulário eletrônico utilizado para a etapa de validação de conteúdo.....	149
	APÊNDICE G - Registros da 1ª Oficina de Especialistas 17/01/18.....	151
	APÊNDICE H - Registros da 2ª Oficina de Especialistas 1705/18.....	152
	APÊNDICE I - Versão apresentada na 2ª Oficina de Especialistas.....	153
	ANEXO A - Aprovação no CEP UERJ - Hospital Universitário Pedro Ernesto	154
	ANEXO B - Aprovação no CEP UERJ - Campus Macaé.....	155

APRESENTAÇÃO

A apresentação deste trabalho se confunde com a história da minha vida, então vamos começar lá em 1993, quando eu tinha oito anos e cozinhei pela primeira vez. Em um dia especial daquele ano, passei a noite na casa da minha tia-avó Lygia, que era famosíssima por seu arroz branco feito com perfeição. Os familiares iam para casa dela só para comer arroz branco. E sim, era algo de outro mundo. Fabuloso. Depois de jantar na casa dela, voltei extasiada pela experiência que ainda está muito viva em minha memória. Talvez ali tenha surgido meu enorme amor pela culinária doméstica. A famosa preparação era feita só com arroz branco, bem lavado e deixado na peneira até secar, refogado com óleo e acrescido de sal. Três ingredientes e uma mágica! Ou seria técnica? Saber? Acúmulo de experiências? Paixão? Jeito? O fato é que era uma receita simples e que dizia muito sobre quem cozinava, pois sua complexidade estava na quantidade de água, na força do fogo, na hora exata em que a tampa entrava em cena e o momento em que o fogo saía dela. Até hoje acho sublime a comida simples que emociona.

Depois de toda essa sensação, que somente hoje, adulta, consigo descrever, cheguei em casa e “enxerguei” a cozinha. Foi a primeira vez, sem dúvida, que olhei para ela com olhar de quem quer usá-la. E, sem muito pensar, fui fazer aquela receita. Lembro-me de ligar para a tia Lygia às 23 horas para relatar minha experiência. Não tinha ficado igual ao arroz dela. Ao narrar meus passos, ela rapidamente descobriu meu “erro”: depois de lavar o arroz eu não o tinha deixado secar, havia refogado os grãos ainda molhados, talvez acelerada pela minha enorme vontade de prová-lo. Não, não tenho essa riqueza de detalhes de outros eventos no mesmo ano. Este foi um que marcou a minha vida, fez eco dentro de mim, e mais à frente eu entenderia o porquê.

Chego então a outro evento marcante na minha história e que igualmente me trouxe até aqui: a liberdade que meus pais me deram para cozinhar. Perceba que reproduzi a tal receita do arroz com oito anos e depois das 22h, e tudo bem! Meus pais não gostavam de cozinhar. Tenho pouquíssimas memórias deles na cozinha. No entanto, não sei se intencionalmente, para se livrarem desta tarefa, ou porque foram “encomendados” de forma certa para mim (eu fico com a última opção), mas a verdade é que me deixaram cozinhar desde sempre, sem limites, sem repressão. Gostavam de tudo que eu fazia e ainda construíram uma cozinha com uma enorme bancada, no terraço. Passei a maior parte da minha infância lá, cozinhando. Cozinava várias vezes em um só dia. Sempre sozinha. Hoje, quando relembro, concluo que estava estudando, entendendo como

"funcionava" cada alimento, as alterações que sofriam dependendo do tratamento que desse a eles. Eu simplesmente amava estar lá. Fazia feira todas as quartas-feiras e comprava tudo o que queria cozinhar. Assistia ao extinto programa "Note e anote", da Ana Maria Braga, todos os dias à tarde e reproduzia as receitas que aprendia lá. Mais uma vez: a culinária doméstica. Durante minhas tentativas, sempre tive a ajuda, na arrumação da bagunça e na limpeza da cozinha, da silenciosa e compreensiva Lúcia, que trabalhou como empregada doméstica por 20 anos em nossa casa.

Da infância eu dou um salto na história até o pré-vestibular. Tinha chegado à conclusão que queria estudar algo relacionado à comida. Como meus pais são formados pela UFRJ e minha irmã mais velha estudava na UFF, já estava dado como certo que tinha que estudar em uma universidade pública. Então, ao buscar os cursos que essas ofereciam, o mais próximo do que eu desejava, era o de Nutrição. Acredito que se naquela época eu tivesse a chance de estudar Gastronomia em uma universidade pública, para lá teria ido. Mas sorte a minha que não existia, pois é mesmo na Nutrição onde mora meu ofício. Escolhi a UFRJ e lá também fiz meu mestrado.

No entanto, antes mesmo do mestrado, me inscrevi no extinto curso de aperfeiçoamento em Gastronomia oferecido pela UNIRIO. Amava o curso de Nutrição, mas sentia falta da cozinha! Queria aprender mais sobre o cozinhar. Claro que aprendi nesse período, mas o que tirei de melhor dele foi o meu marido. Foi lá que nos conhecemos. Desde lá, nos separamos somente quando fui fazer um intercâmbio universitário em Portugal. Achei que estava indo só cursar algumas disciplinas na Universidade do Porto, mas foi bem mais que isso. Quando lá cheguei, concluí que me sobrava muito tempo livre, pois havia conseguido me inscrever somente em três disciplinas. Então, tive a ideia de entrar na Internet e buscar o e-mail dos melhores restaurantes do Porto. Enviei meu currículo para os três mais premiados. Um currículo que só tinha o curso da UNIRIO e uma rápida passagem pela cozinha do Carême Bistrô, da Chef Flávia Quaresma, que foi o prêmio de segundo lugar de um concurso onde cozinhei para um júri composto pelos 10 principais chefs do Rio de Janeiro, na época. Ou seja, nenhuma grande experiência. Essa ousada ideia deu certo e fui chamada para ser estagiária do restaurante Foz Velha, o chef era fã da Flávia Quaresma e quis saber mais sobre ela através de mim. Na cozinha, éramos quatro jovens e um senhor que lavava as louças. Todos com a mesma faixa etária. Além do Chef Marco Gomes. Que experiência! Durante o período em que lá estive, cozinhamos muitos menus de seis passos no restaurante, em eventos importantes e preparamos muitas vezes o *mise em place* para as

aulas que o chef ministrava na TV. Lá trabalhei em 2008, com equipamentos que só chegaram no Brasil anos depois. Aprendi sobre culinária portuguesa e gastronomia molecular. Mas o que ficou foi a certeza de que meu lugar não era no requinte de um “restaurante de classe”, mas na simplicidade do dia a dia. Aprecio e acho notável, mas não me agradava ficar horas fazendo lâminas perfeitas de batatas para montar *galletes* irretocáveis. Esta não era a cozinha que fazia eco em mim. Depois dali, percorri o caminho que escolhi com ainda mais certeza de onde pisava.

Ainda sobre a apresentação deste trabalho, no qual lanço luz sobre os eventos que me ajudaram a chegar até aqui, chegamos em Macaé, cidade onde em 2009 me tornei docente do curso de Nutrição da UFRJ-Macaé. Lá conheci colegas formidáveis, com os quais trabalho em prol da culinária. Destaco aqui minha colega de curso e amiga Rute Costa, que enquanto falávamos sobre a possibilidade de eu fazer doutorado, me recomendou falar com Inês, uma professora da UERJ, com a qual ela havia tido muita proximidade e que era “apaixonante” e “também apaixonada pela culinária”. Entrei em contato com ela e marcamos de nos falar pelo telefone. Deveria ser uma conversa rápida, de apresentação, para talvez marcarmos um encontro pessoalmente. Mas não foi necessário. Conversamos por longos minutos dividindo falas que se complementavam e fluíam. Eu tinha encontrado minha orientadora. Trocamos alguns e-mails sobre o projeto que eu concorreria no processo seletivo e finalmente nos conhecemos na inscrição. Ela passou por mim e eu tive certeza que era ela, mesmo nunca tendo a visto, nem por foto. Eu, uma pessoa tão curiosa, não busquei sua imagem. Talvez já soubesse que a reconheceria.

Iniciamos um projeto lindo de culinária nas escolas públicas, fizemos uma intervenção piloto, escrevemos um projeto de extensão na temática, ganhamos duas bolsistas, deu muito certo o projeto Sálvia. Parecia tudo ir bem no doutorado. Até que fui pega de surpresa, de verdade mesmo, por uma gravidez não planejada mas desejada. Tive uma gravidez tranquila até as 24h antes de a Mel nascer (sim, ela tinha que ter nome de comida!). Foi um parto de emergência. Até hoje escuto a anestesista falando carinhosamente no meu ouvido “que bom que você está aqui, mais dez minutos e vocês duas poderiam não estar mais”. Até aqui, minha história na culinária estava bem desenhada, vivi muitas experiências e me doe a aprender tudo que podia desde os oito anos. Minha “parte técnica” parecia estar preparada para o trabalho que apresento nas próximas páginas. No entanto, esse trabalho não diz respeito somente à parte técnica. A

outra parte dele nasce com a Mel. Por isso, dedico algumas linhas para esse outro importante evento: a chegada da Mel, minha filha mais que especial.

Como foi um parto de emergência, tive no primeiro lugar possível: um hospital público, que salvou nossas vidas, mas deixou marcas profundas. Havia me preparado durante toda a gestação para um parto natural com minha amiga de infância. Mas a vida me levou para outro caminho, e hoje entendo a riqueza dele. Sofri algumas violências no dia seguinte ao seu nascimento. Um capítulo de muita dor na minha vida, com lembranças tristes e de solidão extrema, já que não pude ter ao meu lado nenhum familiar. Porém, enquanto mulher com muitos privilégios, oriunda de classe média e com muitos confortos, me era apresentada pela primeira vez, a sensação de não ter liberdade, de não ter voz, de terem me tirado a dignidade ao ser deixada recém operada em um corredor com o rosto no sol. Eu experimentava pela primeira vez uma impotência indescritível. Que sensação dilacerante, triste, esmagadora.

Por falta de um tratamento adequado quando nasceu, Mel fez uma hipoglicemia aguda e vivenciou mais alguns outros acontecimentos que culminaram em um atraso do seu desenvolvimento motor. Vivi meu luto, todos desejam filhos saudáveis. Mas me reergui. E devido à Mel, fui apresentada a outro importante tema que veio a compor minha tese: a busca pela igualdade. Uma criança especial nos faz sair do que se imagina e chama de “padrão”, portanto, fomos para a margem. E estando marginalizados, nosso ponto de vista muda, vemos outros contornos. Enxergamos por outra perspectiva.

Depois de passada a tempestade, voltei a conversar com a Inês sobre o que fazer com aquele projeto de doutorado interrompido na metade e sem muita chance de retomar aos objetivos inicialmente traçados, que, para serem alcançados, eu precisaria me doar muito fisicamente, conduzir muitas oficinas de culinária e fazer inúmeras visitas às escolas. Neste novo formato da minha vida, levando Mel em terapias de segunda à sexta, precisávamos encontrar um projeto que eu desenvolvesse em casa. Essa foi a sugestão da minha amiga Inês, que a essa altura, já tinha ganhado toda minha admiração pela compreensão que teve com minha pouca disponibilidade.

Então demos início à caça de um novo tema, que se encaixasse na minha nova realidade. Em julho de 2016, Inês me apresentou ao tema “habilidades culinárias”. Nunca tinha ouvido falar sobre ele. Identifiquei-me! Falava sobre o cozinhar de uma forma mais ampla, não se referia somente à manipulação do alimento, mas também à organização e ao planejamento, à criatividade e ao uso dos sentidos do corpo. Como aquilo tudo fez sentido para mim! Li muito sobre e chegamos à ideia de construir um instrumento que

aferisse habilidades culinárias no âmbito doméstico. Havia buscado na literatura e não havia encontrado um instrumento que abordasse o conceito de habilidades culinárias da forma como eu a estava compreendendo. Este então foi o segundo projeto de doutorado. Segui estudando e a cada hora descobria algo a mais. Em um dos muitos dias em que fiquei no escritório da minha casa estudando, refleti que era importante, sim, conhecer as habilidades culinárias das pessoas, mas que isso era somente parte de um evento maior que é o “cozinhar em casa”. Tinha chegado à conclusão que, para a pessoa ter a liberdade de cozinhar em casa, ela precisava mais que só ter habilidades técnicas. Não se tratava somente do saber fazer. Dividi essa ideia com a Inês, que achou interessante, me indicou caminhos e me “apresentou” ao Amartya Sen.

Aí chegamos perto do fim. Pois ao ler os textos deste economista indiano e também conhecer o conceito de *food agency* desenvolvido por pesquisadores norte-americanos, foi como se todos os eventos da minha vida, que até então eram pontas soltas, se encontrassem e se entrelaçassem. A importância da culinária doméstica na minha vida, a sensação da falta de liberdade causada pela dor da impotência e a visceral vontade de viver em um mundo com menos desigualdades me fizeram chamar “aquilo” que estava surgindo na minha mente de “autonomia culinária”. Ali, então, nascia a vontade de falar sobre a culinária dentro de um contexto. Como uma prática que, para “existir”, precisava ter garantidas as liberdades individuais e estabelecida maior igualdade em diferentes aspectos da vida. Tratava-se de algo mais complexo que só saber cortar ou descascar.

A ideia inicial, que era só uma semente, cresceu e foi literalmente desenhada depois de muita ajuda recebida. Li textos de universos muito distintos, mas que me enriqueceram enquanto pesquisadora e cidadã. Tive a chance de conversar e conhecer pessoas muito generosas que, através de seus conhecimentos acumulados e do compartilhamento de suas reflexões, me auxiliaram a desenvolver um conceito novo, e assim cada vez mais eu confirmava a importância de ele ser debatido. Por fim, esse terceiro e último projeto de doutorado, no qual eu abri mão de conceber um instrumento de habilidades culinárias para aprofundar a elaboração do conceito de autonomia culinária durante dois anos, trata-se de um projeto de vida. Uma bandeira que pretendo carregar.

Esta tese é fruto de um trabalho em conjunto, da reunião dos saberes de muitas pessoas que, por amor à ciência e à saúde coletiva, acolheram este tema e me ajudaram a chegar até aqui. Sinto-me feliz por esses “ingredientes” que a vida me deu e que foram “cozidos” por muitas pessoas, terem resultado em páginas de um “sabor” novo.

Bom apetite. Ou melhor, boa leitura!

INTRODUÇÃO

A culinária pode ser definida de várias maneiras, das mais simples, como a de ser um conjunto de processamentos pelos quais passam os alimentos ou a arte de cozinhar, até as mais complexas, como a de ser compreendida como a interação do homem com seu ecossistema ou ser um objeto de análise química e nutricional (DIEZ-GARCIA; CASTRO, 2011). No contexto doméstico, a culinária é o reflexo dos costumes, das crenças, da disponibilidade de alimentos, bem como das habilidades culinárias aplicadas ao preparo das refeições caseiras (SHORT, 2006; LAVELLE, 2016; MILLS, 2017).

No entanto, nas últimas décadas, foram observadas mudanças nos modos de vida e nos padrões alimentares impulsionadas pela urbanização, pela globalização e pelo crescimento econômico, com impactos sobre a nutrição e a saúde das populações, com destaque para o aumento da obesidade e dos agravos a ela associados (MONTEIRO et al., 1995; POPKIN, 1999; HLPE, 2017). Este fenômeno, conhecido como transição nutricional, remete a outro, chamado “transição culinária”, que pode ser definido como o aumento no consumo de refeições prontas em detrimento daquelas preparadas em casa (LANG; CARAHER, 2001; MCGOWAN et al., 2015). O crescente consumo de alimentos prontos, observado no Brasil e em diversos países do mundo, pode acarretar na diminuição das habilidades culinárias, além de ser apontado como uma das causas da pandemia de obesidade e de outras doenças como diabetes e hipertensão (MONTEIRO et al., 2011; MENDONÇA et al., 2016; MENDONÇA et al., 2017; FIOLET et al., 2018). Assim como a queda observada no consumo de alimentos *in natura* ou minimamente processados, como arroz e feijão, carnes, leite e ovos, frutas e hortaliças, raízes e tubérculos causou redução na qualidade das dietas, o maior uso de ingredientes culinários como sal, óleo e açúcar, também teve impacto negativo na alimentação (MONTEIRO et al., 2011).

Frente a este cenário, no âmbito das políticas públicas brasileiras, a culinária vem sendo valorizada na promoção de práticas alimentares saudáveis, conforme anunciado no Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional (BRASIL, 2012) e no Guia Alimentar para a População Brasileira (BRASIL, 2014). Este último incentiva justamente a culinária doméstica, traz à tona o quanto é saudável preparar refeições partindo de alimentos *in natura*, resgata o valor do comer em família, de dedicar tempo às refeições, assim como sinaliza a importância de desenvolver, exercitar e partilhar habilidades

culinárias. Porém, esse grande destaque dado pelo Brasil à culinária ainda não é observado na maioria dos guias alimentares do mundo (FAO, 2017).

Atualmente, pautar a prática culinária nas discussões sobre alimentação saudável é essencial, já que ela está relacionada à melhor qualidade da dieta (CARAHER et al., 1999; SHORT, 2003a; WINKLER; TURRELL, 2009; ENGLER-STRINGER, 2010; REICKS et al., 2014; HARTMANN; DOHLE; SIEGRIST, 2013; LAVELLE et al., 2016; STEELE et al., 2017) e ao menor consumo de alimentos ultraprocessados (ENGLER-STRINGER, 2010; JONES, 2014; LAVELLE et al., 2016; MILLS et al., 2017), os quais são comprovadamente associados ao surgimento de diversas doenças (MONTEIRO et al., 2013; MONTEIRO et al., 2017; MENDONÇA et al., 2016; MENDONÇA et al., 2017; FIOLET et al., 2018) e ao enfraquecimento da cultura alimentar local (CANESQUI; GARCIA, 2005).

Deste modo, considerando a diminuição e a remodelação das práticas culinárias em casa e suas repercussões na saúde pública, são imprescindíveis estudos que procurem compreender de forma mais profunda a atual culinária doméstica, bem como o rol de fatores a ela associado. Atualmente, não há na ciência um conceito capaz de traduzir o protagonismo, a autonomia, o empoderamento dos indivíduos no preparo de suas refeições. Como forma de dar embasamento teórico para ações efetivas e ajustadas à realidade doméstica, é necessário ter instrumentos para captar informações sobre o tema.

Nesse contexto, o presente estudo tem como objetivo desenvolver um modelo conceitual de autonomia culinária.

1 REFERENCIAL TEÓRICO

1.1 Culinária

É pela culinária que os alimentos se tornam comestíveis, elegíveis, preferidos, selecionados e preparados (CANESQUI; GARCIA, 2005), assim como ganham significados e aspectos simbólicos, constituindo-se em recurso para a alimentação saudável (DAMATTA, 1987). Preparar o próprio alimento gera autonomia, já que amplia o conjunto de possibilidades dos indivíduos (DIEZ-GARCIA; CASTRO, 2010), e, por este motivo, promove-se a culinária como prática emancipatória (BRASIL, 2012). O tema da culinária vem sendo trabalhado por especialistas de diferentes áreas, suscitando debates e pesquisas nos campos da gastronomia, análise sensorial, gastrofísica (junção dos conhecimentos de psicologia e gastronomia), neurociência, antropologia e aspectos socioculturais da alimentação (SPENCE, 2017; HERCULANO-HOUZEL, 2016; POLLAN, 2008).

No contexto doméstico, a culinária é o reflexo dos costumes, das crenças, da disponibilidade de alimentos e de tempo, bem como das habilidades culinárias aplicadas ao preparo das refeições caseiras (SHORT, 2006). Antes de aprofundar este tema sob o olhar da ciência, vale introduzi-lo sob o olhar poético e cultural de alguns autores. Ao compreender a casa como “aquele lugar acolhedor e que cheira a comida” (SANTOS, 2005), onde “todos os caminhos levam à cozinha” (SHORT, 2003a) e o potencial transformador da presença do alimento, a ponto de “um bolo sobre a mesa, tornar a casa um lar” (LOBO, 2012), ampliam-se os significados e representações do comer em casa. O alimento que nutre não só o corpo, mas também as relações familiares, é exaltado por Gonzaguinha na canção “O preto que satisfaz”, composta em 1979, através do trecho: “Dez entre dez brasileiros preferem feijão. Esse sabor bem Brasil, verdadeiro fator de união da família. Faz mais feliz a mamãe, o papai, o filhinho e a filha.”

A culinária, que é representada por processos cheios de simbolismos, gera repercussões ao longo da vida. O que se come em casa durante a infância ocupa um espaço importante na memória gustativa, refletindo em escolhas alimentares na vida adulta (DA ROCHA LEAL et al., 2011; LASKA et al., 2012; KRAMER et al., 2012; LEECH et al., 2014; JONES et al., 2014). Lavelle e colaboradores (2016) observaram que pessoas que

aprendem a cozinhar na infância ou na adolescência, com a mãe ou com familiares, apresentam, com mais frequência, o hábito de cozinhar ao longo da vida e utilizam mais alimentos *in natura* que ultraprocessados. Observaram, ainda, que a indústria de alimentos encontrava menos resistência para o consumo entre mulheres que não tinham a memória do gosto da comida preparada por suas mães ou avós. Ainda na mesma pesquisa, foi visto que, quando a culinária havia sido apresentada às pessoas em tenra idade, ao se tornarem adultas, elas tendiam a investir significativamente mais tempo na cozinha, tinham maior interesse por alimentação saudável, consumiam menos produtos prontos e desperdiçavam menos alimentos quando comparadas às que aprenderam culinária após 18 anos de idade. Aqueles que haviam tido contato tardio com a culinária consumiam o dobro de produtos prontos quando comparados àqueles que haviam tido esse contato na infância ou na adolescência.

Apesar de sua importância, a culinária doméstica é um desafio para muitos, pois, diferentemente de restaurantes, que possuem inúmeros equipamentos e utensílios, além de profissionais ocupando todas as etapas do processo produtivo, na maioria das casas as pessoas cozinham e realizam atividades paralelas e desassociadas do preparo de alimentos, como atender a criança que chora, estender roupas, limpar o chão etc. Outro fator que agrega dificuldade é o fato de quem cozinha em casa muitas vezes executar sozinho o pré-preparo, o preparo e a limpeza dos utensílios (SHORT, 2006). Nesse sentido, Short (2003a), que fora cozinheira profissional e que, mais tarde, tornou-se a primeira autora a dar voz a um conceito mais abrangente de habilidades culinárias domésticas, para além de somente o emprego de técnicas mecânicas, compara o indivíduo que cozinha em casa à figura de um polvo, com inúmeras mãos em trabalho.

Tantas vezes, o silêncio e a concentração das pessoas que trabalham em uma cozinha profissional destoam por completo da realidade da cozinha doméstica, que se situa dentro de uma casa em que habitam pessoas normalmente com certa intimidade. Daí surge o questionamento de onde se encontra maior dificuldade, se na execução de pratos extremamente complexos e elaborados com perfeição, em condições ótimas de trabalho, ou se na preparação de uma macarronada para a família, com crianças chorando e com inúmeras interrupções (SHORT, 2006; SHORT, 2003a).

Ainda são poucas as pesquisas que se dedicam ao estudo do ambiente alimentar doméstico (MILLS et al., 2017), o qual é reconhecido como altamente complexo e fonte muito variada de alimentos (ENGLER-STRINGER et al., 2010). Daquilo que se sabe sobre este ambiente, recebe destaque a figura feminina ou a mãe, devido ao seu papel em

determinar a quantidade e a qualidade de alimentos que entram neste espaço, e por ser, geralmente, a pessoa mais atuante na cozinha, exercendo forte influência nos padrões alimentares domésticos (SHORT, 2006; ENGLER-STRINGER et al., 2010).

A importância da mãe que cozinha sobre as escolhas alimentares dos filhos foi observada também em um estudo conduzido em 2014 por pesquisadores na Irlanda do Norte, com uma amostra representativa de 1049 adultos com idade entre 20 e 60 anos. O estudo teve como objetivo saber onde e com quem os pesquisados aprenderam a cozinhar, e se essa habilidade tinha potencial de influenciar os hábitos alimentares. Por meio da aplicação de questionários, foi observado que a mãe era a principal fonte de aprendizagem em culinária e que aqueles que aprenderam apenas com base nesta fonte tiveram resultados significativamente melhores nas questões relativas aos hábitos alimentares quando comparados àqueles que não as tiveram como principal fonte. A pesquisa ainda destaca a importância de se aprenderem habilidades culinárias em uma idade precoce para maior absorção dos conteúdos e para se ter confiança em cozinhar (LAVELLE et al., 2016). Estudos anteriores também já citavam a mãe como a principal fonte de aprendizado em culinária (FUREY et al., 2000; MCLAUGHLIN; TARASUK; KREIGER, 2003; SHORT, 2006). Segundo Hartmann e colaboradores (2013), enquanto a mulher está mais envolvida diariamente na culinária doméstica, o homem cozinha mais em datas festivas ou por lazer, além de ocupar mais os espaços de gastronomia, onde a comida expressa mais arte e prazer se comparada às necessidades diárias (HARTMANN; DOHLE; SIEGRIST, 2013).

Em outros estudos, foi observado que, por serem mães e paisos principais responsáveis por elaborarem refeições em casa, há diminuição das atividades culinárias domésticas quando estes começam a enfrentar longas jornadas de trabalho fora do lar. A falta de tempo somada à falta de organização, de conhecimento e de habilidades culinárias, assim como fatores econômicos vêm sendo reiteradamente citados na literatura como as principais causas do consumo doméstico de alimentos ultraprocessados ou de conveniência (ENGLER-STRINGER, 2010; JONES, 2014; MILLS et al., 2017).

McLaughline colaboradores (2003) encontraram associação direta entre a preparação de alimentos e consumo de alimentação saudável em estudo realizado nos Estados Unidos envolvendo 153 mulheres de famílias em vulnerabilidade nutricional e com 97 famílias atendidas pelo Programa de Nutrição na Califórnia. Os participantes que apresentaram alimentação inadequada relataram elaborar menos preparações culinárias partindo de alimentos frescos e crus.

No Brasil, Martins e colaboradores (2013), por meio da análise de amostras representativas do conjunto de domicílios brasileiros situados em 11 áreas pesquisadas pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), em quatro períodos (março de 1987 a fevereiro de 1988, outubro de 1995 a setembro de 1996, junho de 2002 a julho de 2003 e maio de 2008 a maio de 2009), observaram que, com o passar dos anos, houve aumento relativo da participação de alimentos ultraprocessados na alimentação doméstica alimentos (de 20,8% para 25,4% das calorias entre 2002-2003 e 2008-2009) e redução da participação de alimentos *in natura* e de ingredientes culinários processados no mesmo período. A presença cada vez maior de produtos ultraprocessados nas casas ocorreu em todos os estratos de renda e em todas as regiões do país (MARTINS et al., 2013).

Este fenômeno vem sendo descrito na literatura internacional como *transição culinária*, que consiste no processo em que culturas inteiras experimentam mudanças fundamentais no padrão alimentar e nos tipos de competências necessárias para obter alimentos para casa, que serão dispostos sobre as mesas e, por fim, ingeridos (LANG; CARAHER, 2001; MCGOWAN et al., 2015). Sobre a industrialização parcial ou completa da refeição consumida em casa, em estudo realizado na Suíça em 2009 (BRUNNER; VAN DER HORST; SIEGRIST, 2010), por exemplo, o fator idade foi a única variável significativamente preditora de consumo de certos tipos de alimentos. Quanto mais idade o participante tinha, menor era o consumo de alimentos prontos e mais frequente era o preparo de refeições partindo de alimentos *in natura*.

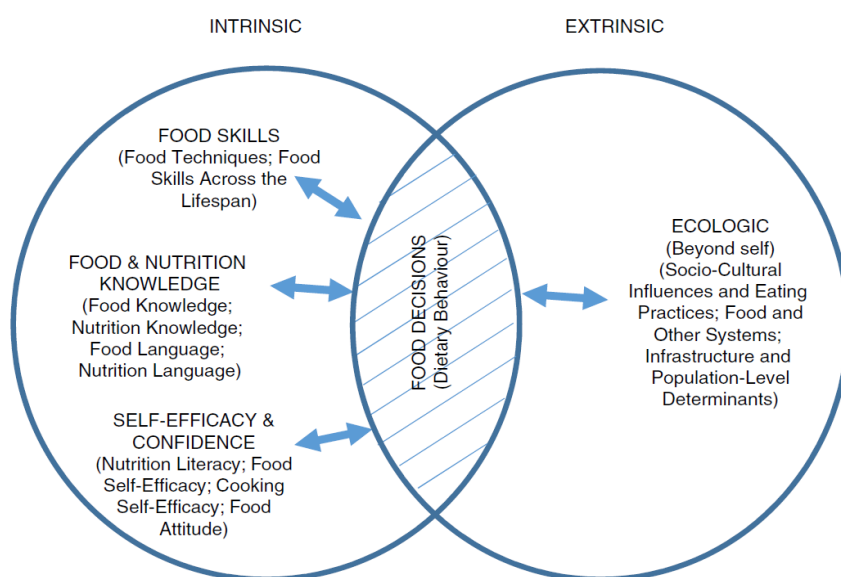
Com o aumento na quantidade de alimentos prontos para o consumo e de conveniência, os consumidores perdem o controle sobre os ingredientes consumidos e dependem da informação dada pela indústria de alimentos. Estabelece-se uma completa dissociação entre a produção de alimentos e seu consumo. Em outras palavras, quando o corpo e a mente não sabem concretizar a intenção (preparo de alimentos), transformando-a em ação, perde-se a capacidade definida como *food agency* (TRUBEK et al., 2017a), conceito que será abordado mais adiante.

O conhecimento sobre os elementos que compõem o ato de cozinhar integra um conceito maior intitulado *food literacy*, que está se difundindo na literatura. Tal conceito leva em conta as dimensões sociais e ambientais mais amplas do comer junto, associadas às habilidades de um indivíduo. Por exemplo, manter a qualidade da dieta pode ser um desafio ao se considerarem os diversos fatores do nível individual, doméstico e até mesmo do ambiente global. Aqueles considerados como "letrados em alimentos" têm as habilidades e capacidades para revisar e adaptar sua dieta e fontes de alimentos em

resposta a mudanças impostas pela vida moderna a fim de manter a qualidade da dieta (VIDGEN; GALLEGOS, 2014).

Com base em revisão sistemática da literatura, Perry e colaboradores (2017) desenvolveram um modelo conceitual sobre *food literacy*, considerando os achados encontrados em 30 estudos. O modelo retrata as dimensões individuais e coletivas sobre as decisões alimentares (comportamento alimentar), conforme observado na figura a seguir:

Figura 1 - Modelo conceitual sobre *food literacy* com base em revisão sistemática da literatura.



Fonte: PERRY et al., 2017.

Em outro estudo, além do saber cozinhar, destaca-se o importante papel do prazer em cozinhar. Candel (2001) verificou que o consumo de alimentos de conveniência em casa, como molhos prontos e carnes pré-preparadas, estava inversamente relacionado com o prazer em cozinhar, com o envolvimento e com a procura por diferentes tipos de alimentos, assim como estava diretamente relacionado com a sobrecarga de papéis dentro e fora de casa. Ainda neste estudo, foi observado que quem trabalhava mais de 30 horas semanais era mais propenso a consumir alimentos de conveniência que aqueles que trabalhavam menos de nove horas semanais. Neste estudo, não foram observadas associações estatisticamente significativas entre consumo de alimentos de conveniência e sexo, idade ou escolaridade.

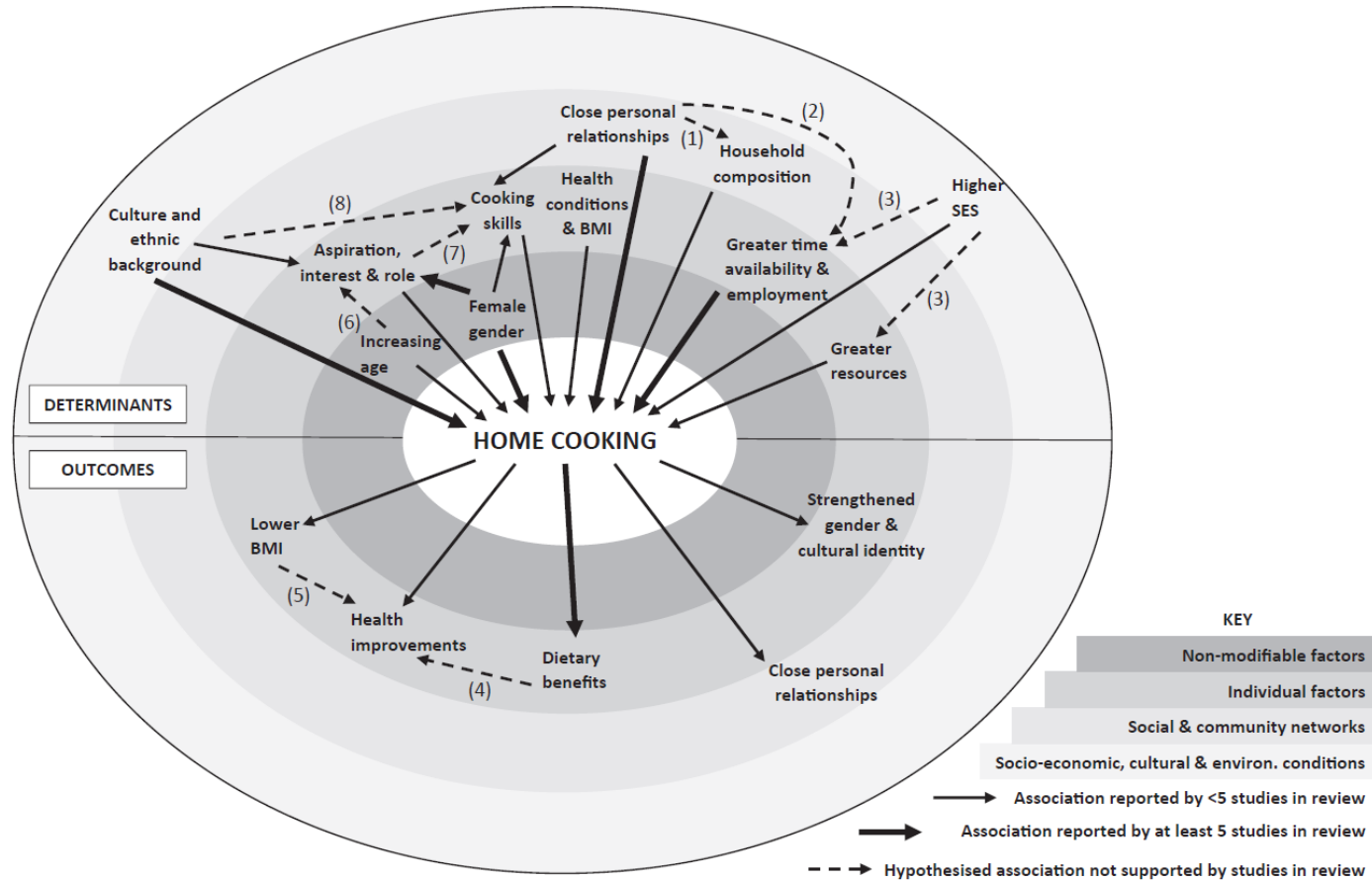
1.1.1 Barreiras e facilitadores da culinária doméstica

Ao longo dos últimos anos, pesquisadores vêm se dedicando a conhecer os determinantes, as barreiras, bem como os benefícios da prática da culinária doméstica (DANIELS et al., 2012; GATLEY; CARAHER; LANG, 2014; HARTMANN; DOHLE; SIEGRIST, 2013; LAVELLE et al., 2016; MAC; IOMAIRE; LYDON, 2011; MCGOWAN et al., 2015; MILLS et al., 2017; SHORT, 2003a, 2003b; TERNIER, 2010).

Com base em uma revisão sistemática de 38 artigos sobre determinantes sociais, de saúde e desfechos da culinária doméstica, Mills e colaboradores (2017) elaboram um modelo teórico que ilustra a rede relacionada ao ato de cozinhar em casa (Figura 2). Dentre os determinantes da culinária doméstica, destaca-se o gênero. Mulheres foram identificadas como sendo mais propensas a se envolverem nas atividades culinárias da casa (HARNACK et al., 1998; CARAHER et al., 1999; LARSON et al., 2006; DA ROCHA LEAL et al., 2011; FLAGG et al., 2014), a terem mais confiança em cozinhar (CARAHER et al., 1999; DA ROCHA LEAL et al., 2011) e a transmitirem suas habilidades para crianças (CARAHER et al., 1999). Em estudo conduzido na Suíça em 2011 (HARTMANN; DOHLE; SIEGRIST, 2013), ganhou destaque o papel da mulher como figura principal na disponibilidade de alimentos dentro de casa. Aproximadamente 70% informaram que a mulher seria a responsável pela produção de refeições durante a semana enquanto 29% informaram que seriam os homens os responsáveis. Elas também apresentaram, em média, maiores habilidades culinárias.

Aspirações e interesses pessoais da esposa, namorada ou mãe estavam associados à percepção da responsabilidade em fornecer refeições agradáveis e nutritivas para o lar (ENGLER-STRINGER, 2010). Em casas onde havia crianças, as lições de casa, que exigiam participação dos pais, se apresentaram como um potencial obstáculo para o preparo de refeições (SMITH et al., 2010; WORSLEY et al., 2014; SLIWA et al., 2015), resultando em menos tempo empregado na culinária doméstica e em maior uso de alimentos de conveniência (MONSIVAIS et al., 2014).

Figura 2 - Modelo conceitual elaborado com base na revisão de 38 estudos observacionais sobre determinantes e desfechos da culinária doméstica.



Fonte: MILLS et al., 2017.

O fato de estar casado foi associado com maior preparo de alimentos em casa (BLAKE et al., 2011). Também a cultura e a etnia foram identificadas como importantes influências nas escolhas alimentares (SEALY, 2010). Imigrantes (VIRUDACHALAM et al., 2014) e asiáticos que viviam nos Estados Unidos da América (LARSON et al., 2006) estavam mais envolvidos na cozinha caseira que americanos.

Em estudo conduzido em 2012 com 239 estudantes de duas universidades dos Estados Unidos da América, foram examinados barreiras e facilitadores para o preparo de refeições em suas casas. Para tal, utilizou-se a técnica de grupo focal. Os resultados revelaram três principais facilitadores: desejo de poupar dinheiro, experiência prévia com a culinária e familiaridade com o espaço da cozinha. Já as barreiras relatadas foram: falta de tempo para preparar o alimento, falta de estrutura mínima na cozinha e não ter aprendido a cozinhar durante a infância (JONES et al., 2014). De uma forma geral, também a falta de elementos essenciais como o acesso físico e econômico aos alimentos, que possibilitam não só a prática culinária, bem como o direito humano à alimentação adequada, é uma importante barreira (BRASIL, 2006).

Outras barreiras para cozinhar em casa são enumeradas na literatura, tais como: o medo de começar a preparar refeições sem a ajuda de produtos industrializados; cozinhar sob pressão, por exemplo, ter que preparar rapidamente a refeição antes que a criança chore de fome; ter que cuidar de crianças e arrumar a cozinha após a elaboração das preparações; perceber as tarefas culinárias como algo muito cansativo; sentir frustração ao servir familiares exigentes; ter que fazer refeições para diferentes gostos e idades dentro de uma mesma casa; não saber porcionar de acordo com a necessidade nutricional de cada um; e dúvidas sobre congelamento (MILLS et al., 2017; LAVELLE et al., 2017).

Vários são os benefícios de se comer o que se cozinha em casa, sendo que um dos principais é a prevenção de doenças crônicas, como câncer gastrointestinal, acidentes vasculares cerebrais, obesidade e diabetes (LARSON et al., 2007; LARSON et al., 2010). Além disso, pessoas que preparam alimentos em casa são mais propensas a comerem alimentos em porções menores, com menos gordura, sal, açúcar, colesterol e quilocalorias (LIN et al., 1999; SOLIAH et al., 2003; SOLIAH et al., 2006; WOLFSON; BLEICH; 2015), maior quantidade de frutas e hortaliças e a apresentarem preferência por alimentos saudáveis (CHU et al., 2012; LEECH et al., 2014).

Outro estudo, realizado nos Estados Unidos da América (EUA) em 1998, apontou que as refeições preparadas em casa tinham maior teor de fibras, cálcio, folato, ferro e

vitaminas B6, B12, C e E (GILLMAN et al., 2000). Benefícios adicionais apontados por estudo realizado neste mesmo país entre 2006 e 2007 incluíam: conversa entre os membros da família, união, riso, relaxamento, conexões familiares, tempo para planejar as próximas atividades em conjunto (FULKERSON et al., 2008). Sentimento de pertencimento a uma unidade familiar específica e transferência de patrimônio alimentar também foram atribuídos à prática de comer em casa em estudo longitudinal realizado nos EUA entre 1997 e 2001 (TIBBS et al., 2001).

1.1.2 Culinária e sistemas alimentares

Um sistema alimentar reúne todos os elementos (ambiente, pessoas, insumos, processos, infraestruturas, instituições etc.) e atividades relacionadas à produção, processamento, distribuição, preparação e consumo de alimentos, além dos resultados dessas atividades, como os impactos socioeconômicos e ambientais (HLPE, 2017). Ele é o modo pelo qual os homens se organizam no espaço e no tempo para obter e consumir sua comida (MALASSIS, 1997). Os sistemas alimentares são descritos também como redes interdependentes de atores (empresas, instituições financeiras e organizações públicas e privadas) em uma área geográfica, que participam direta e indiretamente na criação de fluxos de bens e serviços direcionados à satisfação das necessidades alimentares dos consumidores daquela mesma área ou outras (RASTOIN; GHERSI, 2010).

No recente *Relatório sobre Nutrição e Sistemas Alimentares* escrito por especialistas de alto nível do Comitê de Segurança Alimentar Mundial da FAO (*Food and Agriculture Organization*), foram identificados três elementos constitutivos dos sistemas alimentares que apresentam estreita interface com a nutrição, a saber: cadeias de fornecimento de alimentos; ambientes alimentares; e comportamento do consumidor (HLPE, 2017).

A *cadeia de fornecimento de alimentos* engloba todas as atividades que estão envolvidas desde a produção de alimentos até o seu consumo, incluindo produção, armazenamento, distribuição, processamento, embalagem, varejo e *marketing* (HAWKES; RUEL, 2012). As decisões tomadas pelos atores envolvidos em qualquer etapa dessa cadeia têm implicações nas outras etapas. Elas influenciam os tipos de

alimentos que estão disponíveis e acessíveis, bem como a forma como são produzidos e consumidos (HLPE, 2017).

O *ambiente alimentar* refere-se aos ambientes, oportunidades e condições físicas, econômicas, políticas e socioculturais que moldam as preferências e escolhas alimentares das pessoas, bem como o estado nutricional (SWINBURN *et al.*, 2014; GLOPAN, 2017). O ambiente alimentar consiste em: "pontos de entrada de alimentos", isto é, os espaços físicos onde os alimentos são obtidos; o ambiente construído que permite aos consumidores acessar esses espaços; elemento que determina as escolhas alimentares (incluindo renda, educação, valores, habilidades etc.); e as normas políticas, sociais e culturais que estão subjacentes a essas interações (HLPE, 2017). Os elementos-chave do ambiente alimentar que influenciam as escolhas alimentares, a aceitabilidade e as dietas, são: acesso físico e econômico aos alimentos (proximidade e acessibilidade); promoção de alimentos, publicidade e informação; e segurança do alimento (CASPI *et al.*, 2012; SWINBURN *et al.*, 2014; HAWKES *et al.*, 2015).

O *comportamento do consumidor* reflete as escolhas feitas pelos consumidores, nos níveis comunitários ou individuais, para adquirir, armazenar, preparar e comer alimentos (HLPE, 2017). O comportamento do consumidor é claramente influenciado pelas preferências pessoais, determinado por uma variedade de fatores interpessoais e pessoais, incluindo gosto, conveniência, valores, tradições, cultura e crenças (GLANZ *et al.*, 1998; SOBAL; BISOGNI, 2009). Ele é também moldado pelo ambiente alimentar no qual está inserido, que pode ser alterado pelas mudanças coletivas no comportamento dos consumidores, ao abrir caminhos para sistemas alimentares mais sustentáveis que melhorem a segurança alimentar e nutricional e a saúde (HLPE, 2017).

Esses três componentes dos sistemas alimentares influenciam a capacidade dos consumidores de adotar dietas sustentáveis, que sejam: protetoras e respeitadoras da biodiversidade e dos ecossistemas, culturalmente aceitáveis, acessíveis, economicamente justas e nutricionalmente adequadas. Uma ampla variedade de sistemas alimentares e ambientes alimentares podem existir ou coexistir em nível local, nacional, regional e mundial. O *Relatório sobre Nutrição e Sistemas Alimentares* apresenta três grandes tipos de sistemas alimentares: (1) sistemas alimentares tradicionais; (2) sistemas alimentares mistos; e (3) sistemas alimentares modernos (HLPE, 2017).

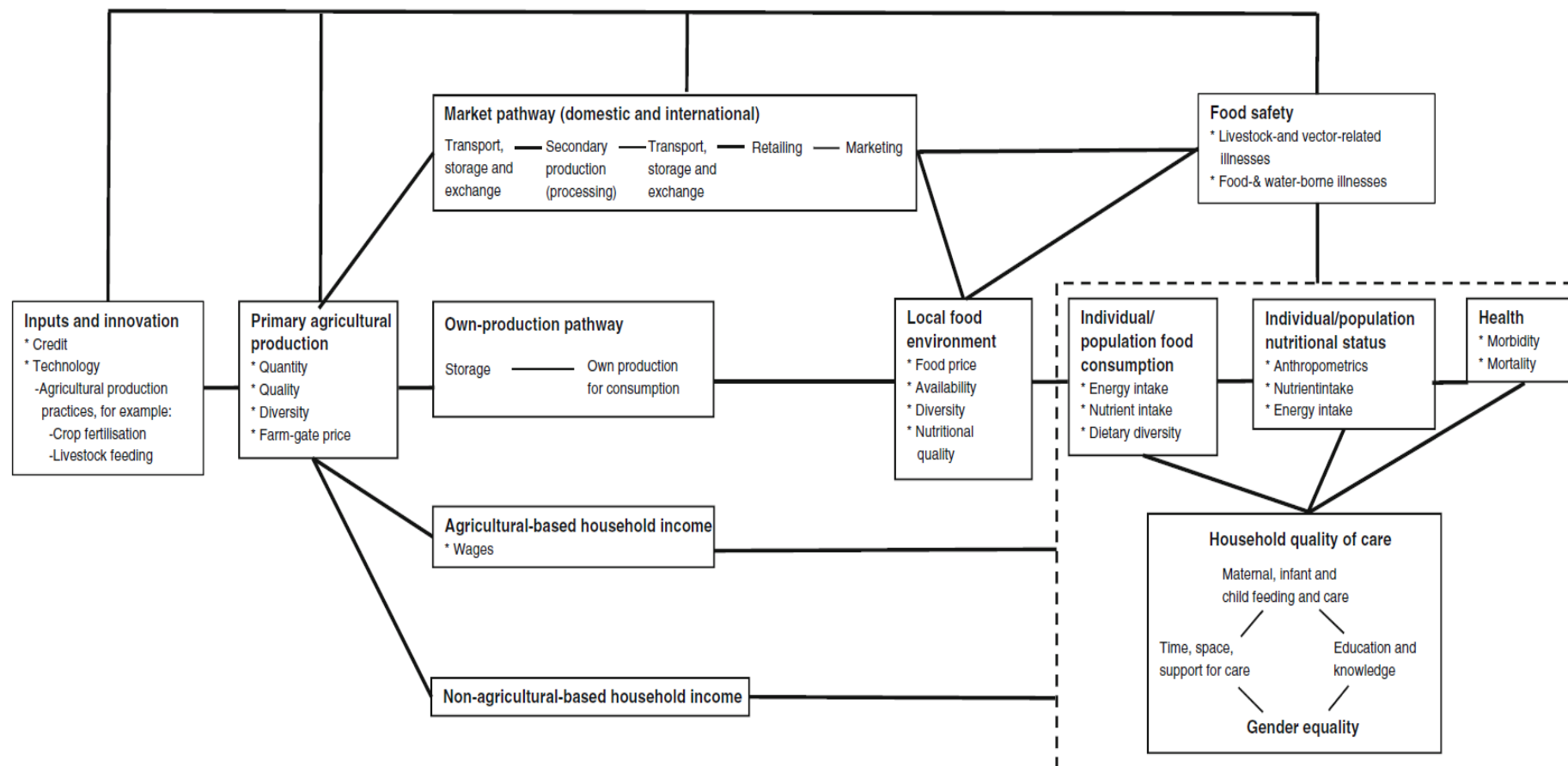
Nos *sistemas alimentares tradicionais*, os consumidores contam com alimentos sazonalmente processados, coletados ou produzidos para consumo próprio ou vendidos

principalmente através de mercados informais (HLPE, 2017). As cadeias de suprimento de alimentos são muitas vezes curtas e locais, portanto, o acesso a alimentos perecíveis, como alimentos de origem animal ou certas frutas e hortaliças, pode ser limitado ou sazonal, porém mais frescos. Nos *sistemas alimentares mistos*, os produtores de alimentos contam com mercados tanto formais como informais para vender seu cultivo. Nesses sistemas se observa a presença mais frequente do *marketing* e da publicidade. Existem padrão de segurança e qualidade dos alimentos estabelecido, mas nem sempre os produtores conseguem segui-lo (HLPE, 2017).

Já os *sistemas alimentares modernos* são caracterizados por maior diversidade em opções de alimentos durante todo o ano, e por processar e embalar os alimentos a fim de prolongar sua vida útil. Esses sistemas incluem mercados formais e facilmente acessíveis em áreas de alta e baixa renda, assim como nas zonas de pouco acesso aos alimentos. Nestes sistemas, o preço dos alimentos básicos (arroz, feijão, leite etc.) é menor em relação ao de carnes e ao de alimentos perecíveis, já alimentos orgânicos ou locais são mais caros. A segurança alimentar, do ponto de vista higiênico-sanitário, é garantida e monitorada, e as infraestruturas de armazenamento e de transporte (incluindo a cadeia fria) são geralmente confiáveis (HLPE, 2017).

Para representar as principais relações e vínculos entre a agricultura, o sistema alimentar, a nutrição e a saúde pública, Kanter e colaboradores (2015) construíram um modelo teórico baseado 37 modelos já desenvolvidos por outros pesquisadores. Após análise e síntese, o modelo construído apresenta domínios-chave que relacionam a agricultura e os sistemas alimentares aos estados nutricionais (desnutrição, deficiência de micronutrientes, sobrepeso e obesidade) e à saúde pública. Ele é relevante para uma variedade de contextos, por exemplo, baixa, média e alta rendas; e para decisões em saúde pública, à medida que possibilita examinar os potenciais impactos diretos e indiretos da agricultura e de políticas do sistema alimentar na saúde (Figura 3).

Figura 3 - Modelo conceitual da relação entre agricultura, sistema alimentar, nutrição e saúde pública.



Fonte: KANTER et al., 2015.

Ainda sobre a relação do sistema alimentar com a agricultura, Takeutil e Oliveira (2013), ao fazerem uma reflexão acerca dos impactos ambientais do sistema alimentar hegemônico (predominante), com base em revisão da literatura, observaram que tal sistema compreende uso exacerbado de combustíveis fósseis, agrotóxicos, água, terra para a produção de *commodities*, comprometendo a biodiversidade, a qualidade da água, o solo e emitindo gases do efeito estufa. Este sistema é condizente com as pressões de consumo e impõe padrões dietéticos insustentáveis que levam inclusive à insegurança alimentar e nutricional em vários grupos populacionais (PINSTRUP-ANDERSEN; PANDYA-LORCH, 1998; MARLOW et al., 2009).

Os padrões dietéticos que respeitam mais os limites do meio ambiente se relacionam às dietas chamadas “sustentáveis”, um conceito definido como:

Dietas sustentáveis são dietas que geram menores impactos ao meio ambiente, contribuindo para a segurança alimentar e nutricional assim como uma vida saudável a gerações atuais e futuras. Estas dietas contribuem para a proteção e respeito pela biodiversidade e ecossistemas, são culturalmente aceitáveis, economicamente justas e acessíveis, adequadas, seguras e saudáveis do ponto de vista nutricional e ao mesmo tempo otimizam recursos naturais e humanos (FAO, 2010).

Tais dietas inevitavelmente remetem ao preparo de refeições em menor escala, não em nível industrial, como observado nos sistemas alimentares que se baseiam na produção e oferta de alimentos ultraprocessados. Em outras palavras, cozinhar utilizando fundamentalmente alimentos *in natura* e minimamente processados é uma forma de se ter uma dieta sustentável. É justamente neste contexto que a culinária se insere.

No entanto, esta transição não é algo simples. Em palestra recente, Monteiro (2017a) convida à reflexão sobre a “guerra” que está se estabelecendo entre os sistemas alimentares tradicionais e modernos, mais precisamente entre o sistema baseado em alimentos *in natura*, processados e ingredientes culinários, e o sistema alimentar que se estabelece em função dos alimentos ultraprocessados (hegemônico). Este último visa ao lucro em primeiro lugar, é muito poderoso, pois possui grande capital, investido em *marketing* agressivo. As estratégias de *marketing* utilizadas variam desde ofertas e descontos frequentes até o uso de publicidade subliminar, especialmente dirigida às crianças e aos adolescentes, que podem se tornar consumidores fiéis devido, em parte, à inserção precoce de alimentos hiperpalatáveis na dieta.

Ainda segundo Monteiro (2017a), os alimentos ultraprocessados não fazem parte dos alimentos ofertados pelo sistema tradicional, e aí reside um problema de saúde pública, já que as formulações industriais têm sido relacionadas ao surgimento de

inúmeras doenças. Outro elemento negativo apontado é o fato de os alimentos ultraprocessados provocarem mudanças de hábitos alimentares locais, já que uma de suas características centrais é a de estarem disponíveis em todo o mundo e serem globalmente aceitos. O fato é que é crescente o número de estudos que evidenciam a relação entre consumo de alimentos ultraprocessados e o surgimento de doenças (MENDONÇA et al., 2016; MENDONÇA et al., 2017; FIOLET et al., 2018).

Por outro lado, esses alimentos que colocam em risco a saúde, não estão presentes em uma dieta dita “sustentável”, que exige maior envolvimento do indivíduo, lhe conferindo protagonismo nas decisões de cada ingrediente. A *dieta sustentável* exige alguns elementos, como o acesso a informações, tais quais as disponíveis no Guia alimentar para a população brasileira (BRASIL, 2014), que incentiva o consumo de alimentos *in natura* e minimamente processados, assim como também demanda habilidades culinárias.

1.1.3 Habilidades culinárias

As habilidades podem ser definidas como a capacidade de produzir algum resultado final com a máxima certeza e gasto mínimo de energia e de tempo (SUN et al., 2001). O desenvolvimento de habilidades requer inicialmente a aquisição de conhecimento, ou seja, o conhecimento explícito de como realizar a tarefa para então agir na prática (SUN et al., 2001).

Sobre a definição de habilidades culinárias, no entanto, não há consenso entre os trabalhos que apresentam tal conceito. Um olhar mais atento revela um alto grau de complexidade, potencialmente envolvendo cinco dimensões, descritas a seguir (SHORT, 2003; BEGLEY; GALLEGOS, 2010; SAFE FOOD, 2014). Cabe antes destacar que, de forma geral, os estudos citam a capacidade de planejamento, a confiança e a competência técnica como características constitutivas das habilidades culinárias (CARAHER et al., 1999; SHORT, 2003b; BYRD-BREDBENNER, 2005; BEGLEY; GALLEGOS, 2010; HARTMANN; DOHLE; SIEGRIST, 2013).

As cinco dimensões das habilidades culinárias descritas na literatura são (SHORT, 2003b; BEGLEY; GALLEGOS, 2010; SAFE FOOD, 2014):

- *Conhecimento*, que inclui: saber sobre os grupos de alimentos; compreender as informações disponíveis em rótulos nutricionais; saber como manipular e armazenar adequadamente os alimentos; saber fazer substituições entre alimentos do mesmo grupo.

- *Planejamento*, que inclui: ser capaz de fazer compras dentro do orçamento disponível; organizar as refeições de forma a atenderem as necessidades nutricionais; dispor de tempo adequado para a preparação da refeição, levando em conta sua complexidade e a necessidade de habilidades específicas; ser capaz de executar a atividade culinária dentre outras atividades do dia.

- *Criatividade*, que inclui: preparar refeições a partir de alimentos disponíveis em casa (despensa e geladeira) ou a partir de sobras de outras preparações armazenadas na geladeira, ajustadas às necessidades nutricionais da(s) pessoa(s) que consumirá(ão) a refeição. Esta capacidade requer intimidade com os diversos alimentos.

- *Mecânica*, que inclui: executar técnicas culinárias para preparar refeições, como cortar, misturar, liquidificar, assar, grelhar, e seguir receitas.

- *Percepção da comida*, que inclui: usar os cinco sentidos do corpo humano para cozinhar, para orientar técnicas de culinárias, ou seja, capacidade de julgar o sabor, a cor e a textura de ingredientes e suas combinações.

Short (2003a) foi inovadora ao apresentar um conceito de habilidades culinárias com base em uma abordagem "centrada na pessoa" em vez de "centrada na tarefa". Esta abordagem divide as habilidades em duas categorias diferentes: habilidades culinárias domésticas e habilidades culinárias profissionais, que apresentam pontos em comum e também diferentes. Ambas compartilham as habilidades técnicas de cortar, cozinhar, grelhar etc., porém as situações em que se preparam alimentos e os equipamentos e utensílios envolvidos são diferentes. Um cozinheiro profissional tem as habilidades necessárias para preparar, de forma padronizada e com qualidade, inúmeros pratos simultaneamente, enquanto quem cozinha em casa tem o conhecimento e habilidades para criar pratos a partir de sobras. Essa pessoa é capaz de acumular outras tarefas domésticas e de preparar alimentos para atender às necessidades dietéticas e preferências da família.

Alguns autores consideram a *confiança* como um elemento relacionado às habilidades culinárias. Lang e Caraher (2001) afirmam que a confiança pode ser mais determinante que a habilidade em si. Wrieden et al. (2007) observaram que o aprendizado e o uso de habilidades culinárias estão diretamente relacionados com a confiança em cozinhar. Na revisão sistemática elaborada por McGowan et al. (2015), verificou-se que a confiança foi identificada entre os cinco componentes principais das habilidades

culinárias. Também foi observado que as intervenções culinárias tipicamente têm como principal objetivo o aumento do conhecimento nutricional, mas também da confiança em cozinhar e das habilidades culinárias.

Para Hersch e colaboradores (2014), o significado de confiança em cozinhar é amplo, pois pode envolver a capacidade de medir adequadamente ingredientes, saber cortar frutas e hortaliças, seguir uma receita, usar ingredientes frescos ou estar confortável com técnicas culinárias básicas. Em pesquisa realizada em 2014 com uma amostra representativa de 1.049 adultos irlandeses entre 20 e 60 anos, a confiança esteve mais presente em pessoas com idade de 40-60 anos e do sexo feminino e menos presente em pessoas com nenhuma ou com baixa escolaridade(LAVELLE et al., 2017).

Há evidências que apontam as aulas de culinária como promotoras do aumento da confiança e da autoeficácia em cozinhar (MORIN et al., 2013; HERBERT et al., 2014). Wrieden e colaboradores(2007) reportaram aumento da confiança e da capacidade de seguir receitas entre participantes de uma intervenção culinária que teve duração de seis meses. Resultados que complementam tais dados foram encontrados no programa “Cozinhando com o Chef”(CONDRASKY et al., 2010) e em Short (2003a), ao observarem que, além da falta de confiança e de habilidades culinárias, a ausência de interesse e de tempo também se relaciona ao consumo de comidas prontas.

Com o aumento da visibilidade do tema habilidades culinárias nos últimos anos, pesquisadores se dedicaram a construir instrumentos para sua avaliação com dois principais focos: conhecer o nível de habilidades culinárias de um determinado grupo ou população e medir o impacto de intervenções voltadas à melhoria das habilidades culinárias (MCGOWAN et al., 2015). No entanto, a ausência de especificação do referencial teórico que embasou os instrumentos foi constatada na maior parte dos estudos. Somente em sete deles esse referencial foi explicitado (MCGOWAN et al., 2015)

Em revisão desenvolvida por McGowan e colaboradores (2015), foram analisados 26 estudos publicados entre 1998 e 2013 e, nesses, foram encontrados 11 instrumentos de avaliação de habilidades culinárias destinados à avaliação de impacto de intervenção, 11 instrumentos utilizados em estudos transversais e quatro instrumentos desenhados para estudos qualitativos que visavam medir componentes de habilidades culinárias. Alguns dos tópicos tipicamente avaliados por todos os instrumentos e destacados pelos autores da revisão foram: métodos e técnicas de preparação de alimentos; confiança em cozinhar; capacidade de cozinhar; planejamento e elaboração de lista de compras de alimentos; prazer em cozinhar; higiene dos alimentos; custo de alimentos; barreiras para cozinhar;

escolhas alimentares; complexidade da preparação de alimentos; fonte de aprendizado em cozinha. Os estudos identificados são oriundos dos seguintes locais: EUA (9), Canadá (3), Reino Unido (8), Europa (3), Austrália (1), Inglaterra e França juntas (2).

Os estudos transversais referidos anteriormente forneceram dados do nível de habilidades culinárias da população e, na maioria dos casos, tinham o objetivo de relacionar as habilidades ao que se comia, a padrões das refeições ou a escolhas alimentares. Parte dos estudos relatou associação entre maior nível de habilidades culinárias e escolhas alimentares mais saudáveis (CARAHER et al., 1999; LARSON et al., 2006; HARTMANN; DOHLE; SIEGRIST, 2013; VAN DER HORST; BRUNNER; SIEGRIST, 2011; MCLAUGHLIN; TARASUK; KREIGER, 2003; CRAWFORD et al., 2007).

Com intuito de conhecer mais a fundo alguns instrumentos, foi elaborada uma breve revisão, incluindo busca em bases de dados, lista de referências e contato com pesquisadores estudiosos da área. Foram encontrados sete documentos, entre artigos e teses, nos quais os instrumentos estavam integralmente disponíveis. Ao todo, dois são brasileiros, sendo um deles o resultado de adaptação transcultural. Pelo fato de a confiança ser um constructo trabalhado de forma não uniforme nos instrumentos e devido à sua relação com a concretização das habilidades culinárias, foi também analisada a presença de perguntas que mediam este constructo. Os dados foram organizados no Quadro 1.

Quadro 1 - Características de instrumentos de avaliação de habilidades culinárias utilizados em estudos desenvolvidos entre os anos de 2011 e 2017. Estudo sobre autonomia culinária, Rio de Janeiro, 2018. (Continua)

Autor (Ano de publicação)	Características do instrumento	Presença de perguntas sobre a confiança do entrevistado
Barton et al. (2011)	Dezenove perguntas distribuídas nas seguintes seções: 1- Preparo da refeição; 2- Confiança em cozinhar; 3- Padrão de consumo alimentar; 4- Conhecimento sobre frutas e vegetais; 5- Segurança alimentar. - <i>O questionário pós-intervenção inclui perguntas abertas sobre gostos, rejeições e espaço para sugestões.</i>	Sim
Lydia Vrhovnik (2012)	Trinta perguntas fechadas com diferentes temas sobre culinária doméstica, como: presença de horta em casa, gostar de cozinhar, ter confiança em cozinhar, presença de algumas técnicas mecânicas, higiene dos alimentos etc. - Variáveis nominais - Variáveis dicotômicas.	Não

Quadro 1 - Características de instrumentos de avaliação de habilidades culinárias utilizados em estudos desenvolvidos entre os anos de 2011 e 2017. Estudo sobre autonomia culinária, Rio de Janeiro, 2018. (Conclusão)

Hartmann; Dohle; Siegrist (2013)	Perguntas relativas a técnicas mecânicas. - <i>Uma única escala de sete pontos.</i>	Não
Lavelle et al. (2016)	Quarenta e sete perguntas fechadas distribuídas nas seguintes seções: 1- Habilidades culinárias; 2- Práticas alimentares; 3- Criatividade; 4- Segurança alimentar. - <i>Escala Likert (Cinco pontos: Discordo totalmente – concordo totalmente)</i> - <i>Escala adjetival</i> - <i>Variáveis dicotômicas</i> - <i>Variáveis ordenadas</i>	Não
Jomori et al. (2017) <i>Adaptação transcultural de Condrasky et al. (2011)</i>	Trinta e nove perguntas fechadas distribuídas nas seguintes seções: 1-Disponibilidade e Acessibilidade de Frutas, Legumes e Verduras(FLV); 2- Atitude Culinária; 3- Comportamento Culinário em casa; 4- Comportamento culinário fora de casa; 5- Autoeficácia culinária; 6- Autoeficácia para o uso de FLV; 7- Autoeficácia para consumo de FLV; 8- Conhecimentos culinários. - <i>Escala Likert (Cinco pontos: Nada confiante - Extremamente confiante)</i> - <i>Variáveis dicotômicas.</i>	Sim
Martins et al. (2017)	Dez perguntas sobre Preparo e Criatividade. - <i>Escala Likert (Quatro pontos: Nada confiante - Muito confiante).</i>	Sim

Fonte: A autora, 2018.

Conforme descrito no Quadro 1, há grande variedade tanto dos assuntos abordados quanto das perguntas e de opções de respostas, que variam entre variáveis dicotômicas, nominais, escala *Likert* e adjetivais (descritores ao longo de um *continuum*). As perguntas que apresentavam a confiança (medida em graus) como alternativa de resposta foram observadas em três estudos (CONDRASKY et al., 2011; JOMORI et al., 2017; MARTINS et al., 2017).

1.1.4 A culinária nos guias alimentares

Frente ao elevado consumo de alimentos ultraprocessados observado em todo o mundo (MONTEIRO et al., 2013; MONTEIRO et al., 2017; FISCHER; GARNETT, 2016) e à sua relação com dois tipos de má nutrição (deficiência de nutrientes e sobrepeso/obesidade) (HLPE, 2017), os documentos informativos em saúde pública passam a dar maior destaque a este tema. Já que o consumo dessas formulações industriais está inversamente relacionado à prática da culinária doméstica (MILLS et al., 2017), pois

estas vêm prontas para o consumo, não exigindo qualquer intervenção culinária do consumidor. Desta forma, nas abordagens voltadas à promoção da saúde, cabe dar destaque à culinária doméstica.

Sendo o guia alimentar um documento que expressa a concepção de alimentação saudável adotada para subsidiar os tomadores de decisão de um país (FISCHER; GARNETT, 2016), uma análise do conteúdo sobre culinária foi realizada nos guias voltados para a população em geral (ou seja, excluindo-se guias para faixas etárias específicas). Foram consideradas sentenças que utilizavam as palavras *cozinhar* e/ou *preparar* (e suas variações, como *cozinhe* e *preparo*, por exemplo) no sentido de orientação em culinária. Conforme exposto no Quadro 2, foram analisados 63 guias dos 88 países listados pelo site da Organização das Nações Unidas para a Alimentação e a Agricultura (FAO) em julho de 2017.

Os motivos pelos quais 25 guias não tiveram seu conteúdo analisado foram: não estarem disponíveis na página eletrônica da FAO ou na Internet (n=3) ou estarem escritos em idioma diferente dos eleitos para esta análise (inglês, espanhol, francês e português; n=22).

Merece ser dado destaque ao Guia Alimentar para a População Brasileira (BRASIL, 2014), que incentiva justamente a culinária doméstica, chama atenção para o quanto é saudável preparar refeições a partir de alimentos *in natura*, resgata o valor do comer em família, da necessidade de dedicar tempo às refeições, assim como sinaliza a importância de desenvolver, exercitar e partilhar habilidades culinárias. Porém, essa relevância dada ao tema pelo Brasil ainda não é observada na maioria dos guias alimentares do mundo, mesmo naqueles publicados mais recentemente. Portanto, vale destacar o papel pioneiro e diferenciado do guia brasileiro, no qual três das 10 principais recomendações para a alimentação adequada e saudável têm clara interface com a culinária, a saber: “2- Utilizar óleos, gorduras, sal e açúcar em pequenas quantidades ao temperar e cozinhar alimentos e criar preparações culinárias”, “7- Desenvolver, exercitar e partilhar habilidades culinárias” e “8-Planejar o uso do tempo para dar à alimentação o espaço que ela merece”, sendo, nesta última, orientado o planejamento das compras de alimentos, organização da despensa, além da divisão da responsabilidade das atividades domésticas relacionadas ao preparo de refeições entre todos os membros da família.

Quadro 2 - Conteúdo sobre culinária presente em 63 Guias Alimentares de diferentes países publicados entre 1991 e 2016. Estudo sobre autonomia culinária, Rio de Janeiro, 2018.

Itens Pesquisados	n	%	Ano de publicação e País
Orientação culinária dentre as principais diretrizes do guia	24	38,1	1991: Venezuela 2004: Guiana 2005: Geórgia 2006: Bulgária, São Vicente e Granadinas, Seychelles 2007: Canada, Santa Lúcia 2008: Albânia 2009: Fiji 2010: Malásia 2011: Índia 2012: Belize, El Salvador, Guatemala, Irlanda, Nova Zelândia 2013: Alemanha, Austrália, Bangladesh 2014: Brasil 2015: Benin, Paraguai, Uruguai
Entre 1-5 orientações	13	20,6	2000: Namíbia 2001: Nigéria 2002: Bahamas 2006: São Vicente e Granadinas 2007: Canada 2009: Barbados, Fiji, República dominicana, Reino Unido 2010: Tailândia 2011: Suíça 2013: Austrália 2015: Paraguai, Suécia
Orientação sobre culinária no corpo do texto*			
Entre 6-10 orientações	16	25,4	1991: Venezuela 1999: Grécia 2004: Portugal 2005: Bélgica, Geórgia 2006: Granada 2008: Albânia 2009: Cuba 2010: Malásia 2012: El Salvador, Guatemala 2012: Irlanda 2013: Bangladesh, Panamá 2014: Bolívia 2015: México
Entre 11-15 orientações	10	15,9	2006: Bulgária 2011: Costa Rica, Sri Lanka 2012: Belize, Nova Zelândia 2013: Líbano 2015: Colômbia, Jamaica, Qatar 2016: Malta
Mais de 16 orientações	10	15,9	2002: França 2006: Turquia 2009: Omã 2011: Índia 2013: África do Sul 2014: Brasil 2015: Argentina 2016: EUA, Serra Leoa, Uruguai
Orientação para preparo de Receita culinária	06	9,5	2002: França 2006: Granada 2011: Índia 2012: Belize 2013: Honduras, Panamá
Menção à palavra <i>cozinha</i>	23	36,5	1991: Venezuela 2004: Guiana 2005: Bélgica, Geórgia 2006: Bulgária 2008: Albânia 2009: Fiji, República dominicana, Omã 2011: Sri Lanka 2012: Belize, El Salvador, Guatemala 2013: África do Sul, Líbano 2014: Brasil, Bolívia 2015: Argentina, Colômbia 2016: EUA, Malta, Serra Leoa, Uruguai
Menção à palavra <i>culinária</i>	17	27,0	1991: Venezuela 1999: Grécia 2002: França 2004: Portugal 2006: Bulgária 2009: República Dominicana 2011: Índia 2012: El Salvador, Nova Zelândia 2013: África do Sul, Austrália 2014: Brasil, Bolívia 2015: Argentina, Colômbia, México 2016: Uruguai
Menção ao termo <i>habilidades culinárias</i>	02	3,2	2012: Irlanda 2014: Brasil

* Foram consideradas sentenças que utilizavam as palavras *cozinhar* e/ou *preparar* (e suas variações, como *cozinhe* e *preparo*, por exemplo) no sentido de orientação em culinária.

Fonte: A autora, 2018.

Cabe ressaltar que a maioria dos guias que apresentam orientações culinárias abordam tão somente aspectos básicos como a importância de retirar a gordura aparente

das carnes e/ou de cozinhá-las até que não estejam com nenhuma parte crua; de usar pouco sal e óleo/gordura para cozinhar; de utilizar temperos e ervas naturais; de cozinhar hortaliças em pouca água e por pouco tempo; de lavar as mãos antes de manipular alimentos; de preferir outras técnicas de cocção à fritura; e de não utilizar os mesmos utensílios para alimentos crus e cozidos. Outros vão além das recomendações básicas e trazem orientações de como facilitar as atividades envolvidas na culinária doméstica. Exemplos disso são os guias da França (2002) e da África do Sul (2013), que orientam cozinhar em maior quantidade a fim de armazenar o excedente no congelador e, dessa forma, agilizar as refeições do dia a dia. A economia de dinheiro alcançada ao cozinhar em casa, ao invés de consumir comidas prontas, também é pontuada pelo guia francês.

A necessidade de “cozinhar com mais frequência” é reconhecida pelo guia norte-americano; já o brasileiro traz em seu texto a frase imperativa “comece a cozinhar”, destacando o papel da culinária inclusive nas relações familiares, ao afirmar que seres humanos são seres sociais e que o hábito de comer em companhia está impregnado em nossa história. Pontua, ainda, a importância de a culinária doméstica ser sustentável no cotidiano familiar, ao sugerir a divisão de responsabilidades nas etapas de compra e de preparo dos alimentos entre os membros da família. O guia uruguaio (2016) reforça a importância de se pensar a cozinha doméstica como uma oportunidade para construir relações mais equitativas entre homens e mulheres, já que, tradicionalmente, esse espaço da casa tem sido ocupado principalmente por mulheres.

O guia da África do Sul (2013), que é rico em orientações culinárias, ressalta a importância que deve ser dada ao sabor no momento do preparo das refeições. Já o indiano (2011) exalta a “comida feita em casa” como sendo a mais saudável para crianças e destaca que “mães devem estar atentas à higiene pessoal na hora do preparo de refeições”. Nesse guia, há ainda um item destinado a orientar os leitores a evitarem perdas de nutrientes durante o preparo de alimentos. Outro guia que traz um item exclusivamente com orientações culinárias é o da Turquia (2006), intitulado “princípios da cozinha”.

Apesar das relevantes informações trazidas por alguns guias, como exemplificado acima, ainda é tímida a abordagem sobre a culinária, feita somente por 17% dos documentos analisados. Menos de 25% dos guias elencaram o ato de cozinhar entre suas principais recomendações. Encontrar informações deste tipo em um documento de saúde pública é um fato pouco frequente. No entanto, é possível que mais tempo e esforço precise ser investido em ensinar como preparar alimentos saudáveis nas diferentes abordagens em educação alimentar e nutricional. As recomendações de saúde pública

podem não ser concretizadas se o fato de as pessoas terem poucas habilidades culinárias for ignorado pelos documentos orientadores (SOLIAH et al, 2012). Então, pautar este tema na abordagem de alimentação saudável é recomendado, já que a culinária doméstica vem ganhando destaque nas pesquisas relativas à qualidade da alimentação (CARAHER et al., 1999; SHORT, 2003a; WINKLER; TURRELL, 2009; ENGLER-STRINGER, 2010; REICKS et al., 2014; HARTMANN; DOHLE; SIEGRIST, 2013; LAVELLE et al., 2016).

1.1.5 Trabalho doméstico e gênero

A palavra “gênero” faz referência a um conceito construído pelas ciências sociais nas últimas décadas para analisar a construção sócio-histórica das identidades masculina e feminina (VILELLA; ARILHA, 2003). Entre todos os elementos que constituem o sistema de gênero existem discursos de ideologia sexual que legitimam a ordem estabelecida, justificam a hierarquização dos homens e do masculino e das mulheres e do feminino em cada sociedade determinada. São sistemas de crenças que especificam o que é característico de um e outro sexo e, a partir daí, determinam os direitos, os espaços, as atividades e as condutas próprias de cada sexo (SALZSMAN, 1992).

Bourdieu (1995) é um dos autores que trata as diferenças entre os sexos e ressalta como a dominação masculina e a submissão feminina foram construções sociais que se naturalizaram. Scott (1995) também observou que gênero é um elemento constitutivo de relações sociais baseadas nas diferenças percebidas entre os sexos e uma forma primária de dar significado às relações de poder. O gênero não constitui o único elemento, mas se apresenta persistentemente como uma forma de possibilitar a significação do poder no ocidente, nas tradições judaico-cristãs e islâmicas.

Desta forma, cria-se um estereótipo de o que é masculino e o que é feminino. Um exemplo emblemático é o *trabalho fora casa* e o *trabalho doméstico*. O último é socialmente vinculado à figura feminina e, apesar do aumento da inserção das mulheres no mercado de trabalho, uma divisão sexual do trabalho doméstico e familiar mais igualitária ainda não é uma realidade para a grande maioria das famílias. A gestão e a execução das tarefas domésticas continuam a ser de responsabilidade das mulheres (BRUSCHINI, 2006). Para Vandelace e colaboradores (1985), o amor e o trabalho são indissociáveis e tratados como duas dimensões essenciais da ordem doméstica.

Historicamente, as mulheres estão a serviço de seus maridos e de seus filhos, ou seja, a serviço de sua família. No entanto, as pesquisas sobre o trabalho feminino tomaram novo rumo quando evidenciaram a articulação entre o espaço produtivo e o reprodutivo (família), pois, para as mulheres, a vivência do trabalho implica sempre a combinação dessas duas esferas, seja pela articulação, seja pela superposição (HIRATA; KERGOAT, 2007).

Neste sentido, o tempo econômico masculino é maior do que o feminino e o contrário é observado em relação ao tempo dedicado à reprodução social. Assim, o aumento da jornada do tempo econômico prejudica mais as mulheres, já que o tempo dedicado por elas à reprodução social e à família não tende a diminuir, mesmo com avanço tecnológico da aparelhagem doméstica (PATEMAN, 1988; DEDDECA, 2004).

Mais especificamente, torna-se ingênuo e superficial falar em culinária doméstica sem reconhecer o fato de que há um trabalho não remunerado sendo realizado, em grande parte, pelas mulheres, na esfera privada. Por muito tempo, prevaleceu a noção de que a produção para o mercado e o trabalho doméstico eram regidos por diferentes princípios. Nela, as regras do mercado aplicar-se-iam à produção, enquanto o trabalho doméstico seria “um dote natural que as mulheres aportam ao casamento em troca do seu sustento” (SORJ, 2004). Ainda que a cozinha seja o espaço privilegiado da mulher, onde pode ser verificado o protagonismo da mãe, especialmente no preparo da comida e na manutenção de um saber culinário, que lhe confere autoridade, a casa é espaço de todos e a comida lá servida “fala da família, de homens e de mulheres” (WOORTMANN, 1986).

Não obstante, a construção da ideia de maternidade foi concomitante ao nascimento do capitalismo, que provocou grandes mudanças econômicas, sociais, políticas e culturais (BARBOSA, 2001). Badinter (1985), depois de extensa pesquisa histórica da sociedade francesa, observou que o interesse e a dedicação da mãe à criança não existiam em todas as épocas nem em todas as camadas sociais. O que leva a autora à conclusão de que o instinto materno é um mito, além de não ser universal nem próprio da natureza feminina. Exemplo disso é a entrega de bebês aos cuidados exclusivos das amas, nos séculos passados. Logo, a “maternação” (*mothering*) – que a autora define como o ato de cuidar das crianças – das mulheres é central para a divisão do trabalho por sexos, segundo Chodorow (1990).

O trabalho doméstico permaneceu, por muito tempo, ignorado nas pesquisas sobre a carga horária de trabalho (BRUSCHINI, 2006). No Brasil, estudos sobre o trabalho das mulheres revelam que as que mais trabalham na atividade produtiva também enfrentam

enorme sobrecarga de trabalho e dificuldades de conciliação entre as responsabilidades familiares e as profissionais (BRUSCHINI, 2007). Ao analisar as consequências das obrigações domésticas na vida das mulheres, foi observada certa limitação do seu desenvolvimento profissional, carreiras descontínuas, subempregos e salários mais baixos quando comparadas aos homens. Esses fatores podem levar as mulheres, muitas vezes, a priorizarem o investimento pessoal na esfera privada (BRUSCHINI, 2006).

Afinal, que atividades são essas, realizadas na esfera doméstica ou privada, que reduzem as possibilidades de trabalho fora de casa? Segundo a Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios (PNAD), entende-se por afazeres domésticos, “a realização, no domicílio de residência, de tarefas (que não se enquadravam no conceito de trabalho) de: arrumar ou limpar toda ou parte da moradia; cozinhar ou preparar alimentos, passar roupa, lavar roupa ou louça, utilizando, ou não, aparelhos eletrodomésticos para executar estas tarefas para si ou para outro(s) morador(es); orientar ou dirigir trabalhadores domésticos na execução das tarefas domésticas; cuidar de filhos ou menores moradores; limpar o quintal ou terreno que circunda a residência”.

Segundo Hirata e Kergoat (2007), as relações entre a esfera doméstica e a esfera profissional apresentam diferentes modelos de papéis sexuais, a saber: o *modelo tradicional* – o homem como provedor e a mulher responsável por todo o trabalho doméstico; o *modelo de conciliação* – a mulher assume, ou melhor, concilia o trabalho doméstico com o trabalho profissional; o *modelo de parceria* – baseado na igualdade de estatutos sociais entre os sexos, no qual mulher e o homem, como parceiros, dividem as tarefas domésticas; e o *modelo de delegação* – o trabalho doméstico é terceirizado e realizado por alguém contratado para tal, observado especialmente em casa onde há pessoas com o nível de escolaridade e renda mais elevados.

O *modelo tradicional* foi o mais observado em uma pesquisa realizada no Brasil em 2010 por Martins e colaboradores (2010) com 120 docentes e técnicos de uma universidade federal. Por meio de aplicação de questionário fechado, constatou-se que a maior parte dos trabalhos domésticos era de responsabilidade das mulheres e a tímida participação dos homens era direcionada à realização de compras em mercados, atividade que, apesar de ser relativa às demandas da casa, não era executada dentro do espaço doméstico (MARTINS et al., 2010).

No entanto, apesar da histórica pouca participação dos homens nas tarefas domésticas, não parece que simplesmente um maior engajamento dos homens nas tarefas que envolvem o cuidado seja o único caminho para uma maior equidade entre homens e

mulheres; nem é suficiente em si mesmo para que a equidade de gênero seja alcançada (OMS, 2007). A participação efetiva dos homens em casa ainda esbarra nos significados sociais sobre aquilo que comumente são considerados papéis “masculinos” e “femininos”, dificultando esse processo (CHODOROW, 1978; HARTSOCK, 1983; GILLIGAN, 1993; BLÁZQUEZ, 2010). Barker e colaboradores (2011) em estudo multicêntrico realizado entre 2008 e 2009 com mais de mil homens, observaram que as tarefas domésticas que os homens disseram realizar em igual ou em maior medida são aquelas tradicionalmente associadas aos homens - reparos na casa, pagar contas e comprar mantimentos-enquanto que as mulheres tendiam mais a limpar, preparar comida e dar banho, vestir e alimentar a criança.

O *modelo da delegação* gera uma reação em cadeia sobre as mulheres, pois as trabalhadoras domésticas conciliam suas tarefas domésticas ou as delegam para outra mulher. Este modelo é muito adotado por mulheres da cidade e de classe média, entre as quais fica bastante visível a tensão vivida por elas para estarem simultaneamente nas duas esferas, a produtiva e a reprodutiva. Por outro lado, é aí que se concentra grande parte das mais de seis milhões de trabalhadoras domésticas (DI SABBATO, 2009). Cabe ressaltar que uma grande parte das empregadas domésticas ainda trabalha em condições insalubres, o que representa um traço escravocrata do país, já que a maioria dessas trabalhadoras são mulheres negras. Este modelo atenua e mascara o peso do patriarcado uma vez que as mulheres repassam a outras mulheres, como já dito, majoritariamente mulheres negras, grande parte das tarefas domésticas e ficam responsáveis por seus salários, como forma de persistência do patriarcado. Porém este atenuante já não acontece no campo e entre as mulheres pobres (DI SABBATO, 2009).

Ainda sobre este modelo, cabe ressaltar as nuances do racismo que nele estão presentes. Há no Brasil uma invisibilidade histórica e uma exploração do trabalho da mulher negra, somadas ao silenciamento e à ausência de sua representatividade nos espaços sociais de decisão. O racismo, o machismo, a pobreza e as injustiças agrárias são sistemas de opressão organizados de modo interseccional (“atravessamentos das opressões de gênero, raça, classe e outros eixos formadores da identidade”) (WILLIAMS, 1992), os quais buscam desumanizar especialmente a mulher negra e retirar-lhe o papel de sujeito político, consciente e autônomo (RIBEIRO, 2016; COSTA, 2018). Para Hall (2005) raça não é uma dimensão biológica, mas uma categoria do discurso, que envolve sistemas de representação e práticas sociais, além de algumas características físicas definidas como marcas simbólicas e cujo propósito é diferenciação social de um grupo.

Desta forma, o racismo cultural é marcado por uma busca da hegemonia cultural da classe dominante sobre as dominadas.

Neste sentido, Paulo Freire (2011) denomina de “ânsia irrefreada de posse”, a “tentativa (dos opressores) em transformar tudo o que os cerca em objetos de seu domínio”. A classe opressora baseia-se “nos aspectos materiais da existência e na posse direta, concreta e material do mundo e dos homens, negando a humanidade do outro e a sua própria”. Desta forma, as “iniquidades da desumanização”, nos contextos histórico e social brasileiros, “se perpetuam em práticas excludentes, seletivas e discriminadoras”, constatando o racismo em relações hostis, na garantia de privilégios à elite e na marginalização dos que são considerados marginais.

A tentativa das classes dominantes em manter seus privilégios também é observada nas relações que se estabelecem na cozinha doméstica. Um caso emblemático foi o da mulher negra interessada em ocupar uma vaga de empregada doméstica, Simone André Diniz, que foi proibida de concorrer a uma vaga devido à cor de sua pele. Depois de inúmeras tentativas de buscar justiça no Brasil, Simone levou a denúncia de racismo à Comissão Interamericana de Direitos Humanos da OEA (Organização dos Estados Americanos), que em decisão inédita, condenou o Brasil em um caso de discriminação racial (BARBOSA, 2011).

Já sobre os cuidados que uma casa demanda, ainda no mesmo estudo multicêntrico citado acima, Barker e colaboradores (2011) observaram que estes são frequentemente subestimados pelas sociedades e pelas políticas públicas e, assim, a participação desigual de mulheres no espaço de produção é um obstáculo à igualdade entre homens e mulheres. Quando o debate é suscitado, ele se sustenta mais no campo das ideias que da prática. Os autores constataram, também, que os homens eram mais propensos a abraçar opiniões equitativas de gênero no nível político ou na teoria, mas tendiam a ser mais resistentes quando as questões se referiam à “vida pessoal”.

A invisibilidade do trabalho das mulheres, principalmente do trabalho doméstico e o de cuidados, é o principal objeto de estudo do feminismo, que busca fazer uma leitura crítica da realidade das mulheres. No campo dos estudos de economia, a *economia feminista* questiona o paradigma dominante, sua abordagem androcêntrica, e contribui para dar visibilidade ao aporte econômico das mulheres (mulheres enquanto atoras econômicas). Já a economia dominante não só desconsidera e invisibiliza a contribuição econômica das mulheres, como também oculta e desconhece as elaborações teóricas das feministas (CARRASCO, 2006).

Tanto a economia clássica, fundada por Adam Smith no ano de 1776, seguida pela neoclássica, a partir de 1870, até a economia com influência da abordagem marxista deram pouca ou nenhuma visibilidade à perspectiva feminista e, em especial, à análise do trabalho doméstico. A única exceção foi a do economista clássico John Stuart Mill que, a partir da colaboração de Harriet Taylor, reconheceu o trabalho doméstico, mas não chegou a integrá-lo no conjunto da análise econômica (FARIA, 2009).

Mais à frente, século XIX, de forma pioneira, Sheppard (1989) apresenta a divisão do mundo em espaço público (produção) e o privado (reprodução). Ele discute a facilidade com que se exclui a mulher do mundo público, se reforça seu confinamento no mundo privado, e se promove sua dependência econômica em relação a seus pais ou maridos. O autor defendeu o reconhecimento e a valorização do trabalho doméstico com argumentos válidos até hoje e discutiu as categorizações estatísticas utilizadas nos censos para classificar as mulheres. Mostrou que eram catalogadas como dependentes, caso não tivessem emprego, e indicou que o trabalho das mulheres cobria melhor as necessidades dos membros da família e em condições muito mais duras do que as suportadas pela maioria dos homens.

Ainda sobre a economia feminista, a partir dos anos 1990 ocorre sua consolidação como um campo de conhecimento com diferentes perspectivas, que vão desde aquelas que apenas incluem as mulheres no paradigma dominante até aquelas que questionam tal paradigma e buscam mudanças profundas, com a ruptura da visão centrada no mercado e adoção de uma proposta que leve em conta a sustentabilidade da vida humana e seu bem-estar, incorporando tanto a esfera produtiva como a reprodutiva (CARRASCO, 2006; FARIA, 2009). O reconhecimento de que essas esferas se determinam mutuamente é que evidenciará a reprodução também como parte da economia (LEON, 2003). Em outras palavras, a sociedade capitalista depende do trabalho doméstico e dos bens e serviços que se produzem em casa. Ao contrário do que parece ser, a produção mercantil não é autônoma e depende do trabalho não remunerado executado nos lares (FARIA, 2009).

Entretanto, reconhecer a existência e a importância do trabalho reprodutivo não significa compará-lo ao produtivo. O primeiro tem características próprias e não comparáveis com as de mercado, já que seu sentido não é de ganhar benefícios e está fortemente marcado pela dimensão subjetiva. Ou seja, para a sustentabilidade da vida humana e seu bem-estar há um conjunto de necessidades como de afetos, segurança emocional, que são parte das atividades realizadas no âmbito doméstico (BEAUVOIR, 1980; FARIA, 2009).

No entanto, esses sentimentos não são exclusivos da mulher, que tem a maternidade como seu lugar principal, parte de uma identidade primária socialmente construída. Ao longo da vida da mulher, essa identidade é introjetada de forma profunda e sua vivência é marcada pela avaliação das funções maternas e valores associados: a docilidade, a compreensão e a sabedoria nos cuidados. E o olhar crítico enxerga o discurso da “boa mãe” como uma construção ideológica para que as mulheres continuem fazendo o trabalho doméstico invariavelmente sozinhas, já que os homens necessitam de lazer e descanso para refazer suas forças para o trabalho produtivo, este muito bem caracterizado e estudado. A questão é tão profunda que há, inclusive, tendência em repassar para as mulheres os custos de qualquer crise. Se há desemprego na família, significa mais trabalho para as mulheres, mais bens e serviços terão que ser produzidos na casa. Ou, ainda, quando o Estado quer reduzir gastos nas políticas sociais é sobre as mulheres que recai mais trabalho de cuidados (BEAUVOIR, 1980; LEON, 2003; FARIA, 2009).

Como aumento da família, ou seja, com o maior número de pessoas em casa, o trabalho da mulher contraditoriamente aumenta. Isso também é observado com mulheres casadas, que passam a ter mais trabalho doméstico do que as que vivem sozinhas, quando deveria se esperar uma diminuição da carga de trabalho em função da existência de dois adultos na mesma casa (LEON, 2003; FARIA, 2009). Daí a importância em se pautar, nas discussões de saúde, o compartilhamento das atividades domésticas, nelas incluídas as atividades inerentes à culinária. Afinal, se houver sobrecarga de uma só figura, no geral a mulher, como a única que cozinha em casa, a alimentação pode ser promotora não de saúde, mas de estresse e cansaço, quiçá lhe retirando sua liberdade de escolhas e sua autonomia.

Entra, então, em cena a questão do uso saudável do tempo. A partir de dados analisados de uma amostra representativa na Austrália na década de 90, foi observado que mães de crianças pequenas (menores de cinco anos) apresentavam pior saúde mental (tendo dificuldades em sua vida e sofrimento psíquico) e pouca sensação de bem-estar (conflitos em relacionamentos). Os dados sugerem um custo para as mães, mas não para os pais, o que fez os autores concluírem que a questão do tempo era determinado pelo gênero, sendo a mulher mais vulnerável à escassez de tempo e seus consequentes custos de saúde (CORCORAN et al., 2000).

Em outro estudo representativo também desenvolvido na Austrália mais recentemente, observou-se que quase 80% das mães solteiras empregadas diziam que eram frequentemente ou sempre pressionadas pelo tempo (BAXTER et al., 2007). Venn

e Strazdins (2016) também observaram que a escassez de tempo é particularmente sentida pela mulher, que, além das pressões do trabalho produtivo, se dedica aos afazeres domésticos, sendo esses dois elementos juntos fatores que podem impactar negativamente saúde da mulher. Outra observação importante é como a combinação de escassez de tempo com baixa renda se configura como um problema que afeta especialmente as mulheres nos países em desenvolvimento (KIZILIRMAK; MEMIS, 2009).

Tal fenômeno é mais bem compreendido ao analisar os diferentes tipos de tempo. O tempo é dividido tradicionalmente em *tempo para o trabalho* (vendido ao empregador) e *tempo para o self* (lazer). No entanto, o *tempo para o cuidado* é terceira categoria que abarca o tempo dedicado a outros (não para si), porém não é vendido. Todavia, cuidar do outro exige envolvimento e certa flexibilidade com os imprevistos, que podem ser bem frequentes, como ter que buscar a criança na escola antes de terminar o horário de trabalho devido a uma emergência (STRAZDINS et al., 2011; SCHWANEN, 2008).

Em uma tentativa de conciliar o tempo para o cuidado e a necessidade de renda, muitas mulheres se envolvem com o trabalho informal realizado no lar (lavadeiras, comércio de alimentos, comércio via internet) além do trabalho doméstico, que não é remunerado (DAMIÃO; ROTENBERG, 2018). No Brasil, em 2015, também foi possível observar que as mulheres estão mais envolvidas em trabalhos não remunerados e menos nos trabalhos de carteira assinada, e que, quando a têm, recebem, em média, 76% do rendimento de trabalho dos homens (IBGE, 2016).

1.2 Autonomia

O vocábulo autonomia deriva do grego: *Autos*= próprio, de si mesmo; *Nomos*= norma, regra, lei. Esta palavra foi utilizada pela primeira vez como referência à autodeterminação e ao autogoverno das cidades e estados independentes. Etimologicamente, o conceito de autonomia significa “a condição de uma pessoa ou de uma coletividade autônoma, ou seja, que determina ela mesma a lei à qual se submete” (LALANDE, 1996). Também é um conceito encontrado na moral, na educação, na política, na filosofia e na bioética (GOLDIM, 2004). Quando a autonomia é empregada para caracterizar pessoas, adquire especificidade no contexto de cada teoria, como será descrito.

Apesar de a ideia da autonomia existir desde a antiguidade, foi na era pós-medieval que ela se ampliou, na perspectiva do indivíduo. Com o desenvolvimento dos ideais de dignidade e de respeito, o conceito de autonomia se soma ao da liberdade, que mais à frente, no Renascimento, passa a influenciar a educação e os modelos de escola. A autonomia passou a ser cada vez mais reivindicada em nome da razão científica e também na relação do homem com Deus (VALADIER, 2013).

Na modernidade, quem mais dedicou tempo e esforço para ampliar e aprofundar o conceito de autonomia, aplicando-o como central em quase toda sua obra, foi o filósofo alemão Immanuel Kant. Para Kant, "aja como se a máxima da tua ação se devesse tornar, pela tua vontade, em lei universal da natureza", e esse é o princípio da autonomia. Porém, quando a vontade busca a lei que a determina em qualquer outro ponto que não seja a aptidão das suas máximas, o resultado é a heteronomia, conceito criado por Kant para denominar a sujeição do indivíduo à vontade de terceiros ou de uma coletividade. A esta ideia de autonomia se associa a ideia de dignidade da pessoa. O ser racional, ao se submeter à lei que ele próprio se confere, é fim em si, não possui valor relativo, mas uma dignidade, um valor intrínseco. A autonomia é, pois, o fundamento da dignidade, da natureza humana e de toda a natureza racional (KANT, 1999; KANT, 2001). Já no século XVIII, o filósofo suíço Jean Jacques Rousseau considerou a razão e a emoção para a concepção da autonomia, formulando um conceito que mostrava o homem a partir do corpo racional e também do espírito. Autonomia em relação às coisas do mundo, mas também em relação a Deus (ROUSSEAU, 1992; ZATTI, 2007).

Para Jean Piaget, a autonomia é a capacidade de coordenação de diferentes perspectivas sociais com o pressuposto do respeito recíproco (GOLDIM, 2004). Para John Locke, "cada homem possui o domínio de sua própria pessoa. Ninguém tem direito algum sobre ela [autonomia]. Entre os direitos com que o homem nasce, está, em primeiro lugar, o direito de liberdade da própria pessoa e nenhum outro homem tem autoridade sobre ela, porque em cada homem reside a livre disposição da mesma" (LOCKE, 1976).

Nesta perspectiva, a autonomia pode ser entendida como a "capacidade inerente ao homem de elaborar leis para si mesmo, de agir de acordo com sua própria vontade, a partir de escolhas ao alcance pessoal, diante de objetivos por ele estabelecidos, sem restrições internas ou externas" (BEAUCHAMP; CHILDRESS, 1994). No entanto, ninguém pode exercer ação autônoma caso não esteja informado sobre os objetivos da ação e sobre suas consequências. Sem compreensão não há autonomia (BEAUCHAMP; CHILDRESS, 1994; FADEN; BEAUCHAMP, 1986).

Gerald Dworkin (1988) define a autonomia como: liberdade para agir, dignidade, liberdade dos desejos, independência e reflexão crítica, corroborando a ideia de que não há um conceito único de autonomia, mas sim vários conceitos alternativos, que refletem os diferentes aspectos e sentidos da autonomia. No entanto, a ideia de autorregra é a característica central de todas as concepções.

A autonomia se estenderia em um *continuum* que vai desde a independência total até o outro extremo, em que a autonomia individual é subjugada segundo as necessidades e interesses de outros. Ainda que existam muitas concepções diferentes de autonomia, segundo Maclean (2014), elas podem ser agrupadas em três categorias: a *abordagem libertária* - autonomia significa autodeterminação; a *abordagem liberal* - soma-se a racionalidade à autodeterminação; a *abordagem comunitária* - além da racionalidade soma-se um conteúdo moral à autodeterminação.

A *abordagem libertária* pode configurar uma visão empobrecida da autonomia, pois não considera (secundariza) as inúmeras pressões externas além da vontade individual. Já a autonomia como autodeterminação racional (*liberal*), ou seja, além da autodeterminação simples, exige pelo menos alguma capacidade de racionalidade, que pode ser definida como "a qualidade ou estado de ser racional, de possuir razão". O propósito da racionalidade é fornecer consistência suficiente para justificar a confiança no resultado do processo de raciocínio, que deve ter como característica certa objetividade, como ilustrado por Maclean (2014) através do exemplo do "ato de comprar leite". Se o indivíduo opta por comprar leite apenas quando o sol brilha, é provável, particularmente na Grã-Bretanha, que irá ficar sem leite muitos dias. Ou se o tempo abrir, ficará com muito leite e este será desperdiçado. O sol é um indicador incerto para a compra do leite e, portanto, não conta como uma razão. Um motivo mais racional seria levar em conta a quantidade de leite na geladeira, a quantidade de leite consumida por dia e a validade do leite após aberto. Estes são indicadores confiáveis que fornecem uma boa razão para comprar leite, desde que o objetivo seja nunca ficar sem leite fresco.

Duas implicações seguem deste exemplo simples. Primeiro, razões fundamentam a previsibilidade necessária para que as afirmações sejam tratadas como informações confiáveis. Segundo, se uma afirmação deve ser tratada como norteadora e ser justificada como um guia para a ação, então deve ser confiável e, portanto, raciocinada. Reivindicações arbitrárias são inerentemente não confiáveis e não fornecem base forte para justificar uma ação. Contudo, mesmo que a racionalidade seja necessária, ela não é

suficiente para a ideia de autonomia devido à ausência de conteúdo moral interno (FEINBERG, 1989; MACLEAN, 2014)

A *abordagem comunitária ou construtivista* está fortemente baseada na filosofia kantiana, na qual a moralidade é racional, e deixar de agir moralmente é agir irracionalmente (KANT, 1999; 2001). Então, a autonomia como autodeterminação racional e moral leva em conta o respeito pois, além do indivíduo, há influências, constrangimentos e obrigações decorrentes do relacionamento humano (BERG et al., 2001). Esta última abordagem rejeita a autonomia que leva em conta a autodeterminação de forma isolada do universo, pois essa ideia rejeita a possibilidade de relação entre as pessoas, o que torna essa visão insustentável para o indivíduo em sociedade. E, na ausência de relacionamentos, a autonomia se torna sem sentido e desnecessária (MACLEAN, 2014).

Além disso, é somente através e por conta das relações que os indivíduos podem desenvolver e expressar plenamente sua autonomia (RICHARDS, 1981). A coletividade não é simplesmente uma ameaça potencial aos interesses individuais, mas, sim constitutiva deles e, portanto, é uma fonte de autonomia, bem como um perigo para a mesma (NEDELSKY; 1989). Sobre a ameaça das influências externas, Huntington(1995) afirma que a autorreflexão crítica é o elemento capaz de fazer o indivíduo aceitar ou rejeitar as influências a que está sujeito. Berofsky (2003) também afirma que, se a autonomia significa algo mais que simples liberdade (de restrições externas) de ação, então ela deve incluir alguma noção de autorreflexão crítica. Em resumo, essas diferentes abordagens consideram a autonomia como liberdade de ação/escolha; a autonomia como a capacidade de escolha racional/reflexiva e o princípio orientado pela visão relacional da autonomia. Logo, parece ser mais ampla a visão que exige a capacidade de escolher com a racionalidade necessária para uma vida moral.

Dito de outra forma, a palavra autonomia também pode ser empregada para se referir a um indivíduo com capacidade de "pensar, decidir e agir" (GILLON, 1985). Alternativamente, ela pode ser usada para descrever um determinado tipo de decisão ou ação, a maneira de viver a vida (YOUNG, 1989). Ou, ainda, a autonomia pode ser vista mais como uma virtude que uma simples habilidade (BENSON, 1983). Por fim, pode-se dizer que pode haver a pessoa autônoma, o ato autônomo e a vida autônoma (MACLEAN, 2014).

Quanto ao *valor* da autonomia, ela pode ter valor intrínseco e instrumental. O valor intrínseco surge principalmente devido à necessidade de autonomia para a agência

responsável. Segue-se, a partir disso, que a autonomia é intrinsecamente valiosa porque é necessária para a integridade pessoal e permite à pessoa adotar atitudes que fortalecem a vida com o calor da humanidade. Já instrumentalmente a autonomia é valiosa porque é benéfica para o bem-estar daqueles com um *locus* (do latim “lugar”) de controle interno (esforço pessoal, competência etc.). Ou seja, pessoas com o controle sobre sua própria vida. Também é importante porque respeitar a autonomia permite que as pessoas obtenham melhores resultados e aprendam com seus erros. Não menos importante, a autonomia também serve como uma camada de proteção contra a tirania do Estado que pode ceifar a liberdade individual (O’NEILL, 2002; FRANKFURT, 1993; HURKA, 1987; MACLEAN, 2014)

Liberdade é uma palavra originária do latim (*libertas*) que quer dizer: nível de total e legítima autonomia que representa o ideal maior de um cidadão, de um povo ou de um país; poder de agir livremente, dentro de uma sociedade organizada, de acordo com os limites impostos pela lei; e, também, a faculdade que tem o indivíduo de decidir pelo que mais lhe convém (ÁBACO, 2017).

A liberdade é um conceito usado na ética, no meio jurídico, na economia e na filosofia. Nesta última, é feita a discriminação da liberdade positiva e negativa (RUZKY, 2009). Segundo o teórico britânico Berlin (1979), a liberdade positiva se relaciona com “o desejo por parte do indivíduo em ser seu próprio senhor”, consiste na autonomia e a espontaneidade de um sujeito racional, elemento qualificador e constituidor da condição dos comportamentos humanos voluntários. Já a liberdade negativa caracteriza-se pela liberdade de fazer o que se quiser em um espaço de não coerção. Denota a ausência de submissão, servidão e de determinação; isto é, qualifica a independência do ser humano (BERLIN, 1979).

A liberdade não é um assunto somente dos tempos atuais. Na obra *Ética a Nicômaco*, elaborada em 1958, Aristóteles apresentou a primeira grande teoria filosófica da liberdade. O filósofo grego defendia que é livre aquele que tem em si mesmo o princípio para agir, isto é, aquele que é a causa interna de sua ação ou da sua decisão de não agir. Para ele, o ato voluntário não deve ser condicionado ou seguir decisão que venha de fora, mas sempre de dentro e de si mesmo, muito próximo à lógica kantiana. Ou seja, no ato voluntário livre, o ser agente é a causa integral de sua ação (ARISTÓTELES, 1987).

Diversos filósofos estudaram e publicaram obras sobre a liberdade, como Marx, Sartre, Descartes, Kant, Voltaire e outros. Há também pensadores contemporâneos que

produziram conteúdos sobre liberdade, como o pensador e economista indiano Amartya Sen (VITA, 2008), cuja teoria recebeu maior atenção nesta tese devido ao grau de detalhamento que dá ao conceito e ao fato de como o relaciona com os fatores sociais.

Em seu primeiro livro publicado após receber o prêmio nobel de economia, intitulado “Desenvolvimento como liberdade” (*Development as freedom*), articulando conteúdos de ética, sociologia, demografia, economia e política, Sen descreve tanto como a liberdade é viabilizada (por meio da combinação alternativa de funcionamentos de possível realização) quanto o que caracteriza a sua falta (SEN, 2000). No capítulo introdutório, Sen afirma que o desenvolvimento é um processo de ampliação da real liberdade que o indivíduo possui. Para ele, a liberdade é central para o processo de desenvolvimento humano por dois motivos: a *razão avaliativa*, ou seja, a avaliação do progresso deve ser feita considerando-se principalmente a ampliação das “liberdades que as pessoas têm”, e a *razão efetiva*, que é instrumental, no sentido de que a realização do desenvolvimento provavelmente depende da “livre agência das pessoas” (SEN, 2000).

Para o desenvolvimento acontecer, é necessária a remoção das principais causas da falta de liberdade: pobreza, bem como tirania; poucas oportunidades econômicas, bem como a sistemática privação social; precariedade dos serviços públicos, bem como intolerância ou repressão do estado. Dessa forma, a liberdade humana depende principalmente de determinantes sociais e econômicos (educação e cuidados em saúde, por exemplo) e de direitos civis (como possibilidade de participar de discussões públicas sobre assuntos relevantes para a sociedade, por exemplo). Com oportunidades sociais adequadas, o indivíduo pode efetivamente desenhar seu próprio destino e ainda ajudar ao próximo, sendo, desta forma, livre (SEN, 2000).

A liberdade pressupõe um comportamento ativo à medida que é mediada por valores que são influenciados por “discussões públicas” e interações sociais, por sua vez influenciadas pela liberdade participativa, como um ciclo. Em sua obra, são descritos cinco tipos de liberdade, a saber: liberdade política (direito à liberdade de expressão e ao voto); facilidades econômicas (poder participar do comércio e produção); oportunidades sociais (educação e saúde); garantias de transparência do estado e segurança pública (SEN, 2000).

Segundo Aristóteles (1987), a riqueza não é o bem que se procura, mas é útil e serve para o bem de outra coisa. Neste sentido, Sen afirma que o desenvolvimento tem mais a ver com a melhoria de nossas vidas e com a liberdade que gozamos, do que com riqueza ou renda. No entanto, a liberdade é um processo que envolve oportunidades, e

também um processo construído ao longo da vida, como “blocos de construção”. Uma grande liberdade é alcançada quando as pessoas se tornam hábeis em ajudar seus semelhantes e também em influenciar o mundo, e isso é central para o processo de desenvolvimento. Sen valoriza o papel individual do ser agente, com participação política, social e na economia (SEN, 2000).

1.2.1 Agency (agência humana)

A ação humana vem sendo discutida há muitos anos nos campos de economia, antropologia e, especialmente, na sociologia. Entender se os homens agem segundo as estruturas a que estão submetidos ou se agem de acordo com suas livres intenções, desvinculadas das construções culturais e de seu grupo foi e tem sido o foco de pensadores e pesquisadores (SEN, 2000; GUIDDENS, 1984; BOURDIEU, 1990; SAHLINS, 2007). A teoria da agência humana (*agency*) surge como um como uma abordagem alternativa às macroteorizações (ou teorias coletivistas) e às microteorizações (ou teorias individualistas). No último caso, é destacado o papel central das negociações individuais, enquanto no primeiro enfatiza-se o papel das estruturas sobre o comportamento individual e coletivo (ALEXANDER, 1986).

Para ilustrar essas duas teorias, cita-se Durkheim (1975), um dos pais fundadores da sociologia, que entendia que a sociedade estava na base de tudo, sendo as ações humanas determinadas por fatores sociais. Essa concepção “hipersocializada” apresenta as ações individuais apenas como reproduções das estruturas coercitivas. A mesma sofreu duras críticas por conceber o indivíduo como uma marionete, à mercê somente de elementos externos. Um dos críticos a esta abordagem foi o sociólogo George Homans (1958), que buscou identificar os mecanismos através dos quais os atores realizavam seus cálculos racionais, assumindo que os indivíduos colocam em segundo plano as forças sociais, das estruturas, do sistema simbólico. Outro sociólogo que coloca o indivíduo como protagonista é Ervin Goffman, que destaca que o que vale são as interações entre os atores, pouco importando as estruturas preexistentes no momento exato desta interação (GOFFMAN, 2006).

Devido ao caráter unilateral das duas teorias acima, incapazes de oferecer uma resposta ao dilema da ação, a teoria da agência humana surge como uma terceira via às oposições entre microteorizações e macroteorizações. Nela os agentes promovem

mudanças em seu meio e não seguem somente regras impostas, ao mesmo tempo em que não vivem alheios às estruturas (SEN, 2000). Anthony Giddens, importante sociólogo e estudioso sobre o tema, reconhece que os agentes sociais possuem cognoscitividade, ou seja, eles são capazes de pensar sobre as suas ações e refletir sobre o mundo a sua volta. Não apenas sabem o que fazem e possuem conhecimento sobre o mundo, como também são dotados de reflexividade (GUIDDENS, 1984).

Em outras palavras, a noção de agência atribui ao ator individual a capacidade de processar a experiência social e de traçar formas de enfrentar a vida, ainda que sob as mais extremas formas de coerção. Mesmo que com informações limitadas, em situações de incerteza ou de restrições (físicas, normativas ou político-econômicas), os atores sociais possuem conhecimento e capacidade, dois elementos principais de agência identificados por Giddens. Resolver problemas, aprender como intervir no fluxo de eventos sociais em seu entorno, monitorar continuamente suas próprias ações, observando como os outros reagem ao seu comportamento, são elementos constituintes da agência (GUIDDENS, 1984).

Giddens (1984) destaca que a agência não se limita à *intenção* de fazer coisas, mas sim à *capacidade* de fazer essas coisas. Logo, a ação depende da capacidade do indivíduo de *causar uma mudança* em relação a um estado de coisas ou curso de eventos pré-existente. Neste sentido, todos os atores (agentes) exercem um determinado tipo de poder, mesmo aqueles em posições de extrema subordinação. Como Giddens argumenta, “todas as formas de dependência oferecem alguns recursos com os quais aqueles que são subordinados podem influenciar as atividades dos seus superiores”.

Em 1986, Albert Bandura, psicólogo ucraniano-canadense, elaborou a Teoria Social Cognitiva, que adota a perspectiva da agência para o autodesenvolvimento, a adaptação e a mudança (BANDURA, 2001). Para ele, ser agente significa influenciar o próprio funcionamento e as circunstâncias da vida de modo intencional. Segundo essa visão, as pessoas são auto-organizadas, proativas, autorreguladas e autorreflexivas, contribuindo para as situações de suas vidas, não sendo apenas produtos dessas condições (BANDURA; AZZY; POLYDORO, 2008).

Para Sen, *agente* é todo aquele que ocasiona uma mudança no ambiente com a sua ação livre e racional. O agente não se orienta senão por seus “motivos internos” (normas, objetivos, razões, valores etc.). Assim, a *condição de agente* (*agency*) é a capacidade de livre agir das pessoas segundo os seus próprios fins e normas. Por exemplo, quando se planeja a carreira profissional, organizando um conjunto de variadas ações, metas,

objetivos etc., ao longo de vários anos da vida, se exercita a condição de agente (SEN, 2000).

Também no âmbito das políticas públicas a agência é considerada. Segundo Furtado, em recente documento publicado pelo Instituto de Pesquisa Econômica Aplicada (IPEA), agentes são os cidadãos, os funcionários, as instituições, os grupos sociais que decidem, dirigem, afetam e são afetados pelas políticas. Há resistências, sugestões, inovações, concordâncias e vetos dos agentes sobre as políticas, de forma interativa. É característico dos agentes transformar-se por meio de funções autônomas ou vinculadas a outros agentes ou a aspectos quaisquer do ambiente, sejam propriedades intrínsecas ou relacionais, tais como redes de conexões, amizade ou pertencimento (FURTADO, 2018).

Inspirados no termo “agência humana” (*human agency*), Turbek e colaboradores (2017) cunharam o termo *food agency* nos EUA. A primeira produção sobre o tema foi uma tese (CARABELLO, 2015), seguida de três artigos publicados em 2017 (WOLFSON et al., 2017; TRUBEK et al., 2017; LAHNE; WOLFSON; TRUBEK, 2017).

O primeiro artigo teve como objetivo descrever o desenvolvimento de uma definição ampliada sobre culinária (habilidades e conhecimento) e apresentar o conceito *food agency* (WOLFSON et al., 2017). O segundo propôs *food agency* como um novo paradigma, apresentando o conceito de forma mais profunda e didática (TRUBEK et al., 2017). Já o artigo mais recente apresentou o desenvolvimento e as propriedades psicométricas de um instrumento de avaliação baseado neste conceito (LAHNE; WOLFSON; TRUBEK, 2017). Todos os artigos foram produzidos pelo mesmo grupo de pesquisadores norte-americanos.

Assim como a agência humana é descrita como a capacidade de agir intencionalmente para moldar seu próprio mundo (NASH, 2005), *food agency* pode ser vista como a capacidade de agir intencionalmente para mudar seu próprio ambiente alimentar. Turbek e colaboradores (2017) definem *food agency* como a capacidade que a pessoa que cozinha em casa tem de concretizar a culinária doméstica através de um processo dinâmico, que vai desde o planejamento, até o consumo da refeição, não se limitando a performances técnicas isoladas. Habilidades manuais e cognitivas, bem como percepções sensoriais são usadas neste processo que é moldado por vários fatores sociais (por exemplo: tempo, dinheiro, mobilidade etc.). Ter *food agency* é sentir-se empoderado para preparar refeições em um determinado ambiente (TURBEK, 2017).

Food agency é um conceito constituído pelo menos por quatro dimensões: a) autopercepção das habilidades culinárias (por exemplo: capacidade de elaborar

preparações partindo de alimentos *in natura*, seguir receitas, usar uma técnica mecânica específica); b) atitude em relação à comida e à culinária (por exemplo: percepção de prazer ou desprazer ao cozinhar); c) crenças de autoeficácia sobre metas relacionadas aos alimentos ou autoeficácia alimentar (por exemplo: confiança nas habilidades de culinária adquiridas); d) experiência individual em relação aos fatores sociais (por exemplo: barreiras ou apoios).

Aqui cabe destacar o item c, pois, associado ao conceito de autoeficácia, está outro já explorado em estudos sobre habilidades culinárias, o de confiança. Como um elemento da Teoria Social Cognitiva, a autoeficácia, ou a confiança na sua capacidade de agir, é um aspecto central na psicologia, que enfatiza o conjunto de aprendizagem, a experiência social e o impacto no desenvolvimento pessoal de um indivíduo. A autoeficácia é definida como um elemento essencial para realizar uma tarefa, já que esta media a concretização da vontade em ação. Em outras palavras, é um conceito que representa a convicção em ter o comportamento adequado para se alcançar uma determinada finalidade, ou crenças das pessoas sobre suas capacidades para produzir efeitos (*Perceived Self-Efficacy: People's beliefs about their capabilities to produce effects*). Para Bandura (1982), as pessoas são mais motivadas se percebem que suas ações podem ser eficazes, ou seja, se possuem a convicção de que suas habilidades pessoais permitem nortear suas ações.

Apesar dos ricos elementos que o conceito de *food agency* traz, seu foco está na ação, ou seja, nos mecanismos individuais que conduzem ao ato de cozinhar em casa, secundarizando outros elementos externos que impactam na liberdade do indivíduo e, conseqüentemente, em sua autonomia.

1.2.2 A autonomia na abordagem das capacidades humanas

A *abordagem das capacidades humanas*, também conhecida por *abordagem da capacidade* ou *abordagem do desenvolvimento como liberdade*, do economista e filósofo indiano Amartya Sen, busca combinar e equilibrar duas inquietações humanas: o bem-estar (ou desenvolvimento) e a liberdade, a qual é concebida em sua obra de forma ampla e inclui a autonomia ou agência (PINHEIRO, 2012). Para Sen (2000), um país é tanto mais desenvolvido quanto mais se promove a expansão do horizonte de liberdade dos seus cidadãos, o que significa que eles têm capacidades crescentes de ser e de fazer aquilo que valorizam e que têm razões para valorizar. Em vez de focar os meios de que as

peessoas se utilizam para obterem o estilo de vida que desejam – sendo a renda o principal desses meios – a análise de Sen volta-se para aquilo que o autor considera os fins do processo de desenvolvimento, ou seja, as próprias pessoas, por isso o termo *capacidades humanas* (CLAASSEN; DÜWELL, 2012).

Como apresentado por Pinheiro (2012), na abordagem das capacidades humanas não há uma definição fechada para o termo “desenvolvimento”. Contudo, é possível uma elucidação progressiva do núcleo do significado deste termo por meio de uma reflexão sobre um conjunto de caracterizações fornecidas por Sen (2000), a saber: 1- “O desenvolvimento pode ser visto (...) como um processo de expansão das liberdades reais de que as pessoas desfrutam”; 2- “É por causa dessas interconexões (entre as liberdades de diferentes tipos) que a livre e sustentável condição de agente (*agency*) emerge como o principal motor do desenvolvimento”; 3- “A lacuna entre as duas perspectivas (ou seja, entre uma concentração exclusiva na riqueza econômica e um foco mais amplo sobre as vidas que nós podemos levar) é uma questão fundamental na conceituação do desenvolvimento”; 4- “Uma concepção adequada do desenvolvimento tem de ir muito além da acumulação de riqueza, do crescimento do produto nacional bruto (PNB) e de outras variáveis relacionadas à renda. Sem ignorar a importância do crescimento econômico, temos de olhar muito além dele”.

Nesta abordagem, o fim último do desenvolvimento, ou seja, o *bem das pessoas*, é associado à *liberdade*, isto é, à potência pessoal de conseguir a vida que se deseja racionalmente. Nesse sentido, a liberdade é pensada positivamente como poder, autonomia e autodeterminação do agente. Por sua vez, a liberdade entendida como autonomia define-se pelo poder do agente de atingir os seus objetivos, de acordo com propriedades e limitações próprias do agente, e não impostas a este por pressões externas (PINHEIRO, 2012; SEN, 2000).

No entanto, para compreender melhor o papel da autonomia nesta abordagem, dois conceitos centrais devem ser elucidados: o de *funcionamento* (*function*) e o de *capacidade* (*capability*). Um dos conceitos mais importantes da abordagem das capacidades humanas é o de *funcionamento*. Baseado na noção grega de “areté” (virtude), trata-se da noção mais primitiva da rede conceitual, porque ela não se define diretamente com base em qualquer outra noção da rede. O termo *funcionamento* refere-se a atividades ou estados que uma pessoa pode racionalmente valorizar *fazer* ou *ser*, tais como “estar bem nutrido”, “ser saudável”, “estar livre da malária”, “participar ativamente da vida em comunidade”, “ter autoestima” etc. (PINHEIRO, 2012; SEN, 2000).

Já a *capacidade* é “(...) a liberdade substantiva de realizar combinações de funcionamentos alternativos (...), [ou seja], a liberdade de atingir vários estilos de vida” (SEN, 2000). Portanto, o conceito de capacidade parte do de funcionamento e se define claramente como um tipo de liberdade. O conceito de capacidade associa-se ao de oportunidade: sendo x uma realização qualquer do indivíduo A , A é *capaz* de fazer ou ser x se e somente se dada a oportunidade de fazer ou ser x . Conforme exemplificado por Pinheiro (2012), uma pessoa que não pode cantar em virtude de uma doença mental, não tem a capacidade de cantar, no sentido de Sen, simplesmente porque essa pessoa não tem a oportunidade de não cantar. Ou seja, para ela, deixar de cantar não faz parte do seu leque de escolhas possíveis.

Os funcionamentos realmente atingidos ou escolhidos são as *realizações* de um indivíduo. Entretanto, as capacidades de um indivíduo não podem se restringir às suas realizações, ou seja, ao conjunto dos seus funcionamentos realizados, porque, do contrário, elas não incorporariam a noção essencial de oportunidade. Por exemplo, uma pessoa rica que jejua pode realizar o mesmo funcionamento (jejuar), de uma pessoa miserável que não tem o que comer. Contudo, essas duas pessoas terão diferentes “conjuntos de capacidades”, pois quem tem recursos pode escolher se alimentar e estar bem nutrido, já o miserável não tem opção. Desse modo, “as capacidades do indivíduo são representadas pelo conjunto de todos os funcionamentos que o indivíduo em questão pode atingir ou escolher, e não somente por suas realizações” (PINHEIRO, 2012).

A abordagem das capacidades humanas pretende não só avaliar e valorizar o conjunto de realizações do indivíduo, mas também a combinação de funcionamentos alternativos que o indivíduo pode escolher. Dessa forma, ela é mais abrangente do que outras abordagens tradicionais de avaliação social (como a que avalia o desenvolvimento pelo Produto Interno Bruto - PIB, por exemplo). Na abordagem de Sen observa-se maior abrangência que as de base utilitarista, que tendem a focar apenas os resultados efetivamente alcançados ou escolhidos pelo indivíduo, em termos de consumo, renda real ou “utilidade” (PINHEIRO, 2012).

Afinal, qual seria a participação clara da autonomia nesta abordagem, que considera a capacidade como a liberdade para ser ou fazer de forma racional? É justamente a busca pela autonomia que motiva a mudança de *funcionamento* para *capacidade*. A autonomia possibilita as pessoas escolherem quais funcionamentos são capazes de exercer ou ser. Nesse sentido, Claassen e Düwell (2012) destacam o papel da autonomia em escolher os funcionamentos (*autonomy's functionings-choosing role*).

Estes mesmos autores vão além, afirmando que o fim último do desenvolvimento deveria ser a realização da autonomia pessoal e não do bem-estar, como propõe Sen (2000), e que a liberdade de escolher qual funcionamento acionar nada mais é que o exercício da escolha autônoma.

Cabe ressaltar que a abordagem das capacidades humanas é considerada não só de autoria de Amartya Sen, como também da filósofa Martha Nussbaum que, na década de 80, aprimorou a teoria iniciada por Sen, especialmente quanto à questão de gênero. Para Nussbaum (1990, 1995), uma vida boa é definida como uma "vida completa" (*fullyhumanlife*). Apesar de algumas críticas, deve-se reconhecer que a teoria das capacidades de Sen e Nussbaum é uma proposta original para encarar os assuntos sobre desigualdade social a partir do conceito de liberdade. A ênfase na liberdade tem como objetivo dar visibilidade à distinção entre o indivíduo necessitado e o indivíduo potencialmente ativo que pode escolher seus próprios projetos de vida (ATIENZA, 2015). Como colocado por Ribeiro (2014) e Brum (1992), entre os concernidos desta abordagem não estão os deficientes mentais, idosos e improdutivos segundo a lógica de mercado vigente. Segundo esses autores, esta é um importante limitação desta abordagem, já que no mundo contemporâneo, as questões referentes aos direitos dos animais e dos deficientes mentais ocupam lugar central.

Outra crítica consiste no fato de que o enfoque da teoria de Amartya Sen está nas *realizações* ao invés de nas *instituições* e nas *regras*. No entanto, segundo Pansieri (2016), no Estado de Direito, as instituições são importantes e estruturais para qualquer contexto – seja local, regional, nacional ou internacional. Já o foco nas realizações volta o olhar para as vidas dos cidadãos. Assim, alguns autores criticam a falta de clareza de Sen sobre a garantia dos direitos fundamentais como premissa para as liberdades individuais defendidas por ele (PANSIERI, 2016; VITA, 1999; BRUM, 1992), ainda que este tenha desenvolvido profícua pesquisa, largamente reconhecida no meio científico e que sirva de orientação para o desenvolvimento de muitas políticas públicas ao redor do mundo (PINHEIRO, 2012; ROBEYNS, 2017). Quanto ao presente estudo, a possibilidade de “expansão das capacidades” (SEN, 2000) por parte dos indivíduos é que consiste em um ponto inspirador. Já a crítica acima mencionada é equaciona tornando-se evidente o papel do Estado para a conquista da autonomia culinária.

Sobre a teoria de Nussbaum, ela baseia-se na defesa de um "ser humano" com capacidades e necessidades comuns a todos, independentemente do gênero, classe, raça ou nacionalidade (NUSSBAUM, 1995). Este é o ponto de partida fundamental para a

igualdade e a dignidade das mulheres (ATIENZA, 2015). Todos os indivíduos em geral, e as mulheres em particular, são como diria Kant “fins em si mesmos e não instrumentos de vontades alheias”, ou seja, as mulheres não são meras reprodutoras, encarregadas de todos os cuidados familiares nem tampouco objetos sexuais (NUSSBAUM, 2002).

Nussbaum (1995) enumera dez elementos básicos para o indivíduo ter uma “boa vida”, trata-se da ideia de concepção mínima de um índice com coisas comuns a qualquer vida humana. Em primeiro lugar está a mortalidade. Nussbaum diz que todos os seres humanos enfrentam a morte e sentem certa aversão a ela. Em segundo lugar, o corpo humano. Todo ser humano tem certas necessidades e capacidades, ainda que o modo de vivê-las e desenvolvê-las seja um fato cultural. Entre elas, a necessidade de alimentos e bebidas, necessidade de abrigo, desejo sexual e mobilidade. Em terceiro lugar, todo ser humano tem a capacidade de sentir prazer e dor. Quarto, a capacidade cognitiva (perceber, imaginar e pensar). Quinto, há uma necessidade de desenvolvimento desde a primeira infância. Em sexto, a razão prática. Todo ser humano participa ou tenta participar do planejamento e da direção de sua própria vida, refletindo sobre o que lhe faz bem. Em sétimo lugar, a associação com outros seres humanos. Como disse Aristóteles, o homem é um ser sociável. Em oitavo lugar, a identificação de que alguém é membro de uma espécie que vive com outras espécies animais diferentes. Em nono lugar, Nussbaum fala sobre humor e brincadeira, isto é, riso e lazer. Por último, cada ser humano está ciente de seu ambiente e contexto que é diferente dos outros.

Nussbaum rejeita a crítica liberal de que a lista não respeita a autonomia ou de que ela é paternalista, e afirma ser o contrário, ela oferece oportunidade de ação autônoma. A capacidade mais importante é, precisamente, a capacidade de decidir. Ao apresentar este elenco de elementos básicos, Nussbaum está afirmando que não é suficiente que o Estado promova a saúde de forma limitada. O objetivo do planejamento de políticas públicas deve ser o de garantir meio propício para o desenvolvimento das capacidades listadas, ou seja, uma saúde pública limitada não viabilizaria os elementos minimamente importantes para o indivíduo gozar de uma vida boa. Vale ressaltar que a lista evidencia o que as pessoas são capazes de fazer para ter uma vida boa e não o que precisam ter para isso. E neste sentido, as capacidades ajudam a compensar as desigualdades sofridas pelas mulheres dentro da família (desigualdades de recursos e de oportunidades, déficits educacionais, baixo reconhecimento do valor de seu trabalho de cuidadora em casa, violações da sua integridade corporal). Essa abordagem pode ser um ponto de partida para

a reformulação do espaço público (ATIENZA, 2015), mas não retira do indivíduo a importante atribuição de agir para modificar sua própria vida (*agency*) (SEN, 2000).

1.2.3 Abordagem da autonomia em documentos de saúde coletiva

A importância da autonomia dos indivíduos também é exaltada em documentos orientadores de ações de promoção da Alimentação Adequada e Saudável publicados pelo Ministério da Saúde no Brasil (BRASIL, 2012; BRASIL, 2013; BRASIL, 2014; BRASIL, 2014a). Após busca pela palavra “autonomia” e análise do conteúdo em quatro documentos brasileiros que representam importantes marcos para a promoção da alimentação saudável, tem-se o seguinte:

- *Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional (BRASIL, 2012b)*: a palavra autonomia aparece em cinco diferentes contextos: a) “o poder e a autonomia de escolha” são mediados por fatores internos e externos que devem ser considerados em ações que pretendam interferir no comportamento alimentar; b) “saber preparar o próprio alimento gera autonomia”, sendo este o quarto dos nove princípios apresentados no documento, no qual se destaca a valorização da culinária enquanto prática emancipatória; c) “promoção do autocuidado e autonomia”, que consiste no quinto dos nove princípios apresentados no documento. Também é salientado que a autonomia das pessoas no seu cuidado pode ser ampliada pelo conjunto de práticas propostas pela Educação em Saúde; d) “educação enquanto processo permanente e gerador de autonomia”, que consiste no sexto dos nove princípios apresentados no documento. O fortalecimento da participação ativa e a ampliação dos graus de autonomia, para as escolhas e para as práticas alimentares implicam, por um lado, o aumento da capacidade de interpretação e a análise do sujeito sobre si e sobre o mundo e, complementarmente, a capacidade de fazer escolhas, governar, transformar e produzir a própria vida; e) “autonomia e a produção de materiais de apoio” para auxílio dos profissionais de saúde, que devem ter autonomia e acesso a processos de educação permanente.

- *Política Nacional de Alimentação e Nutrição (BRASIL, 2013)*: a palavra autonomia aparece em quatro diferentes contextos: a) “fortalecimento da autonomia dos indivíduos”, para aumentar a capacidade de interpretação e análise do sujeito sobre si e sobre o mundo, e a capacidade de fazer escolhas, governar e produzir a própria vida. No documento também é sinalizada a importância da ação de monitoramento da publicidade

e propaganda de alimentos, com intuito de proteger o consumidor das práticas potencialmente abusivas e enganosas e promover autonomia individual para escolha alimentar saudável; b) “ter mais autonomia significa conhecer as várias perspectivas, poder experimentar, decidir, reorientar, ampliar os objetos de investimento relacionados ao comer e poder contar com pessoas nessas escolhas e movimentos”; c) “autonomia e autocuidado”, que para seu exercício, é de fundamental importância pensar a educação alimentar e nutricional como processo de diálogo entre profissionais de saúde e a população; d) “as mudanças na gestão e na atenção ganham maior efetividade quando produzidas pela afirmação da autonomia dos sujeitos envolvidos, que contratam entre si responsabilidades compartilhadas nos processos de gerir e de cuidar”. Ainda sobre este documento, cabe um destaque para a definição dada à palavra *humanização*, no glossário: “(...) fomento da autonomia e do protagonismo dos sujeitos (...)”.

- *Guia Alimentar para a População Brasileira (BRASIL, 2014)*: a palavra autonomia aparece em quatro diferentes contextos: a) “autonomia nas escolhas alimentares”, que consiste em um dos compromissos descritos no Guia, bem como um dos cinco princípios expressos no documento; b) “sensação de autonomia”, gerada pelo reforço à cultura alimentar que o Guia incentiva; c) “autonomia dos agricultores”, que é diminuída pelo atual sistema alimentar, desfavorável aos agricultores e favorável à indústria alimentícia; e d) “autonomia para preparar alimentos” que diminuiu entre os mais jovens, que possuem cada vez menos confiança devido à perda da força da transmissão de habilidades culinárias entre gerações.

- *Política Nacional de Promoção da Saúde - PNaPS (BRASIL, 2014a)*: a palavra autonomia aparece em cinco diferentes contextos: a) “a promoção da saúde deve considerar a autonomia e a singularidade dos sujeitos, das coletividades e dos territórios”, informação que já é apresentada na Introdução do documento; b) “adota como princípios a equidade, a participação social, a autonomia, o empoderamento, a intersetorialidade, a intrassetorialidade, a sustentabilidade, a integralidade e a territorialidade”, que consiste em um dos três princípios do PNaPS; c) “promover o empoderamento e a capacidade para a tomada de decisão e a autonomia de sujeitos e coletividades por meio do desenvolvimento de habilidades pessoais e de competências em promoção e defesa da saúde e da vida”, que consiste em um dos 13 objetivos específicos do PNaPS; d) “o estímulo à pesquisa, à produção e à difusão de experiências, conhecimentos e evidências que apoiem a tomada de decisão, a autonomia, o empoderamento coletivo e a construção

compartilhada de ações de promoção da saúde”, que consiste em uma das oito diretrizes do PNaPS; e e) “promover, articular e mobilizar ações para redução do consumo abusivo de álcool e outras drogas, com a corresponsabilização e autonomia da população, incluindo ações educativas, legislativas, econômicas, ambientais, culturais e sociais”, que consiste no conteúdo de um dos oito temas prioritários do PNAPS, o “enfrentamento do uso abusivo de álcool e outras drogas”.

De um modo geral, a concepção da autonomia nos quatro diferentes documentos se vincula à ideia de autorregra e autodeterminação, se relacionando a ideia de liberdade positiva, aquela que parte da vontade individual (BERLIN, 1979). A *Política Nacional de Alimentação e Nutrição*, em seu último item, e a *Política Nacional de Promoção da Saúde*, no item “d”, esboçam a ideia de autonomia enquanto conquista para além das habilidades e intenção individual, no entanto, não há aprofundamento neste sentido.

1.3 Modelo conceitual

A construção de modelos conceituais é recomendada para organizar a teoria de um novo conceito, para fundamentar a construção de instrumentos de aferição e pra orientar estudos e intervenções voltados a uma determinada temática. De uma forma geral, o estabelecimento da estrutura conceitual pode ser obtido por meio de pesquisa bibliográfica, grupos focais, entrevistas e conversas com especialistas e atores chave (STREINER; NORMAN; CAIRNEY, 2015).

Um modelo é uma manifestação cultural destinada a representar aspectos de uma realidade a fim de torná-los descritíveis e observáveis. É uma representação objetiva, simplificada e inteligível do mundo, que permite a compreensão de elementos essenciais de um constructo, domínio ou campo de estudo (EARP; ENNETT, 1991; SAYÃO, 2001). Os modelos são concebidos a partir da necessidade humana de compreender a realidade, sendo influenciados pelo olhar dos pesquisadores envolvidos e pelas experiências que guiaram seu processo de construção. Em um modelo podem não ser incluídos todos os elementos e observações associados ao constructo, no entanto, esta característica pode ser valiosa por ocultar detalhes secundários, permitindo que aspectos fundamentais se sobressaiam (SAYÃO, 2001).

Segundo Stachowiak (1972) os modelos apresentam três características básicas: de mapeamento, de redução (destaque para os atributos relevantes) e de pragmatismo

(soma dos efeitos atribuídos ao constructo). Para Haggett e Chorley (1975) os modelos podem ser descritivos (descrição da realidade) e normativos (o que se pode esperar que ocorra sob certas condições estabelecidas). Eles podem, ainda, ser classificados segundo a natureza de sua constituição, ou seja, podem ser visualizados como construções sólidas, físicas ou experimentais e, também, como modelos teóricos, simbólicos, conceituais ou mentais.

Segundo Earp e Ennett (1991), um modelo conceitual é um diagrama de componentes interligados aos conceitos relacionados a um problema particular de saúde pública (constructo de interesse), também visto como algo abstrato capaz de ser empiricamente observado ou mensurado. Retratado por caixas (boxes) e processos indicados por linhas ou setas, fornece uma imagem que representa uma questão de pesquisa sob investigação ou o foco de um esforço de intervenção específico.

No âmbito da saúde coletiva, os modelos ganham complexidade a partir do entendimento de que um determinado evento sofre influência de fatores de múltiplos níveis, sendo tal evento fruto da interação entre indivíduo e ambiente (perspectiva ecológica) (SAYÃO, 2001). Sayão orienta que, quando for o caso, seja escolhido um desfecho de interesse e que sejam selecionadas somente as principais causas ou fatores envolvidos. Ou seja, selecionar, dos múltiplos níveis, os determinantes essenciais, a fim de mostrar somente uma parte da cadeia causal em vez de retratar todo o seu processo. Limitar o escopo e ter foco são características importantes de um modelo conceitual, já que ele é útil para resumir e integrar conhecimentos, definir conceitos, fornecer explicações de relações causais e generalizar hipóteses.

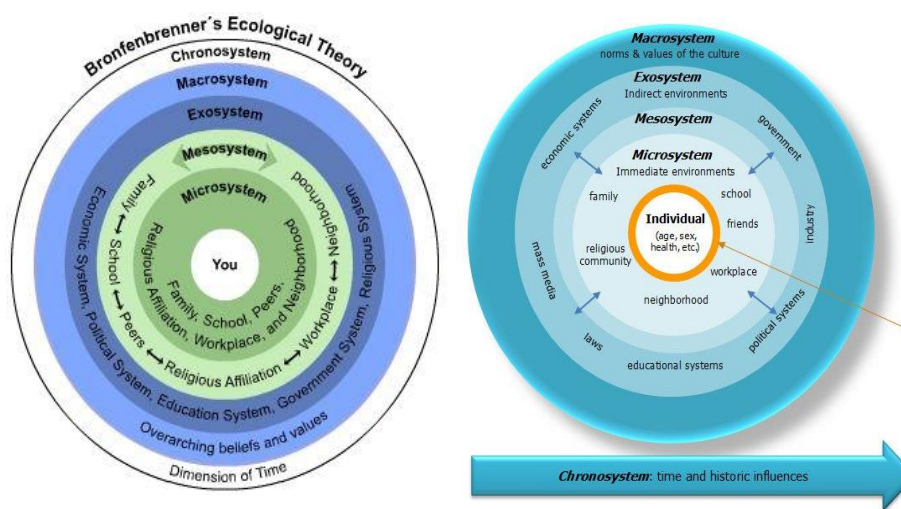
1.3.1 Teoria de Urie Bronfenbrenner

Urie Bronfenbrenner (1917-2005) foi um psicólogo russo que desenvolveu nos EUA a chamada Teoria de Urie Bronfenbrenner, também chamada de Teoria ecológica de sistemas ou Teoria ecológica do desenvolvimento. Esta teoria foi fundamental para mudar a perspectiva da psicologia do desenvolvimento, chamando a atenção para o grande número de influências ambientais e sociais sobre o desenvolvimento infantil, sendo referência dentro da psicologia evolutiva e em outras áreas da saúde. Já que ela articula quatro importantes elementos que são inter-relacionados: pessoa, processo,

contexto e tempo, e consegue dar forma e consistência a essas ocorrências (MARTINS; SZYMANSKI, 2004).

Urie Bronfenbrenner propõe que existem cinco sistemas que envolvem o indivíduo e modelam o seu comportamento. Esses sistemas são (BRONFENBRENNER, 2000): *microssistema* - é o núcleo básico onde o indivíduo se desenvolve. É o nível mais próximo ao indivíduo; *mesossistema* - engloba os vínculos que os microssistemas estabelecem entre si. Por exemplo, a relação entre família e escola, ou entre professores e as famílias, entre a vizinhança e a família etc.; *exossistema* - refere-se aos contextos que influenciam os microssistemas, mas sem grande participação direta dos indivíduos. Por exemplo, sistema educativo, política, religião, mídia, etc.; *macrossistema* - são os valores culturais e políticos de uma sociedade, os modelos econômicos e as condições sociais; *cronossistema* - é momento histórico em que vive o indivíduo (BRONFENBRENNER, 1993; 1994; 1995; 1999). Esses níveis ganharam diferentes representações visuais nos diferentes estudos, como ilustrado na Figura 4.

Figura 4 - Diferentes representações visuais da teoria de Urie Bronfenbrenner.



Fonte: MARTINS; SZYMANSKI, 2004.

2 JUSTIFICATIVA

O atual sistema alimentar hegemônico visa estabelecer um padrão alimentar entre as famílias, por meio, entre outros, de agressivas estratégias de *marketing* e da intensa e ubíqua oferta de alimentos ultraprocessados, pouco tributados e, às vezes, até subsidiados economicamente, e cujas embalagens não trazem informações nutricionais claras, muitas vezes confundindo o consumidor. A praticidade e a rapidez no preparo das refeições, alcançadas por meio do uso desses alimentos ultraprocessados, são o grande chamariz utilizado para atrair consumidores que sofrem pressões da vida moderna, especialmente a urbana. E, assim, paulatinamente, as tarefas da cozinha doméstica são transferidas, em grande parte, para a indústria alimentícia, que vem homogeneizando a alimentação e desritualizando a refeição em casa.

Essas alternativas práticas, rápidas e globalizadas de alimentos tornaram-se foco de atenção nos últimos anos, pois seu consumo frequente tem sido associado a doenças como diabetes, dislipidemias e hipertensão. Elas também se relacionam ao enfraquecimento da cultura alimentar local e à menor transmissão e desenvolvimento de habilidades culinárias, já que os alimentos prontos para consumo não necessitam de nenhuma intervenção culinária para serem ingeridos. Então, se o padrão alimentar praticado em casa não exige habilidades culinárias, estas passam a ser pouco exercitadas e, com o tempo, perdidas. Desta forma, tem-se um ciclo vicioso de passividade alimentar, pois se estabelece um distanciamento e nenhum envolvimento com o preparo do que se consome.

No entanto, vale ressaltar que esta problemática tem suas raízes em um solo infértil para a prática culinária. Ou seja, existem problemas estruturais que podem ser determinantes para a postura individual, e centrar os esforços somente nas práticas é desconsiderar a profundidade da situação, é atuar de forma superficial. O racismo estrutural, a desigualdade de gêneros, a pobreza e a dificuldade de acesso à saúde e à educação são alguns elementos que cerceiam as possibilidades de escolha dos indivíduos, inclusive a de cozinhar.

Logo, ganha centralidade no debate sobre alimentação saudável o resgate e o fortalecimento da culinária doméstica, mas por meio de uma abordagem que considere o contexto em que ela se insere e os seus determinantes sociais. Nos próximos anos, serão de suma importância iniciativas que visem ao empoderamento do indivíduo no

preparo de sua refeição, incentivando a autonomia culinária, que remete à capacidade de o indivíduo ser o protagonista na sua alimentação, aquele que faz escolhas e toma decisões.

Considerando a pouca visibilidade que a culinária doméstica ainda tem nas discussões sobre saúde pública no Brasil e no mundo, com debates incipientes e, por vezes, limitados aos aspectos de boas práticas de produção, são necessárias ações para valorização deste tema de crescente importância. Sabe-se das pressões da indústria alimentícia e, também, que a forma de preparo das refeições em casa mudou, mas não se tem mapeado quão alheio ao preparo do que se consome o indivíduo está, o quanto ele transfere para terceiros as funções de preparar o que ingere e tampouco os motivos para isso.

Este é tema novo na ciência brasileira e mundial. Sua discussão é necessária para avanços nas abordagens sobre alimentação saudável, que tem reflexos sobre a saúde. Ainda não há na literatura estudos que relacionem a concepção de autonomia à prática da culinária em casa. Logo, o desenvolvimento de estudos conceituais como este, pode oferecer subsídios para uma compreensão mais ampla desta temática no contexto contemporâneo e para ações efetivas e adequadas à realidade doméstica.

3 OBJETIVO

3.1 Geral

- Desenvolver o conceito de *Autonomia Culinária*, fundamentando-se nos conceitos de *Habilidades Culinárias* e de *Autonomia* para o campo da Nutrição e Saúde Coletiva.

4 MÉTODOS

4.1 Caracterização do estudo

Estudo de caráter teórico-conceitual desenvolvido em duas etapas, construção de mapa conceitual de habilidades culinárias e construção de modelo conceitual de autonomia culinária.

4.2 Desenvolvimento do projeto

Neste estudo, as seguintes etapas compuseram o desenvolvimento do conceito de autonomia culinária: *revisão bibliográfica e mapeamento de conceitos* relacionados à autonomia culinária; *construção de mapa conceitual* (ferramenta gráfica para organizar o conhecimento) *de habilidades culinárias (MCHC)*; *construção de modelo conceitual de autonomia culinária (MCAC)* e *quadro com definições e exemplos* dos componentes. Com exceção da etapa de revisão bibliográfica e mapeamento de conceitos, todas as demais contaram com a opinião de especialistas, tendo em vista o entendimento de que a técnica de pesquisa “painel de pesquisadores” é recomendada na construção coletiva de mapas e modelos conceituais (BURKE et al., 2005; PINHEIRO et al., 2013).

Como este estudo teve como objetivo principal o desenvolvimento de um novo conceito, algumas bases teóricas foram escolhidas para sua sustentação. A primeira delas é a de visão ampliada sobre habilidades culinárias. Frances Short (2006) foi a autora escolhida como principal referência bibliográfica neste tema, por dois motivos principais. Primeiro, ela apresenta as habilidades culinárias como um conjunto de habilidades que vão além da etapa do preparo somente, incluindo o planejamento e a criatividade, por exemplo. Essa visão ampliada contribui para mapear os desafios de cozinhar e compreender de forma mais ampla a complexidade desta atividade. O outro motivo se refere ao fato de conceber as habilidades com foco no indivíduo e não na preparação. Ou seja, a autora elenca as habilidades culinárias que o indivíduo deve possuir para cozinhar, e não as habilidades necessárias para a execução de certa preparação. Em outras palavras, refere-se às habilidades técnicas que o ato de cozinhar demanda e não às habilidades técnicas imprescindíveis para fazer um bolo de dois andares, por exemplo.

Outro importante pilar do conceito de Autonomia Culinária (AC) foi a concepção de autonomia presente na abordagem das Capacidades Humanas. Nessa abordagem, a busca pela liberdade e autonomia motiva a transformação dos diferentes *funcionamentos* para *capacidades*. Ou seja, a autonomia possibilita que as pessoas escolham quais funcionamentos são capazes de exercer ou ser para seu bem-estar, em um contexto de acesso a oportunidades e garantia de direitos para ser ou fazer aquilo que é de sua vontade (CLAASSEN; DÜWELL, 2012; SEN, 2000; NUSSBAUM, 1990; 1995).

Também foi adotado como referencial o Guia Alimentar para a População Brasileira (BRASIL, 2014), que aborda a culinária e as habilidades envolvidas no preparo de refeições, como práticas e competências emancipatórias para a promoção da alimentação adequada e saudável dos indivíduos e das populações. Neste sentido, a abordagem de culinária e das habilidades culinárias preconizada pelo Guia Alimentar implica um cozinhar que valoriza o preparo de refeições baseadas na combinação de alimentos *in natura* e/ou minimamente processados e ingredientes culinários, entendendo como desvantagem a incorporação dos alimentos ultraprocessados nas refeições tradicionais (BRASIL, 2014; MONTEIRO et al., 2017).

Quanto à estrutura e à concepção de fundo do modelo, o MCAC tomou como base a Teoria de Urie Bronfenbrenner, também chamada de Teoria ecológica de sistemas ou Teoria ecológica do desenvolvimento humano (BRONFENBRENNER, 1993; 1994; 1995; 1999). Já que ela articula quatro elementos fundamentais para a concepção da AC: pessoa, processo, contexto e tempo.

Já em relação ao painel de especialistas, tomamos por base o proposto por Pinheiro e colaboradores (2013), que propõem que o painel de especialistas em um estudo pode assumir três formatos distintos. No primeiro, eles são envolvidos quando um novo domínio de pesquisa está sendo estabelecido e não se conta com informações anteriores sobre o assunto; no segundo, são convocados para uma etapa inicial de “calibração” ou “validação” de instrumentos ou procedimentos; e o terceiro tipo de abordagem se aproxima do formato de um estudo piloto, quando o pesquisador pretende testar algum procedimento ou instrumento a ser efetivamente empregado na coleta de dados do estudo.

Com base nessas referências, foi adotado o seguinte percurso:

- **Etapa 1:** *revisão bibliográfica e mapeamento de conceitos* relacionados à AC.

Conforme mencionado anteriormente, na Apresentação, o primeiro tema a ser pesquisado foi o de habilidades culinárias (HC). A revisão foi iniciada por meio de busca

bibliográfica em bases de dados e de listas de referências bibliográficas de artigos científicos, e culminou na construção de uma primeira versão do MCHC. No entanto, apesar de o tema HC, até então objeto central do projeto, ser complexo e muito rico, ele se mostrou insuficiente para a compressão de outro evento de maior robustez e também objeto de interesse desse estudo, a culinária doméstica. Esta constatação fez brotar a intenção de compreender como as pessoas se tornam protagonistas de sua alimentação, os motivos para cozinhar, quais facilitadores e barreiras para essa prática em casa.

A cada reflexão feita, ficava mais claro que o evento de interesse não se resumia a possuir ou não habilidades. Existiam elementos para além da esfera individual que deveriam ser contemplados na reflexão sobre o tema. Assim, crescia a intenção de tratar esse tema considerando o empoderamento e a autodeterminação na culinária doméstica, o que culminou na criação do termo *autonomia culinária*. Logo, não só o tema HC foi alvo de interesse, bem como os relativos à autonomia, liberdade e direitos. Desta forma, importantes autores destes temas foram pesquisados através das mesmas estratégias acima citadas.

- **Etapa 2:** *esboço da 1ª versão* do mapa conceitual de habilidades culinárias, do modelo conceitual de autonomia culinária e do quadro com definições e exemplos dos componentes do modelo (três produtos);

Por se tratar de um conceito novo e ainda não discutido na literatura, o MCHC e o MCAC foram esboçados de acordo com os achados da literatura. Já o quadro com definições e exemplos teve como objetivo detalhar, de forma minuciosa e didática, as informações apresentadas no MCAC.

- **Etapa 3:** *realização da 1ª oficina de especialistas*, com os objetivos de promover uma sessão de “toró de ideias” (*brainstorming*) sobre autonomia culinária e conceitos relacionados e discutir a primeira versão dos três produtos citados acima.

Foram convidados para esta oficina 20 especialistas, entre eles, estudiosos da culinária, pesquisadores que desenvolvem estudos em culinária e promoção da saúde, em sua interface com a técnica dietética e com a saúde coletiva, e pesquisadores com experiência em construção de mapas/modelos conceituais e em direito humano à alimentação adequada e saudável. Apesar de Streiner e colaboradores (2015) recomendarem entre três e 10 especialistas para esta etapa, optou-se por convidar o dobro do número máximo -considerando os possíveis imprevistos e eventuais ausências - a fim de garantir a presença de pelo menos 10 especialistas na oficina. Por se tratar de um tema pioneiro, a meta estabelecida foi consultar no mínimo 10 especialistas.

Após confirmação da participação na oficina, os especialistas receberam os termos de confidencialidade (APÊNDICE A) e de consentimento livre e esclarecido (APÊNDICE B) para serem preenchidos via formulário eletrônico. Em seguida, eles receberam por e-mail o material para leitura que sistematizou referenciais teóricos que subsidiariam as discussões.

Tanto a primeira quanto a segunda oficina foram presenciais e ocorreram na Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ). A primeira seguiu a programação detalhada no APÊNDICE C. Como parte dos especialistas não se conhecia, eles foram convidados a se apresentarem no início da atividade por meio de uma dinâmica que consistiu em todos deixarem o corpo se mover livremente ao som da cantiga popular intitulada “Da abóbora faz melão”, que foi cantada por todos. Em seguida, foi realizado o “toró de ideias” (*brainstorming*) e os participantes foram incentivados a contribuir, em voz alta e sem constrangimento ou críticas, com palavras ou frases que remetessem ao termo autonomia culinária. Todo o conteúdo do “toró de ideias” foi registrado em local visível durante a atividade.

Posteriormente, para dar início às discussões em subgrupos, foi realizada uma breve apresentação sobre os principais referenciais teóricos que embasaram a construção dos produtos sobre os quais eles dariam opinião. Apesar de todos terem recebido material para consulta prévia, era fundamental garantir que os participantes tivessem familiaridade com os conteúdos estruturantes do MCHC, MCAC e quadro com definições e exemplos.

As discussões em grupos menores aconteceram em três diferentes rodadas. Eles foram orientados a não terem o compromisso de chegar a um consenso, mas a anotar as diferentes ideias a respeito do mesmo item, para que o mesmo pudesse ser discutido na plenária final. Em cada rodada, os especialistas opinavam sobre um dos produtos. Concluída cada atividade, os especialistas trocavam de grupo, se reunindo com novas

peessoas. No entanto, o número de especialistas de cada perfil se mantinha semelhante nas diferentes rodadas. Ou seja, sempre havia especialistas de diferentes perfis em cada discussão. Por fim, foi realizada, em plenária, uma rodada final de sugestões. Os especialistas escutaram os relatores de cada grupo e fizeram suas colocações finais sobre os produtos.

A sessão foi gravada com aparelho multimídia e, ao final, a lista de palavras oriundas deste exercício foi revisada e confirmada pela pesquisadora. Após a oficina e com base em experiências prévias da pesquisadora e na revisão bibliográfica realizada na Etapa 1, ajustes foram feitos no mapa e quadro, bem como novas reflexões sobre o modelo foram suscitadas.

- **Etapa 4:** *elaboração da 2ª versão dos três produtos;*

Após a realização da 1ª oficina, a pesquisadora do estudo consolidou todas as sugestões para posteriormente analisá-las. Algumas foram facilmente acolhidas, por se tratarem de ajustes estéticos e de termos. Outras demandaram maior aprofundamento teórico para serem incorporadas e se tornaram alvo de discussões subsequentes (Etapa 5), quando ganharam novos desdobramentos e maior densidade.

- **Etapa 5:** *entrevistas individuais, consulta por e-mail e roda de conversa com atores-chave.*

Foram realizadas entrevistas semiestruturadas com cinco especialistas e ativistas brasileiros na área de Alimentação e Nutrição em Saúde Coletiva. Esta etapa visou dar profundidade e robustez ao modelo teórico. Recorreu-se à técnica de entrevista individual com atores-chave devido à necessidade de um maior aprofundamento sobre alguns conceitos que não havia sido atingido por meio das dinâmicas anteriores e, também, por se tratarem de pesquisadores com notória expertise nos assuntos eleitos, a saber: justiça alimentar; cultura alimentar; regulação e publicidade de alimentos; e saúde coletiva. Para isso, um roteiro de entrevista foi elaborado (APÊNDICE D). Todas as entrevistas foram agendadas por e-mail ou aplicativo de celular e realizadas utilizando-se o *software Skype*.

As consultas por e-mail foram a estratégia escolhida para se comunicar com especialistas estrangeiros. Tanto a apresentação do trabalho quanto as perguntas específicas para cada especialista foram traduzidas para o inglês. Foram escolhidos três especialistas estrangeiros atuantes nos seguintes temas: abordagem das capacidades humanas; modelos teóricos e construção de instrumentos de aferição; e habilidades culinárias.

Já a roda de conversa foi uma estratégia escolhida para dialogar com duas especialistas residentes no interior do Rio de Janeiro e que não puderam estar presentes na oficina. Esta roda teve como objetivo o aprofundamento dos seguintes temas: pobreza, equidade de gênero e igualdade racial.

- **Etapa 6:** *realização da 2ª oficina de especialistas*, com o objetivo de: apresentar e discutir as novas versões do modelo conceitual de autonomia culinária e do quadro com definições e exemplos.

Foram convidados para esta etapa todos os especialistas que participaram na 1ª Oficina. Diante da impossibilidade de participação de algum especialista, outro com perfil semelhante era convidado. Assim como na oportunidade anterior, esta oficina seguiu uma programação previamente elaborada (APÊNDICE E).

A fim de iniciar os trabalhos do dia, a dinâmica “*O que é autonomia culinária para você?*” foi a primeira atividade da oficina. Durante alguns minutos, os participantes responderam individualmente a esta pergunta em voz alta. O objetivo desta primeira atividade foi a retomada do conceito na visão de cada um com o intuito de provocar a organização mental das ideias. Em seguida, foram apresentados os avanços realizados no MCAC desde a oficina anterior, sendo destacados os novos elementos que haviam sido incorporados. O MCHC não foi objeto de novo opinamento nesta segunda oficina porque a primeira rodada foi considerada suficiente para a sua construção final.

Os especialistas que compareceram foram divididos em três subgrupos e, desta vez, não houve troca dos integrantes para diálogo sobre os dois produtos que foram apreciados: as novas versões do MCAC e do quadro com definições e exemplos. Os especialistas tiveram duas horas para discutir com maior profundidade os produtos. Eles puderam escolher se iriam discutir um produto por vez ou se iriam discuti-los concomitantemente.

Por fim foi realizada em plenária uma rodada final de sugestões. Os especialistas escutaram os relatores de cada pequeno grupo e fizeram suas colocações finais.

As oficinas, entrevistas, consultas por e-mails e roda de conversa foram conduzidas pela autora desta tese.

- **Etapa 7:** elaboração da 2ª versão do mapa conceitual de habilidades culinárias e 3ª versão do modelo conceitual de autonomia culinária e do quadro com definições e exemplo.

Após compiladas e analisadas todas as opiniões dos especialistas nas diferentes etapas, o MCHC foi desenvolvido no *software Cmap Tools*, o MCAC, nos *softwares Power Point e Word* e o quadro, no *software Excel*. Esses programas foram escolhidos para comunicar melhor a ideia a ser traduzida graficamente por *designer* profissional.

- **Etapa 8:** avaliação da validade de conteúdo do modelo teórico.

A validade de conteúdo foi avaliada por meio de procedimento qualitativo (comentários e discussão) e quantitativo (taxa de validade de conteúdo - CVR). Mais comumente utilizado para avaliar instrumentos, a taxa de validade de conteúdo, em inglês *Content Validity Ratio (CVR)*, é um método que foi desenvolvido por Lawshe (1975) e modificada por Waltz e Bausell (1981) e Lynn (1986). Streiner e colaboradores (2015) propõem seu uso para a realização da validade de conteúdo. Compuseram o painel de especialistas aqueles que haviam participado das oficinas, entrevistas ou roda de conversa. Cada um recebeu um documento via *Google Forms* com uma lista dos componentes do modelo teórico de autonomia culinária. Os especialistas avaliaram cada item em uma escala de quatro pontos, considerando: 4= “altamente relevante”; 3= “bastante relevante” ou “altamente relevante, mas precisa ser reescrita”; 2= “pouco relevante” e 1= “não relevante”.

O CVR de cada item foi obtido pela aplicação da seguinte fórmula:

$$CVR = \frac{n_e - \frac{N}{2}}{\frac{N}{2}}$$

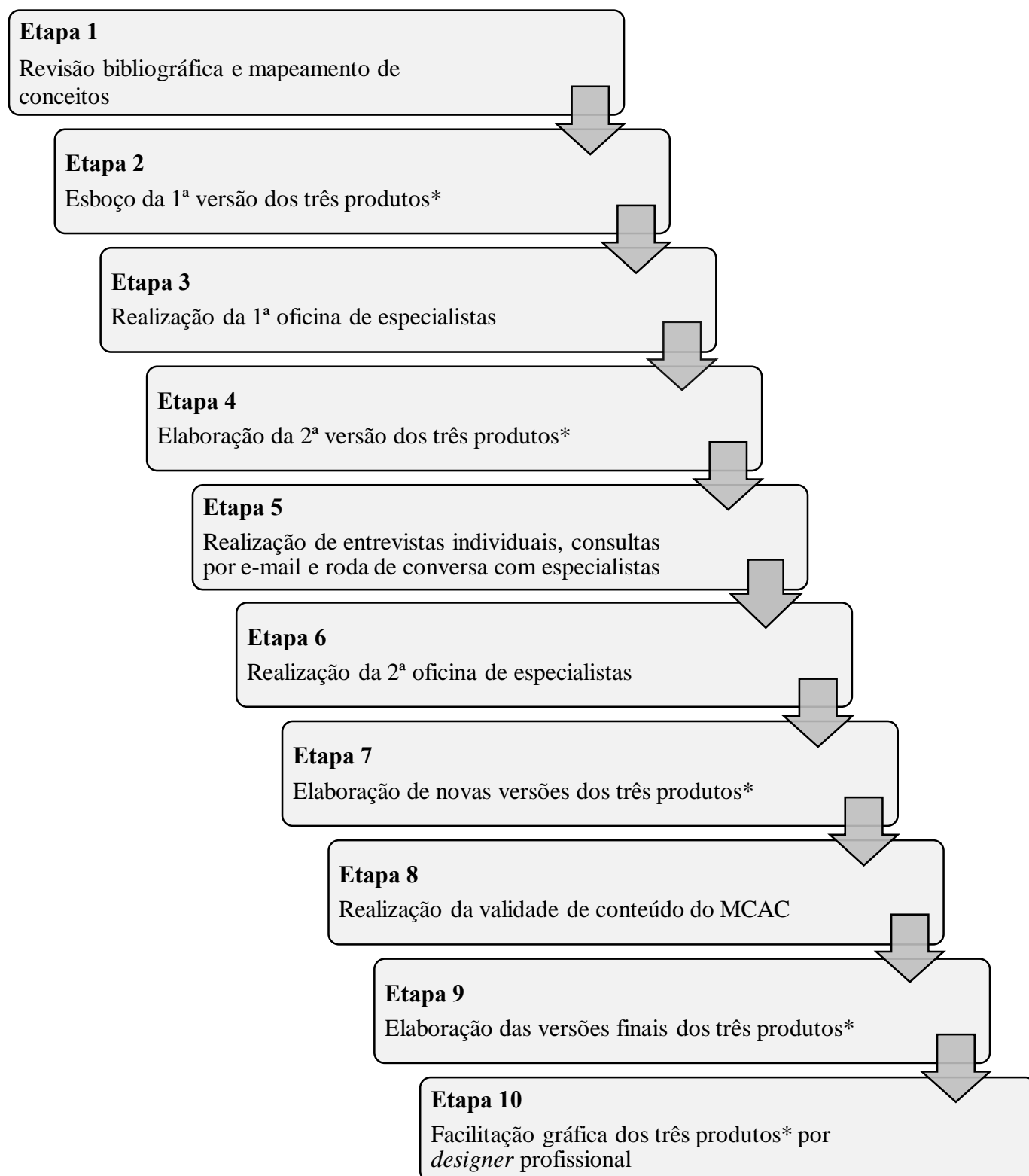
Onde “ n_e ” é o número de especialistas que classificaram cada item como “essencial” (4 ou 3) e “ N ” é o número total de respondentes. O CVR varia entre -1 e +1 e o valor de 0 significa que metade do painel considera o item essencial. Para garantir que o resultado não seja devido ao acaso, Lawshe (1975) recomendou um valor de 0,99 para cinco ou seis avaliadores (o número mínimo), 0,85 para oito avaliadores e 0,62 para 10 avaliadores. Como este estudo contou com a participação de 10 especialistas nesta etapa, foi adotado o valor de 0,62. Itens com valores abaixo dessas referências deveriam ser descartados. Quanto ao procedimento qualitativo, no documento entregue, havia espaço para comentários sobre os itens ou algum aspecto do constructo/domínio que o avaliador considerasse que deveria ser incluído.

- **Etapa 9:** *ajustes finais* no modelo após a realização da avaliação da validação de conteúdo;

Como nesta fase não foram consultadas sugestões de mudanças quanto aos formatos dos produtos, os ajustes feitos se relacionaram a reescrita, adição ou retirada de palavras e/ou componentes.

- **Etapa 10:** *elaboração de expressões gráficas* com apoio de *designer* profissional que atuou na facilitação gráfica do mapa conceitual de habilidades culinárias, do modelo conceitual de autonomia culinária e do quadro com definições e exemplos.

Figura 5 - Descrição das etapas de construção do modelo conceitual de autonomia culinária. Estudo sobre autonomia culinária, Rio de Janeiro, 2018.



*três produtos: mapa conceitual de habilidades culinárias (MCHC); modelo conceitual de autonomia culinária (MCAC) e quadro com definições e exemplos dos componentes.

Fonte: A autora, 2018.

4.2.1 Aspectos éticos

O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética da Universidade Federal do Rio de Janeiro Campus Macaé (CEP – CAAE: 78647017.2.0000.5699) (ANEXO A) e da Universidade do Estado do Rio de Janeiro (CEP – CAAE: 78647017.2.3001.5259) (ANEXO B). Só foram incluídos no estudo os especialistas e atores-chave que concordaram em participar e assinaram Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (APÊNDICE B).

4.2.2 Financiamento do estudo

O presente estudo conta com apoio financeiro e logístico do Núcleo de Alimentação e Nutrição em Políticas Públicas, do Instituto de Nutrição da Universidade do Estado do Rio de Janeiro, no qual o presente estudo está inserido.

5 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Na revisão de literatura, realizada pela autora, não foi encontrado em nenhuma base de dados científicos pesquisada (Periódicos Capes, *PubMed*, *Scielo*, EBSCO *Discovery Service* (EDS)) artigo que apresentasse o termo “autonomia culinária”, já “*cooking autonomy*” foi citado em dois artigos científicos, que se referiram à autonomia culinária como: algo alcançado por meio do consumo de frangos já comprados cozidos e congelados, a fim de serem consumidos em casa com praticidade (STEVE, 1999); e algo que é sinônimo de *cozinhar para si mesmo* (*cooking for one's self*) (MARSHALL; BELL, 2004). Em ambos os textos, o termo aparece uma única vez e sem maiores detalhamentos. Esta etapa confirmou não só o ineditismo do tema, mas também da abordagem ampliada apresentada nesta tese.

A coleta de dados, realizada no período de janeiro a junho de 2018, foram ouvidos, ao todo, 28 especialistas de 15 Instituições de Ensino Superior (IES), três de movimentos sociais, um de agência internacional de saúde pública e um de Órgão de assessoramento ao presidente da República do Brasil. A maior parte dos participantes foi composta por mulheres (n=25), portanto, as contribuições recebidas pelos especialistas possuem a influência predominante do olhar feminino. O que pode ser visto, por um lado, como uma limitação deste estudo e, por outro, como uma consulta à figura de maior familiaridade à culinária doméstica, que é a mulher (LAVELLE, 2016; MILLS, 2017; SHORT, 2006). A descrição detalhada do perfil desses especialistas está apresentada no Quadro 3.

Mais à frente, serão apresentadas as versões desenvolvidas para organizar as diversas leituras feitas sobre os temas relacionados às HC e à AC (Figuras 6 e 8), que foram apresentadas na 1ª oficina e receberam inúmeras melhorias, gerando, desta forma, a versão final (Figura 9). Ressalta-se que como o objetivo central desta tese foi desenvolver um novo conceito, optou-se por desenvolvê-lo com o auxílio de um esquema visual, no caso, um modelo teórico. O novo constructo poderia ter sido apresentado por meio de um texto corrido, unicamente. Porém, acredita-se que a imagem facilita o entendimento, já que organiza visualmente as ideias inerentes ao conceito.

Etapa da coleta de dados	Área de conhecimento (Número de especialistas)	Filiação e ocupação
1ª Oficina de especialistas	Alimentação e Nutrição (05)	<ul style="list-style-type: none"> • Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ) - Docente do Instituto de Nutrição • Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ) - Docente do Curso de Nutrição (Macaé) - Docente do Instituto de Nutrição • Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro (UNIRIO) - Docente da Escola de Nutrição
	Culinária (07)	<ul style="list-style-type: none"> • Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ) - Docente do Instituto de Nutrição • Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ) - Docente do Curso de Gastronomia - Nutricionista do Sistema de Alimentação • Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC) - Docente do Departamento de Nutrição • Universidade de São Paulo (USP) - Docente da Faculdade de Medicina de Ribeirão Preto - Pesquisadora do Núcleo de Pesquisas Epidemiológicas em Nutrição e Saúde (NUPENS)
	Modelo conceitual e Construção de instrumentos (03)	<ul style="list-style-type: none"> • Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ) - Docente do Instituto de Nutrição • ACT Promoção da Saúde e Universidade Federal Fluminense (UFF) - Pesquisadora e docente da Faculdade de Nutrição • Universidade Veiga de Almeida (UVA) - Docente do curso de Nutrição
	Direito humano à alimentação adequada e saudável(03)	<ul style="list-style-type: none"> • Fundação Oswaldo Cruz (Fiocruz) - Pesquisador do Instituto Oswaldo Cruz - Pesquisador na Escola Nacional de Saúde Pública (ENSP) • Põe no Rótulo - Advogada
2ª Oficina de especialistas	Alimentação e Nutrição (08)	<ul style="list-style-type: none"> • Fundação Oswaldo Cruz (Fiocruz) - Pesquisador da Escola Nacional de Saúde Pública (ENSP) • Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ) - Docente do Instituto de Nutrição - Nutricionista • Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ) - Docente do Curso de Nutrição (Macaé) - Docente do Instituto de Nutrição • Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ) - Docente do Instituto de Nutrição • Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ) - Docente do Curso de Gastronomia • Universidade de São Paulo (USP) - Docente da Faculdade de Medicina de Ribeirão Preto - Pesquisadora do Núcleo de Pesquisas Epidemiológicas em Nutrição e Saúde (NUPENS)
	Culinária (06)	<ul style="list-style-type: none"> • Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ) - Docente do Instituto de Nutrição • ACT Promoção da Saúde e Universidade Federal Fluminense (UFF) - Pesquisadora e Docente da Faculdade de Nutrição • Universidade Veiga de Almeida (UVA) e Faculdade Bezerra de Araújo (FABA) - Docente do curso de Nutrição
	Modelo conceitual e Construção de instrumentos (03)	<ul style="list-style-type: none"> • Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ) - Docente do Instituto de Nutrição • ACT Promoção da Saúde e Universidade Federal Fluminense (UFF) - Pesquisadora e Docente da Faculdade de Nutrição • Universidade Veiga de Almeida (UVA) e Faculdade Bezerra de Araújo (FABA) - Docente do curso de Nutrição
	Direito humano à alimentação adequada e saudável (01)	<ul style="list-style-type: none"> • Põe no Rótulo - Advogada
Entrevista individual	Cultura alimentar(01)	<ul style="list-style-type: none"> • Universidade Federal da Bahia (UBA) - Docente da Escola de Nutrição
	Justiça alimentar (01)	<ul style="list-style-type: none"> • Universidade Federal de Juiz de Fora (UFJF) e Projeto REAJA – Rede de estudos e ações em Justiça Alimentar - Docente da Faculdade de Direito e Coordenador
	Regulação e publicidade de alimentos (01)	<ul style="list-style-type: none"> • Instituto Brasileiro de Defesa do Consumidor (Idec) e Universidade de São Paulo (USP) - Pesquisadora e Pesquisadora do Núcleo de Pesquisas Epidemiológicas em Nutrição e Saúde (NUPENS)
	Saúde pública (02)	<ul style="list-style-type: none"> • Universidade Federal de Brasília (UNB) e Conselho Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional (CONSEA) - Docente do Departamento de Nutrição a Faculdade de Direito UNB e Presidenta • Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS) - Assessor regional de Nutrição
Consulta por e-mail a pesquisadores estrangeiros	Abordagem das capacidades humanas e modelo teórico (01)	<ul style="list-style-type: none"> • University of Groningen (Holanda) - Pesquisadora do Centro de Pesquisa Populacional e docente de Nutrição e Saúde no Departamento de Medicina
	Construção de instrumentos de aferição (01)	<ul style="list-style-type: none"> • University of Toronto (Canada) - Docente do departamento de Psiquiatria e Neurociências Comportamentais
	Habilidades culinárias (01)	<ul style="list-style-type: none"> • Queen's University Belfast (Irlanda do Norte) - Pesquisadora do Institute for Global Food Security
Roda de conversa	Economia e Serviço Social (01) Alimentação de Povos Tradicionais de Matriz Africana (01)	<ul style="list-style-type: none"> • Universidade Federal Fluminense (UFF) - Docente do curso de graduação em Serviço Social (Rio das Ostras) • Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ) - Docente do Curso de Nutrição (Macaé)
Total	28 especialistas	15 IES*; 03 Movimentos sociais; 01 Agência internacional de saúde pública; 01 Órgão de assessoramento imediato à Presidência da República do Brasil

*Instituições de Ensino Superior
Fonte: A autora, 2018.

5.1 Oficinas de especialistas

As duas oficinas de especialistas ocorreram nos meses de janeiro e maio de 2018 com a participação de 18 especialistas em cada vez e duração de quatro horas e meia (Quadro 3). A maior parte dos especialistas (n=13) participou das duas atividades.

Como resultado de uma das atividades realizadas durante a 1ª oficina, o Toró de ideias (*brainstorming*), foram obtidas as seguintes palavras ou frases em resposta à consigna “*Autonomia culinária é:...*”: “custo”, “poder quando cozinha”, “curiosidade”, “sabor ser o seu”, “empoderamento”, “entrega”, “investimento”, “conhecimento”, “receita”, “autonomia”, “liberdade de escolha”, “além das habilidades culinárias”, “autonomia x independência”, “padrão/repetição”, “construção”, “processo contínuo”, “equipamento”, “ter fogão”, “tempo”, “dedicação”, “influência do ambiente alimentar”, “preservação da cultura alimentar, da culinária e dos saberes”, “saber cozinhar”, “saber fazer refeições e outras coisas”, “diferente de habilidades culinárias”, “soberania alimentar”, “poder”, “prazer”, “desenvoltura”, “autonomia é para todos?”.

Como se pode ver, foram destacadas as ideias de poder e empoderamento, de tempo e dedicação, de preservação do que é local e de ser algo além de habilidades. Ou seja, o termo “autonomia culinária”, já no primeiro momento, transmitiu a ideia do indivíduo que é protagonista de sua alimentação, que por sua vez tem identidade (“sabor ser seu” e “preservação da cultura alimentar”). É interessante notar que este termo pareceu comunicar bem a ideia de algo que é construído, que demanda além de habilidades, como “conhecimento” e “desenvoltura”, mas que dá “prazer”, pois se relaciona com a ideia de “liberdade de escolha”. Outro ponto observado e que aparece em outras argumentações desta tese é que a autonomia culinária lembra a ideia de que há necessidade da presença de alguns “pré-requisitos” para que ocorra, como “conhecimento”, “saber cozinhar”, “equipamentos” etc.

5.2 Entrevistas individuais, consulta por e-mail e roda de conversa

As entrevistas foram muito ricas para aprofundamento de partes específicas e para o desenvolvimento do modelo de forma geral. As entrevistas tiveram duração média de 76 minutos, variando de 50 a 101 minutos em função do aprofundamento dado aos componentes de maior conhecimento de cada especialista.

Os principais resultados (desdobramentos) da consulta por e-mail a especialistas estrangeiros foram: explicitar a origem de cada componente do modelo (Quadro 4); inserir a estrutura da cozinha como componente de grande relevância para a autonomia culinária; aprofundar a questão de gênero na perspectiva da abordagem das capacidades humanas incluir nas discussões a pesquisadora Martha Nussbaum que tem forte parceria com Amartya Sen no desenvolvimento da Abordagem das Capacidades Humanas e dá maior destaque às questões de gênero, componente de interesse no modelo teórico de autonomia culinária; concordância por parte de um dos autores do livro utilizado como referência (STREINER; NORMAN; CAIRNEY, 2015), adaptar o método CVR, tradicionalmente aplicado em validação de instrumentos, para validação do modelo teórico desenvolvido, incorporando perguntas sugeridas pelo especialista.

Quanto à roda de conversa, dentre as principais contribuições desta etapa destacam-se: colocar a figura da autonomia culinária com uma cor-síntese em relação aos demais níveis, revelar no modelo a complexidade de ser autônomo na culinária, no sentido de evidenciar os componentes de responsabilidade do Estado e, desta forma, não culpabilizar o indivíduo, já que cabe a ele somente uma parte dos componentes necessários para sua autonomia culinária; deixar evidente na parte escrita, não necessariamente no modelo, que este constructo está se contrapondo a um modelo de vida posto, que ele faz críticas à forma de operar vigente e propõe maior liberdade ao indivíduo.

Quadro 4 – Origem de cada componente do Modelo Teórico de Autonomia Culinária. Estudo sobre autonomia culinária, Rio de Janeiro, 2018.

NÍVEL	COMPONENTES	ORIGEM DO COMPONENTE					
		Revisão bibliográfica	Oficinas de especialistas	Consulta a pesquisadores estrangeiros	Entrevistas Individuais	Roda de conversa	Reflexão dos pesquisadores responsáveis
CRONOSSISTEMA	Valorização da culinária e alimentação na cultura alimentar						x
	Sistema alimentar comprometido com a prosperidade, equidade, sustentabilidade e saúde						x
MACROSSISTEMA	Garantia do direito humano à alimentação adequada e saudável		x				
	Garantia da saúde	x					
	Garantia da educação	x					
	Garantia da soberania alimentar		x				
EXOSSISTEMA Políticas públicas voltadas a:	Seguridade social				x		
	Promoção da equidade de gênero		x				
	Promoção da igualdade racial					x	
	Segurança alimentar e nutricional	x					
	Incentivo à culinária				x		
	Incentivo à agricultura familiar de base agroecológica		x				
	Incentivo à agricultura urbana de base agroecológica						x
MESOSSISTEMA	Uso saudável do tempo				x		
	Disponibilidade e acesso a alimentos in natura e minimamente processados	x					
MICROSSISTEMA	Movimentos sociais		x				
	Cozinha com infraestrutura básica			x			
	Importância atribuída à culinária		x				
	Compartilhamento das atividades culinárias	x					
	Poder de compra com análise crítica	x					
AGENTE	Plantio e produção doméstica de alimentos		x				
	Conhecimento em alimentação adequada e saudável	x					
	Interesse para cozinhar	x					
	Confiança para cozinhar	x					
	Disposição para cozinhar		x				
	Habilidades culinárias	x					
	Atitude estratégica	x					
Experiência e vivência em culinária		x					

Fonte: A autora, 2018.

5.3 Os produtos desta tese

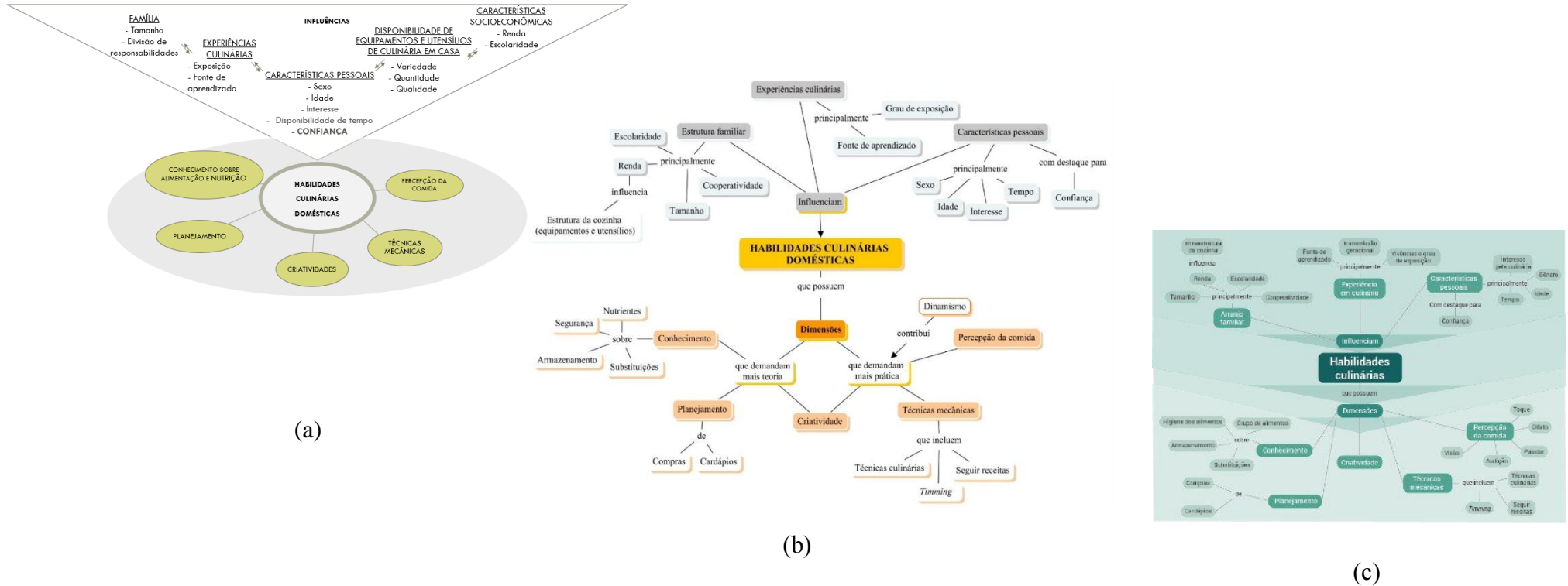
5.3.1 Mapa conceitual de habilidades culinárias (MCHC)

Foram construídas três versões do MCHC, a primeira e a segunda o foram com base na revisão bibliográfica e a terceira, cuja evolução pode ser visualizada na Figura 6, foi elaborada a partir das contribuições da 1ª oficina. Entre a primeira e a segunda versão, a evolução da proposta se referiu ao maior detalhamento dos conceitos e ajuste da expressão gráfica para que o produto ficasse condizente com a aparência de um mapa conceitual. Já as contribuições feitas na 1ª oficina foram incorporadas na versão produzida pela *designer* (última versão) (Figura 7). As sugestões dos especialistas acolhidas pela pesquisadora foram: retirada de componentes que expressassem ideias semelhantes; adaptação de termos ao novo Guia Alimentar para a População Brasileira; especificação de algumas palavras que estavam amplas e explicitação mais clara do fluxo no mapa, pois este não apresentava setas ou qualquer elemento que indicasse a direção da relação entre os componentes. Nenhuma crítica ou sugestão foi feita quanto ao formato do mapa.

O mapa destaca, na parte superior, elementos que a literatura já identificou como influências das habilidades culinárias (DANIELS et al., 2012; GATLEY; CARAHER; LANG, 2014; HARTMANN; DOHLE; SIEGRIST, 2013; LAVELLE et al., 2016; MAC; IOMAIRE; LYDON, 2011; MCGOWAN et al., 2015; MILLS et al., 2017; SHORT, 2003a, 2003b; TERNIER, 2010). Ao destacar tais influências, busca-se dar maior visibilidade às barreiras e aos facilitadores do desenvolvimento das habilidades envolvidas no ato de cozinhar.

São três os principais eixos de influência: estrutura familiar, experiências culinárias e características pessoais. Na literatura revisada, encontrou-se maior volume de informação sobre as características pessoais como sendo os principais elementos relacionados ao maior grau de habilidades culinárias, a saber: ser do sexo feminino (FUREY et al., 2000; MCLAUGHLIN; TARASUK; KREIGER, 2003; SHORT, 2006), ter interesse em culinária (LAVELLE et al., 2016), ter maior disponibilidade de tempo (MONSIVAIS et al., 2014) e mais idade (BRUNNER et al., 2010).

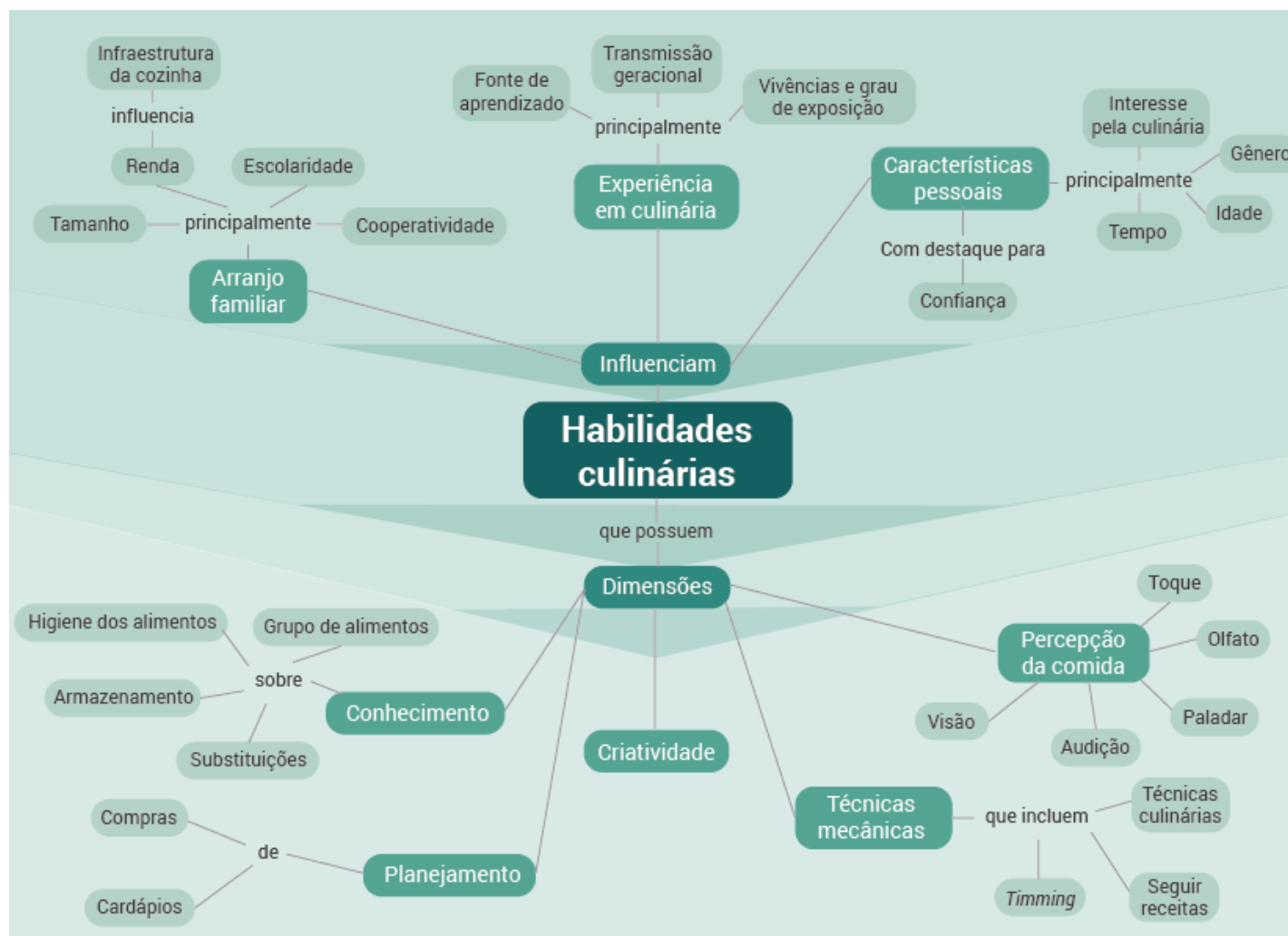
Figura 6 - Versões do Mapa Conceitual de Habilidades Culinárias em diferentes fases do estudo. Estudo sobre autonomia culinária, Rio de Janeiro, 2018.



Legenda: (a) – primeiro esboço para organização dos conceitos; (b) – versão apresentada na 1ª oficina de especialistas; (c) – versão final após incorporação das sugestões dos especialistas.

Fonte: A autora, 2018.

Figura 7 – Versão final do Mapa Conceitual de Habilidades Culinárias. Estudo sobre autonomia culinária, Rio de Janeiro, 2018.



Fonte: A autora, 2018.

A confiança recebe destaque por ter sido vastamente citada na literatura como uma característica que apresenta associação direta com as habilidades culinárias (CARAHER et al., 1999; DA ROCHA LEAL et al., 2011; MARTINS et al., 2017) e até como elemento constituinte (JOMORI et al., 2018). Neste mapa a confiança foi considerada como uma influência que merece destaque, mas não como elemento das dimensões mapeadas.

O contato que se tem com a culinária ao longo da vida também influencia as habilidades culinárias. O acesso a cursos, informações disponíveis em diferentes meios de comunicação, contato com a culinária em casa, na vizinhança e na escola, por exemplo, são elementos que aumentam a experiência em culinária. Um estudo conduzido na Irlanda apontou a figura materna como uma fonte de aprendizado que influencia positivamente nas escolhas alimentares dos aprendizes. Ou seja, os filhos tendiam a fazer escolhas nutricionalmente mais saudáveis quando aprendiam a cozinhar com suas mães (LAVELLE et al., 2016). Vale registrar que é possível que o mesmo papel possa ser desempenhado pelos pais, basta que igualmente sejam fonte de aprendizado em culinária dentro de casa.

O espaço onde está inserido o arranjo familiar também consiste em uma importante influência, pois, por exemplo, a depender da renda familiar, tem-se uma cozinha mais ou menos estruturada e, portanto, convidativa para a prática culinária (MILLS et al., 2017; LAVELLE et al., 2017). A renda também é determinante para a compra de gêneros alimentícios que possibilitam a existência da culinária doméstica. O conhecimento, que se relaciona com a escolaridade, exerce influência à medida que possibilita maior compreensão dos benefícios da culinária doméstica em oposição à alimentação à base de alimentos ultraprocessados.

Ao conceber que o ato de cozinhar consiste em muito mais que somente misturar alimentos na panela, dá-se visibilidade a sua complexidade. Ou seja, antes mesmo de picar, descascar, refogar ou ferver, é necessário dispor de alimentos em casa. Portanto, planejar a compra, comprar e organizar os alimentos, criar um cardápio ou conjunto de preparações que irão compor uma refeição, organizar mentalmente a sequência das atividades a serem realizadas na execução deste cardápio, provar as preparações antes de serem servidas, sentir o aroma que exalam, tocar nos alimentos, conferir cor e aparência, lavar louças e utensílios utilizados, limpar e organizar a cozinha após a refeição, igualmente compõem o cozinhar e devem ser considerados ao pensar a culinária doméstica.

Há de se convir, portanto, que cozinhar não é uma tarefa simples. A cooperação entre as pessoas que compartilham o mesmo fogão é importante para a concretização da culinária doméstica, que é viabilizada, dentre outras coisas, por meio de habilidades culinárias. Estas, por sua vez, podem ser divididas em dimensões com vistas a uma melhor compreensão deste evento que possui múltiplos componentes.

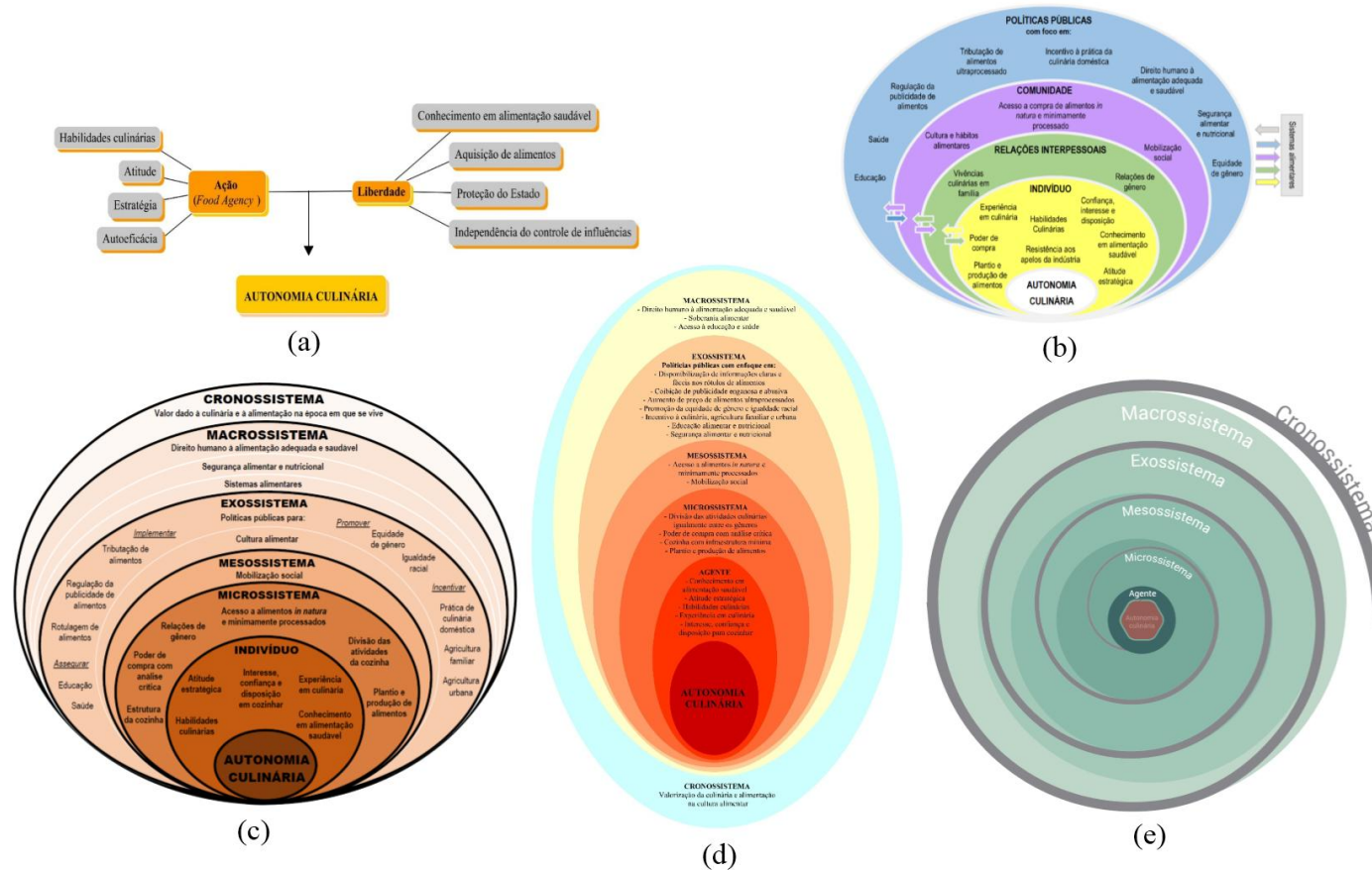
Cabe dizer que habilidades culinárias estão sendo compreendidas aqui como competências necessárias para cozinhar, prática que, por sua vez, consiste em preparar refeições utilizando fundamentalmente alimentos *in natura* (ex.: legumes, verduras e frutas), minimamente processados (ex.: cereais, leguminosas, ovos e carnes) e ingredientes culinários processados (ex.: óleos, gorduras, sal e açúcar). Neste sentido, cozinhar seria começar o preparo a partir de alimentos frescos e crus, ou seja, se envolver em todas as etapas e não somente finalizar a preparação, como aquecer uma refeição que fora comprada já pronta e congelada (SHORT, 2006).

Sobre o formato do MCHC, a última versão (Figura 7) deixa mais evidente o fluxo do modelo, ou seja, o direcionamento das ideias inerentes ao conceito. Com tons diferentes de verdes, tem-se a ideia de que as “influências” culminam nas “habilidades culinárias”, por sua vez se subdividem em cinco dimensões, conduzindo o leitor na direção “influências”-“dimensões”. Desta forma, atende-se uma das sugestões dos especialistas, que consistia em deixar evidente o “fluxo das ideias” no mapa. As palavras no MCHC também foram aproximadas, deixando o mapa mais conciso e elegante.

5.3.2 Modelo conceitual de autonomia culinária (MCAC)

Foram construídas cinco versões do MCAC, o primeiro esboço foi desenvolvido para organizar os conceitos e apresentar a ideia de forma mais didática durante a 1ª oficina de especialistas. Em seguida, uma nova versão foi gerada após a incorporação das sugestões dos especialistas participantes da 1ª oficina (2ª versão). Então, a terceira versão foi apresentada na 2ª oficina de especialistas, nas entrevistas individuais, na consulta por e-mail e na roda de conversa. A quarta versão foi gerada após incorporação de todas as sugestões dos especialistas consultados nas diferentes etapas, e, por fim, a quinta e última versão foi trabalhada graficamente pela *designer* profissional (Figura 8).

Figura 8 – Versões do Modelo Conceitual de Autonomia Culinária em diferentes fases do estudo. Estudo sobre autonomia culinária, Rio de Janeiro, 2018.



Legenda: (a) – primeiro esboço para organização dos conceitos e versão apresentada na 1ª oficina de especialistas; (b) – versão após incorporação das sugestões dos especialistas participantes da 1ª oficina; (c) – versão apresentada na 2ª oficina de especialistas, após entrevistas individuais, consulta por e-mail e roda de conversa; (d) – versão após incorporação das sugestões dos especialistas participantes da 2ª oficina; (e) – versão facilitada graficamente pela *designer* profissional.

Fonte: A autora, 2018.

Importantes reflexões surgiram durante a 1ª oficina, assim como sugestões e críticas ao modelo apresentado. Por ser um constructo novo, o debate foi mais intenso durante esta rodada de consulta a especialistas. Foi possível observar, durante as duas oficinas, ideias divergentes entre os especialistas de um mesmo grupo, por exemplo, haver ou não sub níveis ou algum mecanismo que diferenciasse a importância de cada componente dentro de um mesmo nível. Outro exemplo seria o de onde posicionar o componente “cultura alimentar”, se deveria estar no crono ou no macrosistema. Por ter gerado maior discussão e demandas que não se esgotaram em um primeiro contato, este modelo foi discutido novamente na 2ª oficina.

As principais contribuições da 1ª oficina foram: especificar mais claramente quais componentes se relacionavam ao indivíduo e ao Estado; inserir componentes referentes a equidade de gênero, experiência em culinária, soberania alimentar, cultura alimentar e participação social; dar maior dinamismo ao modelo, indicando mais claramente o fluxo entre seus elementos; especificar melhor o eixo liberdade. Os avanços feitos no MCAC podem ser visualizados na Figura 8.

Uma mudança significativa, que pode ser observada entre as imagens b e c na Figura 8, se refere à estrutura conceitual, que, na última versão se inspira na Teoria de Urie Bronfenbrenner (BRONFENBRENNER, 1993; 1994; 1995; 1999). A articulação dos quatro elementos: pessoa, processo, contexto e tempo, feita por esta teoria foi incorporada para que o modelo se tornasse mais claro quanto às “atribuições” dos diferentes atores, desde o agente até as influências do tempo em que se vive.

Sobre a imagem c na Figura 8, que foi apresentada na 2ª oficina, destacam-se como principais questionamentos e/ou sugestões dos especialistas: seria mais didático apresentar os componentes em uma disposição hierárquica quanto à importância dentro de um mesmo nível? (não houve unanimidade quanto a essa proposta); direcionar os componentes no mesmo sentido, ou seja, que os componentes se relacionassem positivamente com a autonomia culinária, tornando-se, desta forma, um modelo normativo (HAGGETT; CHORLEY, 1975) - na versão apresentada na oficina, alguns componentes tinham uma conotação neutra, como neste exemplo: “estrutura da cozinha” ao invés de “cozinha com infraestrutura básica” (versão atual) -; retirar os verbos “implementar, assegurar, promover e incentivar” do exossistema; e melhorar a representação gráfica do cronossistema de forma a lhe conferir maior fluidez. Já o nível individual não recebeu nenhuma sugestão de ajuste, foi tido como claro e objetivo.

A cada consulta feita, por meio de oficina, entrevista, consulta por e-mail ou roda de conversa, buscou-se apresentar cada conceito com o menor número possível de palavras dentro do modelo. No entanto, apesar do esforço em ser abrangente e ao mesmo tempo parcimonioso, o modelo gerado após as consultas possui mais componentes que o inicial (imagem d, na Figura 8). A fim de não “poluir” a imagem com excesso de informações, a *designer* extraiu os componentes de dentro da figura, conforme observado na Figura 9. Nesta última versão também houve a evolução da ideia da cor síntese (já iniciada na imagem c da Figura 8) observada através do *dégradé* de verde para os diferentes níveis. A cor do agente é a soma dos tons de verde dos níveis maiores para expressar a ideia de que o indivíduo que age é o acúmulo de tudo aquilo a que é exposto. Também é a única figura que traz o formato da autonomia culinária diferente dos demais níveis, trata-se de um hexágono. Este foi um recurso escolhido para diferenciar a natureza dos elementos expressos no modelo. Em círculos estão os diferentes níveis, em espiral o elemento do tempo e no formato vermelho de seis lados, o produto dessa interação.

Ainda sobre a aparência do modelo, ele não só ficou mais elegante, quando comparado com as versões anteriores, como também mais adequado em relação a uma importante questão que foi demoradamente debatida na 2ª oficina: como representar o cronossistema, tradicionalmente ilustrado por setas (que transmitem uma ideia de linearidade do tempo e parecem deslocados do restante do modelo) ou grandes círculos que englobam os demais sistemas (que transmitem uma ideia de algo que é da mesma natureza dos outros níveis e que está distante do microsistema e do agente), sem dar a ideia de ser algo fixo, imutável e de pouca influência com os demais níveis? Chegou-se então à ideia de representar o cronossistema através de um espiral, que conferiu à imagem duas importantes ideias: os valores do tempo permeiam e influenciam o que acontece em todos os níveis; o que acontece no tempo em que se vive é fluído, mutável, maleável e não retilíneo e unilateral como uma seta (Figura 10).

Esta representação do cronossistema (imagem “e” na Figura 8, Figura 10) não foi encontrada em outros modelos pesquisados que igualmente se inspiram na teoria de Bronfenbrenner, e dessa forma, parece ser um avanço que este trabalho realizou neste aspecto. *A priori* não era esperado que a representação do cronossistema, ou momento histórico em que o indivíduo vive fosse tão profundamente debatida na 2ª oficina. No entanto, ela gerou inquietação em alguns especialistas que apreciaram a imagem c, na Figura 8, e suas contribuições resultaram em uma melhoria conceitual. Ressalta-se, portanto e mais uma vez, a riqueza do processo de construção coletiva, no qual diferentes

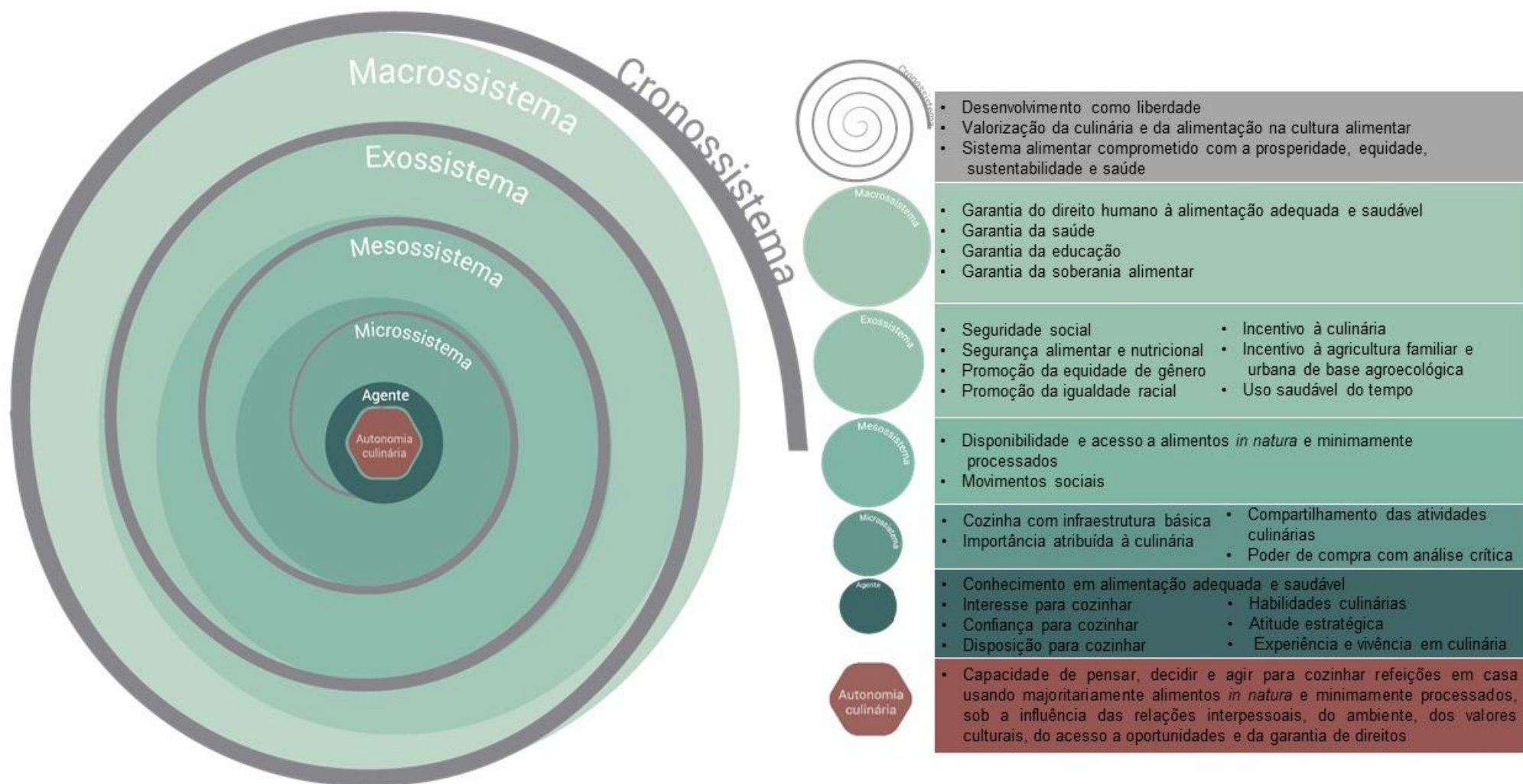
olhares e opiniões somados se agigantam e potencializam pequenas ideias, amadurecem intenções.

Ainda sobre a Figura 8, foi a imagem “d” que foi incorporada ao formulário eletrônico utilizado para a etapa de validade de conteúdo (APÊNDICE F). As respostas consolidadas no Quadro 5 indicam que a maioria dos componentes foi considerada altamente relevante. Somente “Plantio e produção de alimentos” (CVR= 0,60) foi descartado, uma vez que o valor de CVR alcançado (0,60) foi inferior ao ponto de corte adotado (0,62), considerando-se que, nesta etapa, participaram 10 especialistas.

A maior quantidade de sugestões de reescrita referiu-se ao componente “Divisão das atividades culinárias igualmente entre os gêneros”, seguida de “Plantio e produção de alimentos”, cujas alterações podem ser observadas no Quadro 5. No primeiro caso, foi sinalizada por quatro especialistas a necessidade de ampliar os envolvidos na divisão das tarefas culinárias para toda a família, por não se tratar de uma questão exclusivamente entre homens e mulheres, mas de todos os que compartilham o mesmo fogão. Logo, o envolvimento dos filhos foi um ponto considerado. Também quatro especialistas sugeriram a adição da palavra “doméstica” ao componente “Plantio e produção de alimentos”, no entanto, tal alteração não foi incorporada, tendo em vista que o componente foi descartado.

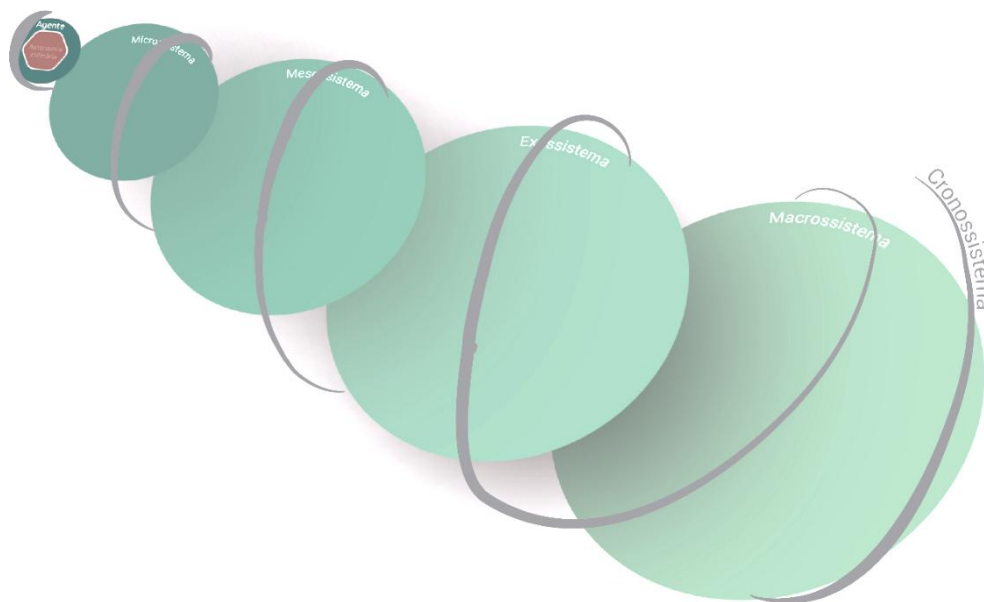
Através da pergunta “Em sua opinião, há outros componentes, além dos já identificados, que precisam estar presentes?”, teve-se acesso a algumas sugestões de inclusão que não foram acolhidas devido ao seu conteúdo já estar contemplado em outros componentes. Alguns exemplos: “direito à informação”, já contemplado em “segurança alimentar e nutricional”; “direito à terra, moradia e habitação”, já contemplado em “seguridade social” e “cozinha com infraestrutura básica”; “mobilidade urbana”, já contemplado no componente “uso saudável do tempo”; “ação de questionamento, tensão e enfrentamento dentro do ambiente privado” e “condições físicas e cognitivas”, já contemplado nas características do agente, que é o indivíduo capaz de mudar seu ambiente alimentar, portanto um ser crítico e em condições físicas e cognitivas favoráveis à AC. Ressalta-se que seria muito didático que esses elementos estivessem explicitados no modelo, no entanto, com vistas à parcimônia do modelo, um esforço foi feito no sentido de maior concisão do texto e de maior adensamento conceitual dos termos adotados.

Figura 9 – Versão final do Modelo Conceitual de Autonomia Culinária na posição horizontal. Estudo sobre autonomia culinária, Rio de Janeiro, 2018.



Fonte: A autora, 2018.

Figura 10 – Outras possibilidades de formato do Modelo Conceitual de Autonomia Culinária. Estudo sobre autonomia culinária, Rio de Janeiro, 2018.



Fonte: A autora, 2018.

Esta escolha foi feita, por exemplo, ao se adotar a palavra “agente” no lugar de “indivíduo”, conforme sugerido por um dos especialistas entrevistados. Observou-se que “agente” era mais adequado para o modelo, pois traz a ideia de protagonismo, movimento, empoderamento, capacidade de mudança. A opção pelo termo “segurança alimentar e nutricional” visou abarcar (e, portanto, não necessitar explicitar) elementos como: disponibilização de informações claras e fáceis nos rótulos de alimentos; coibição de publicidade enganosa e abusiva; aumento de preço de alimentos ultraprocessados; educação alimentar e nutricional”, elementos estes de grande importância para a autonomia culinária.

Quadro 5 – Validação de conteúdo dos componentes do Modelo Conceitual de Autonomia Culinária. Estudo sobre autonomia culinária, Rio de Janeiro, 2018.

NÍVEL	COMPONENTES	Grau de relevância* (quantidade de especialistas)	CVR**	Quantidade de sugestão de reescrita	Versão após a sugestão de reescrita
CRONOS SISTEMA	Valorização da culinária e alimentação na cultura alimentar	4 (7) 3 (3)	1,0	1	Sem alteração
	Sistema alimentar comprometido com a prosperidade, equidade, sustentabilidade e saúde	4 (7) 3 (3)	1,0	2	Sem alteração
MACROS SISTEMA	Garantia do direito humano à alimentação adequada e saudável, saúde e educação	4 (9) 3 (1)	1,0	3	Garantia do direito humano à alimentação adequada e saudável, saúde, educação e soberania alimentar
	Defesa da soberania alimentar	4 (9) 3 (1)	1,0	1	
EXOSSISTEMA Políticas públicas voltadas a:	Seguridade social	4 (8) 3 (2)	1,0	1	Sem alteração
	Promoção da equidade de gênero Promoção da igualdade racial	4 (10)	1,0	0	Sem alteração
	Segurança alimentar e nutricional (Destaques: Disponibilização de informações claras e fáceis nos rótulos de alimentos; Coibição de publicidade enganosa e abusiva; Aumento de preço de alimentos ultraprocessados; Educação alimentar e nutricional)	4 (7) 3 (3)	1,0	2	Segurança alimentar e nutricional
	Incentivo à culinária, agricultura familiar e urbana	4 (8) 3 (2)	1,0	2	Incentivo à culinária Incentivo à agricultura familiar e urbana de base agroecológica
	Uso saudável e sustentável do tempo	4 (7) 3 (2) 2 (1)	0,8	0	Uso saudável do tempo
MESOS SISTEMA	Fácil acesso a alimentos in natura e minimamente processados	4 (8) 3 (2)	1,0	2	Disponibilidade e acesso a alimentos in natura e minimamente processados
	Mobilização social	4 (7) 3 (3)	1,0	2	Movimentos sociais
MICROSSISTEMA	Cozinha com infraestrutura mínima	4 (8) 3 (2)	1,0	2	Cozinha com infraestrutura básica
	Importância atribuída à culinária	4 (8) 3 (2)	1,0	0	Sem alteração
	Divisão das atividades culinárias igualmente entre os gêneros	4 (7) 3 (3)	1,0	4	Compartilhamento das atividades culinárias
	Poder de compra com análise crítica	4 (8) 3 (2)	1,0	1	Sem alteração
	Plantio e produção de alimentos	4 (5) 3 (3) 2 (2)	0,6***	4	Descartado
AGENTE	Conhecimento em alimentação adequada e saudável	4 (7) 3 (3)	1,0	1	Sem alteração
	Interesse, confiança e disposição para cozinhar	4 (8) 3 (2)	1,0	1	Sem alteração
	Habilidades culinárias	4 (8) 3 (2)	1,0	0	Sem alteração
	Atitude estratégica	4 (6) 3 (4)	1,0	0	Sem alteração
	Experiência em culinária	4 (8) 3 (2)	1,0	1	Experiência e vivência em culinária

*Grau de relevância: 4= altamente relevante; 3= bastante relevante ou altamente relevante, mas precisa ser reescrita; 2= pouco relevante e 1= não relevante. **CVR (*Content Validity Ratio*) = (número de especialistas que classificaram cada item como “essencial” (4 ou 3) - número total de respondentes/2) / número total de respondentes/2. *** Como este estudo contou com a participação de 10 especialistas nesta etapa, foi adotado o valor de 0,62. Itens com valores abaixo dessas referências devem ser descartados.

Fonte: A autora, 2018.

Os componentes que constam no nível do cronossistema (“Valorização da culinária e da alimentação na cultura alimentar” e “Sistema alimentar comprometido com a prosperidade, equidade, sustentabilidade e saúde”) são aqueles que foram mapeados em relação à dimensão temporal do ambiente em desenvolvimento e que foram considerados essenciais. Não foram incluídos, por exemplo, elementos centrados na pessoa, como o casamento ou a chegada de uma criança, que são mudanças da vida que podem aproximar o indivíduo da culinária. Portanto, há no cronossistema componentes do “tempo do ambiente” e não do “tempo da pessoa”, a fim de tornar o modelo mais abrangente e com maior possibilidade ação do Estado.

Neste modelo, o cronossistema remete a valores de “padrões de acontecimentos ambientais” e não às transições ecológicas (quando a posição do indivíduo se altera em virtude de uma modificação no meio ou nos papéis e nas atividades desenvolvidas pelo sujeito), como por exemplo a chegada da vida adulta e a maternidade (BRONFENBRENNER, 1992). Os três elementos, quando presentes no tempo em que o agente vive, juntamente com todos os demais componentes dos outros níveis, são favoráveis à conquista da autonomia culinária. A representação do cronossistema em espiral favorece a visualização do efeito benéfico, potencializador desses três elementos nos diversos níveis do modelo.

O desenvolvimento da autonomia culinária, que ocorre ao longo da vida de uma pessoa, está inserido e é moldado pelas condições e acontecimentos que ocorrem no período histórico durante o qual o agente vive. Não é possível dissociar completamente o comportamento das pessoas do comportamento de seus antecedentes, tampouco das consequências que influenciarão os que virão (BRONFENBRENNER; MORRIS, 1999). Cabe, ainda, ressaltar a importância do cronossistema quanto à possibilidade de alterações em cadeia, tendo em vista as mudanças que ocorrem constantemente a interdependência sistêmica (BRONFENBRENNER, 1995; BRONFENBRENNER; MORRIS, 1999). Mais uma vez, esse caráter dinâmico também é capturado pelo formato em espiral.

Quanto aos componentes dos demais níveis do MCAC, ou seja, do macrossistema (valores culturais e políticos), exossistema (políticas públicas), mesossistema (interações entre os microsistemas), microsistema (ambiente onde se divide o mesmo fogão) e agente (indivíduo capaz de mudar seu ambiente alimentar), suas definições e exemplos serão apresentados no Quadro 6.

5.3.3 Quadro de definições e exemplos

Este produto, sistematizado no Quadro 6, foi considerado importante para uma maior compreensão do modelo teórico. No entanto, os especialistas sugeriram que ele não deveria ser imprescindível para a compreensão do modelo, mas sim um complemento. O modelo deveria ser autoexplicativo. Na versão apresentada na primeira oficina, havia uma coluna com a referência bibliográfica utilizada como fonte para a definição do conceito. A sugestão dos especialistas foi a retirada desta coluna para dar maior liberdade na construção das definições mais adequadas para traduzir os componentes do MCAC, podendo-se inclusive, criar definições mais adequadas ao propósito do modelo.

A versão apresentada na 2ª oficina de especialistas trouxe exemplos de todos os então 27 componentes do MCAC em um só quadro (APÊNDICE I). Alguns especialistas questionaram os exemplos, pois eles apresentavam natureza muito distintas. Por exemplo: “Estabelecimento de mecanismos de exigibilidade do Direito Humano à Alimentação Adequada (DHAA) no âmbito do poder público” (referente ao componente “DHAA” no macrossistema) e “Organizar um dia na semana para cozinhar em maior quantidade para congelar” (referente ao componente “Atitude estratégica” no agente). Ou seja, foram considerados exemplos com graus de complexidade e envolvimento do agente muito discrepantes. Outra sugestão foi evitar utilizar termos de difícil compreensão e, no caso de ser necessário utilizá-los, que houvesse uma “tradução” para uma linguagem mais popular, a fim de facilitar seu uso.

Quadro 6: Definição dos componentes do modelo conceitual de autonomia culinária. Rio de Janeiro, 2018 (continua)

NÍVEL	COMPONENTES	DEFINIÇÃO
CRONOSSISTEMA	Valorização da culinária e da alimentação na cultura alimentar	É o valor dado à culinária e à alimentação nos costumes e hábitos alimentares
	Sistema alimentar comprometido com a prosperidade, equidade, sustentabilidade e saúde	São todos os elementos (ambiente, pessoas, insumos, processos, infraestruturas, instituições etc.) e atividades relacionadas à produção, processamento, distribuição, preparo e consumo de alimentos considerando o bem estar e a igualdade entre os seres vivos a longo prazo
MACROSSISTEMA	Garantia do direito humano à alimentação adequada e saudável	É a segurança ao acesso regular, permanente e irrestrito, quer diretamente ou por meio de aquisições financeiras, a alimentos seguros e saudáveis, em quantidade e qualidade adequadas e suficientes, correspondentes às tradições culturais do seu povo e que garantam uma vida livre do medo, digna e plena nas dimensões física e mental, individual e coletiva
	Garantia da saúde	É a preservação do bem-estar físico, mental e social
	Garantia da educação	É a garantia do recebimento de estímulos adequados que possibilitem o desenvolvimento das capacidades físicas e cognitivas necessárias para a socialização
	Garantia da soberania alimentar	É a defesa do direito dos povos de decidir sobre o que produzir e consumir
EXOSSISTEMA Políticas públicas voltadas a:	Seguridade social	É um conjunto integrado de ações de iniciativa dos Poderes Públicos e da sociedade destinado a assegurar os direitos relativos à saúde, à previdência e à assistência social
	Segurança alimentar e nutricional	É a garantia a todos do acesso a alimentos básicos de qualidade e em quantidade suficiente, sem comprometer as outras necessidades essenciais
	Promoção da equidade de gênero	É o ato de promover um tratamento igual para homens e mulheres em relação a qualquer tipo de atividade
	Promoção da igualdade racial	É o ato de promover o tratamento igual para as pessoas de todas as raças
	Incentivo à culinária	É o encorajamento à prática culinária
	Incentivo à agricultura familiar de base agroecológica	É o encorajamento ao cultivo autossustentável da terra, realizado por pequenos proprietários rurais, tendo como mão de obra, essencialmente, a família
	Incentivo à agricultura urbana de base agroecológica	É o encorajamento à prática autossustentável de cultivar, processar e distribuir alimentos dentro ou ao redor da cidade
	Uso saudável do tempo	É o manejo do tempo para manter e obter saúde
MESOSSISTEMA	Disponibilidade e acesso a alimentos in natura e minimamente processados	É a oferta e a possibilidade de compra de alimentos na forma como são encontrados na natureza ou com alterações mínimas a fim de obterem maior durabilidade
	Movimentos sociais	É a existência de ações sociais coletivas de caráter sociopolítico e cultural que viabilizam formas distintas de a população se organizar e expressar suas demandas

Fonte: A autora, 2018.

Quadro 6: Definição dos componentes do modelo conceitual de autonomia culinária. Rio de Janeiro, 2018 (conclusão)

MICROSSISTEMA	Cozinha com infraestrutura básica	É o espaço que garante a produção de refeições
	Importância atribuída à culinária	É o valor dado à culinária
	Compartilhamento das atividades culinárias	É a distribuição das atividades que envolvem a produção de refeições, desde a compra de gêneros até a limpeza da cozinha
	Poder de compra com análise crítica	É a capacidade financeira para a aquisição de alimentos com consciência
	Plantio e produção doméstica de alimentos	É o ato de plantar e produzir alimentos no âmbito doméstico
AGENTE	Conhecimento em alimentação adequada e saudável	É a compreensão de que a alimentação deve ser balanceada, priorizar os alimentos <i>in natura</i> e minimamente processados, bem como preparações culinárias feitas com esses alimentos, e limitar o consumo de alimentos ultraprocessados
	Interesse para cozinhar	É a percepção da relevância e da utilidade do ato de cozinhar
	Confiança para cozinhar	É a crença na capacidade de cozinhar
	Disposição para cozinhar	É a energia para cozinhar
	Habilidades culinárias	São habilidades utilizadas para cozinhar, como: conhecimento em alimentação, planejamento de compras e cardápios, criatividade, uso de técnicas mecânicas e dos sentidos do corpo
	Atitude estratégica	É a postura dinâmica frente aos desafios do cotidiano para cozinhar
	Experiência e vivência em culinária	É o conhecimento obtido através da prática culinária

Fonte: A autora, 2018.

Como forma de equacionar este problema (exemplos de naturezas muito distintas em um só quadro) sinalizado pelos especialistas, optou-se por elaborar um quadro com exemplos de práticas do agente (Quadro 7) e outro quadro com ações políticas recomendadas (Quadro 8). O quadro 7 inicia-se com o componente “movimentos sociais” do mesossistema, por ser o primeiro componente, no sentido cronossistema-agente, que possibilita participação direta do agente. Os exemplos são simples e visam dar maior concretude aos componentes do MCAC, já vislumbrando a possibilidade de este ser um produto para uso em planejamento de projetos, ações educativas e intervenções.

O Quadro 8 é um primeiro passo para o entendimento do papel do Estado na culinária doméstica. Compreender que a AC não é conquistada somente por atributos que o agente possui, mas pela combinação de ações de diferentes esferas, é reconhecer sua complexidade e, portanto, fazer avançar este tema no âmbito das políticas públicas.

Quadro 7 – Exemplos de práticas do agente para diferentes componentes do Modelo Conceitual de Autonomia Culinária. Estudo sobre autonomia culinária, Rio de Janeiro, 2018 (continua)

NÍVEL	COMPONENTES	EXEMPLOS DE PRÁTICAS DO AGENTE
MESOS-SISTEMA	Movimentos sociais	<ul style="list-style-type: none"> - Criar hortas comunitárias construídas e mantidas pelos moradores do bairro, m articulação ou não com o poder público - Criar organizações da sociedade civil de interesse público que visem ao avanço em políticas públicas para a garantia da segurança alimentar e nutricional e da soberania alimentar - Praticar a troca de alimentos entre agricultores familiares
	Cozinha com infraestrutura mínima	<ul style="list-style-type: none"> - Investir em utensílios e equipamentos para cozinhar - Manter a cozinha limpa e organizada, de forma a ser convidativa para cozinhar
MICROSSISTEMA	Importância atribuída à culinária	<ul style="list-style-type: none"> - Dar preferências a preparações feitas em casa às compradas já prontas para o consumo, como hambúrgueres e lasanhas congeladas - Ao comprar preparações prontas, priorizar aquelas confeccionadas por pequenos produtores e cozinheiros artesanais - Valorizar e perpetuar as receitas culinárias da família e/ou locais - Buscar aprender e praticar receitas culinárias com frequência
	Compartilhamento das atividades culinárias	<ul style="list-style-type: none"> - Incluir todos na produção de refeições, de forma a arcarem conjuntamente com as atividades culinárias - Acordar entre os membros da família ou entre as pessoas que dividem a mesma cozinha quem se responsabilizará pelas diferentes atividades que envolvem o preparo de refeições. Desde a compra de alimentos até a limpeza da cozinha após o preparo.
	Poder de compra com análise crítica	<ul style="list-style-type: none"> - Comprar cereais, leguminosas, frutas e hortaliças agroecológicos - Investigar os benefícios e malefícios dos alimentos para a saúde do indivíduo e do ambiente antes de comprá-los - Escolher o alimento com melhor composição nutricional e com menor impacto ao meio ambiente, quando possível - Procurar saber a origem e forma de preparo dos alimentos antes de comprá-los - Refletir sobre quais sistemas alimentares estão sendo incentivados pelas escolhas alimentares que estão sendo feitas - Comprar preferencialmente alimentos oriundos de produtores locais e agricultura familiar
	Plantio e produção doméstica de alimentos	<ul style="list-style-type: none"> - Cultivar horta doméstica e plantas frutíferas - Produzir o próprio tempero para utilizar nas preparações - Dar preferência por alimentos feitos em casa, como pães, bolos, geleias, molhos etc.

Fonte: A autora, 2018.

Quadro 7 – Exemplos de práticas do agente para diferentes componentes do Modelo Conceitual de Autonomia Culinária. Estudo sobre autonomia culinária, Rio de Janeiro, 2018 (conclusão)

AGENTE	Conhecimento em alimentação adequada e saudável	<ul style="list-style-type: none"> - Planejar refeições compostas fundamentalmente por alimentos <i>in natura</i> ou minimamente processados, de diferentes grupos de alimentos e fazer combinações saudáveis entre eles - Substituir alimentos do mesmo grupo - Evitar certos alimentos em caso de dietas especiais e preparar alternativas - Armazenar os alimentos de forma e por tempo adequados - Preparar alimentos de acordo com as boas práticas de manipulação, a fim de evitar contaminações
	Interesse para cozinhar	<ul style="list-style-type: none"> - Buscar novas receitas culinárias - Participar de cursos e assistir vídeos de culinária - Estudar temas relacionados à culinária e gastronomia - Conversar com familiares e pessoas próximas sobre receitas e técnicas de preparo dos alimentos - Trocar experiências culinárias com outras pessoas
	Confiança para cozinhar	<ul style="list-style-type: none"> - Acreditar ser capaz de preparar refeições - Testar novas receitas - Reproduzir receitas que tenham sido experimentadas em outra oportunidade - Refazer receitas que não tenham ficado adequadas em tentativas anteriores
	Disposição para cozinhar	<ul style="list-style-type: none"> - Ter vontade e energia para preparar refeições
	Habilidades culinárias	<ul style="list-style-type: none"> - Planejar e comprar os alimentos necessários para preparar refeições - Preparar refeições a partir do que há disponível na geladeira e dispensa, criando novas receitas ou adaptados as conhecidas - Lavar, descascar, desfolhar, catar, picar, retirar aparas, limpar, triturar, liquidificar, amassar, filetar, desossar, temperar, fritar, cozinhar à vapor ou em água fervente, escaldar, assar, grelhar, refogar alimentos etc. - Sentir, pelo aroma desprendido ou pela cor, que o alimento está com o ponto de cozimento adequado - Avaliar o frescor dos alimentos pela textura, percebida pelo toque, assim como pela aparência
	Atitude estratégica	<ul style="list-style-type: none"> - Organizar dias específicos para cozinhar em maior quantidade para congelar - Optar por caminhos entre o trabalho e a casa que tenham feiras ou mercados, de forma a otimizar as atividades diárias - Ter alimentos com etapas de preparo já adiantadas na geladeira ou congelador, como folhas higienizadas e feijões cozidos - Comprar alimentos na safra, a fim de agilizar a etapa de limpeza, já que em geral possuem menor quantidade de partes não comestíveis - Organizar os alimentos e utensílios na cozinha para ter facilmente disponíveis aqueles que são mais utilizados diariamente - Preparar receitas em uma única panela para otimizar a limpeza após preparo - Comprar em locais que entregam os pedidos em casa, que viabilizam compras à distância, por e-mail ou telefone
	Experiência e vivência em culinária	<ul style="list-style-type: none"> - Cozinhar diversas preparações em diferentes oportunidades

Fonte: A autora, 2018.

Como desdobramento da concepção da autonomia culinária como um evento que não só prevê a atuação do indivíduo como também do Estado, e que tenta evidenciar toda a complexidade e múltiplos determinantes do ato de cozinhar, o Quadro 8 traz as ações políticas recomendadas para a conquista da autonomia culinária, destacando como as políticas públicas interferem e têm interface direta com questões vivenciadas pelo agente em sua busca por alimentação saudável, tornando claro que tal agente não é o único e total responsável pela forma como se alimenta.

Os autores referenciados neste trabalho, Sen (2000) e Nussbaum (1995), apresentam a liberdade como a capacidade de os indivíduos escolherem os funcionamentos que irão compor seu modo de vida; no entanto, a escolha pressupõe a disponibilidade de opções e o acesso a elas. Ou seja, somente pode escolher o funcionamento de cozinhar aquele que possui, por exemplo, acesso a uma “cozinha com infraestrutura básica”. Para escolher preparar refeições saudáveis, o indivíduo necessita, ainda, mais que só equipamentos e utensílios de cozinha, já que se pressupõe “conhecimento em alimentação” e “poder de compra com análise crítica”. Ou seja, cozinhar refeições saudáveis não demanda unicamente a “intenção”, “interesse” ou “disposição”, elementos referentes ao agente, mas elementos de níveis mais amplos, como garantia à “educação”, à “saúde” e à “seguridade social”. Portanto, na perspectiva da abordagem das capacidades humanas, a AC seria uma capacidade humana, ou seja, uma escolha de funcionamentos tais como fazer compras, refletir sobre o que comprar, ter disposição para cozinhar.

Essa tentativa de posicionara temática da culinária em interface com a temática de bem-estar e liberdade, como proposto neste trabalho, visa adensar as discussões à medida que busca superar a rasa recomendação de que para comer saudável é necessário concentrar os esforços em “descascar mais e desembalar menos”, como colocado pelo então ministro da saúde em evento internacional realizado em 2017 no qual o Brasil reiterou metas para frear o crescimento da obesidade (PORTAL MS, 2017). Manipular os alimentos é, sim, uma recomendação para alcançar uma alimentação saudável (BRASIL, 2014), mas, é preciso garantir condições para esta prática por meio de ações políticas inseridas em outros níveis de atuação para favorecerem a culinária, como proposto no MCAC.

Quadro 8: Ações políticas recomendadas para a Autonomia Culinária. Estudo sobre autonomia culinária, Rio de Janeiro, 2018 (continua)

NÍVEL	COMPONENTES	AÇÕES POLÍTICAS RECOMENDADAS PARA A AUTONOMIA CULINÁRIA
CRONOSSISTEMA	Valorização da culinária e da alimentação na cultura alimentar	<ul style="list-style-type: none"> - Desenvolver e financiar campanha abrangente de promoção da culinária e da alimentação saudável, implementada em diferentes plataformas virtuais e canais de mídia, bem como iniciativas de políticas relacionadas
	Sistema alimentar comprometido com a prosperidade, equidade, sustentabilidade e saúde	<ul style="list-style-type: none"> - Conceder incentivos fiscais a pequenos produtores - Estimular as práticas alimentares locais e tradicionais - Restringir a participação de representantes da indústria de alimentos nas definições das agendas políticas devido ao seu evidente conflito de interesses na nutrição da população - Intensificar a divulgação dos passos do Guia Alimentar para a População Brasileira e do Guia Alimentar para crianças menores de 2 anos - Tributar alimentos não saudáveis (por exemplo: bebidas açucaradas, <i>fastfood</i>, carnes ultraprocessados, biscoitos etc.) e investir a receita arrecadada em saúde pública - Estabelecer estruturas de governança para melhorar a coerência das políticas em relação à agricultura, alimentação, saúde, inovação/pesquisa e políticas de desenvolvimento
MACROSSISTEMA	Garantia do direito humano à alimentação adequada e saudável	<ul style="list-style-type: none"> - Garantir a todos o acesso à alimentação em consonância ao previsto no Direito humano à alimentação adequada e saudável - Eliminar a fome e reduzir a insegurança alimentar
	Garantia da saúde	<ul style="list-style-type: none"> - Melhorar o funcionamento do Sistema Único de Saúde, fazendo valer seus princípios e diretrizes - Garantir a segurança e transporte públicos eficientes - Gerar oportunidade de trabalho e renda, inclusão social, redução da pobreza, combate à discriminação e diminuição da vulnerabilidade das populações - Reforçar o financiamento de pesquisas em saúde, a fim de gerar indicadores consistentes para subsidiar intervenções adequadas
	Garantia da educação	<ul style="list-style-type: none"> - Garantir ensino público de qualidade para todos
	Garantia da soberania alimentar	<ul style="list-style-type: none"> - Incentivar a agricultura local e familiar de base agroecológica - Fomentar o comércio local dos alimentos - Investir no cultivo de sementes crioulas, bem como incentivar sua continuidade em comunidades tradicionais

Fonte: A autora, 2018.

Quadro 8: Ações políticas recomendadas para a Autonomia Culinária. Quadro 8: Ações políticas recomendadas para a Autonomia Culinária. Estudo sobre autonomia culinária, Rio de Janeiro, 2018 (continua)

EXOSSISTEMA Políticas públicas voltadas a:	Seguridade social	- Garantir aos cidadãos um mínimo existencial que se situe dentro dos parâmetros da dignidade humana. Isso pode se dar por meio de programas de transferência de renda; pela valorização do salário mínimo; construção de creches; casas abrigo para idosos e crianças em situação de rua, todos aspectos fundamentais de respeito aos direitos e de desenvolvimento sustentável e inclusivo
	Segurança alimentar e nutricional	- Disponibilizar informações claras e fáceis nos rótulos de alimentos - Coibir a publicidade enganosa e abusiva - Aumentar o preço de alimentos ultraprocessados - Promover a educação alimentar e nutricional
	Promoção da equidade de gênero	- Promover a igualdade entre homens e mulheres nos diferentes ambientes, considerando a diversidade de gênero, raça, sexualidade - Contribuir na desconstrução de estereótipos e os preconceitos que interferem diretamente na forma como as pessoas são selecionadas para o trabalho
	Promoção da igualdade racial	- Formulação, implementação e manutenção de ações afirmativas com o objetivo de: reverter a representação negativa dos negros; promover igualdade de oportunidades; e combater o preconceito e o racismo
	Incentivo à culinária	- Incluir nos inquéritos nacionais sobre saúde, perguntas sobre culinária, a fim de compreender o panorama sobre o tema no Brasil e atuar de forma mais eficiente nas iniciativas de promoção e apoio à culinária - Comprometer o apoio contínuo a pesquisas e iniciativas de promoção e apoio à culinária, como forma de prevenção de doenças não transmissíveis relacionadas à dieta - Financiar a construção de cozinhas coletivas em assentamentos e regiões de maior vulnerabilidade social
	Incentivo à agricultura familiar e urbana de base agroecológica	- Reforçar iniciativas que garantam a produção agrícola sustentável, com recursos associados, para fornecer apoio amplo e coordenado para intervenções destinadas a criar e manter espaços de plantio coletivo
	Uso saudável do tempo	- Garantir direitos trabalhistas, como prever horário de almoço e não ultrapassar carga horária máxima de trabalho por dia - Melhorar transporte público, especialmente nas grandes cidades e nos itinerários de maior circulação de trabalhadores - Contabilizar de alguma forma a carga horária de trabalho doméstico, que atualmente encontra-se com grande invisibilidade, a fim de promover algum tipo de compensação na carga horária do trabalho produtivo
MESOS-SISTEMA	Disponibilidade e acesso a alimentos in natura e minimamente processados	- Melhorar a disponibilidade de alimentos saudáveis e limitar a disponibilidade de alimentos não saudáveis em lojas e mercados - Manter baixos impostos sobre alimentos <i>in natura</i> e minimamente processados
	Movimentos sociais	- Apoiar e dar visibilidade aos movimentos que visam divulgar os benefícios da culinária e os malefícios à saúde decorrente do consumo de alimentos ultraprocessados

Fonte: A autora, 2018.

Quadro 8: Ações políticas recomendadas para a Autonomia Culinária. Estudo sobre autonomia culinária, Rio de Janeiro, 2018 (conclusão)

MICROSSISTEMA	Cozinha com infraestrutura básica	- Reduzir o Imposto sobre Produtos Industrializados (IPI) que incide sobre os eletrodomésticos da linha branca (por exemplo: fogões e geladeiras)
	Importância atribuída à culinária	- Continuar os esforços para melhorar a nutrição da população por meio de estratégias de educação e estímulo ao consumo de alimentos <i>in natura</i> e minimamente processados
	Compartilhamento das atividades culinárias	- Investir e fomentar projetos que visem à propagação de conteúdos de culinária em diferentes meios de comunicação
	Poder de compra com análise crítica	- Gerar oportunidade de trabalho e renda, inclusão social, redução da pobreza, combate à discriminação e diminuição da vulnerabilidade das populações - Incentivar e financiar iniciativas de educação alimentar e nutricional
	Plantio e produção doméstica de alimentos	- Dar suporte a intervenções voltadas para criação de ambientes alimentares saudáveis, por meio da implementação e do financiamento de projetos e programas que visem ao aconselhamento e ao apoio a pequenos produtores domésticos, de agricultura rural e urbana
AGENTE	Conhecimento em alimentação adequada e saudável	<p>- Prever e implementar, na Base Nacional Curricular Comum (BNCC), a Educação Alimentar e Nutricional, que deve contemplar atividades práticas de culinária para desenvolvimento de habilidades culinárias, assim como conteúdo de economia doméstica</p> <p>- Desenvolver, implementar e financiar iniciativas de incentivo e qualificação em habilidades culinárias, economia doméstica e alimentação adequada e saudável</p>
	Interesse para cozinhar	
	Confiança para cozinhar	
	Disposição para cozinhar	
	Habilidades culinárias	
	Atitude estratégica	
	Experiência e vivência em culinária	

Fonte: A autora, 2018.

O conceito de autonomia culinária traz consigo um discurso ideológico, ou seja, uma visão de mundo antagônica ao consumismo desenfreado, que coloca a compra de qualquer item como solução de problemas (MARX, 1887), que apresenta a comida congelada como a saída para um estilo de vida no qual não se prevê tempo para o preparo de refeições, reduzindo, desta forma, as atividades culinárias, além de diminuir seu valor e a intitular como algo de épocas passadas, e até como uma atividade impraticável nos dias de hoje (MILLS et al., 2017). Não é sustentável continuar a viver produzindo a quantidade de resíduos sólidos que o padrão alimentar moderno acarreta (HLPE, 2017). Além disso, o consumo de carnes que se tem hoje, estimulado pela indústria de alimentos, que o faz parecer saudável, não é viável em longo prazo (LEITZMANN, 2003; BARONI et al., 2007). Na realidade, os dados mostram o quanto o modelo de pecuária que se tem atualmente é danoso ao meio ambiente, e o quanto a alimentação dos animais destrói a biodiversidade, em função da demanda de monoculturas de cereais transgênicos que compõem suas rações (TAKEUTIL; OLIVEIRA, 2013).

Fica claro, então, o quanto os interesses do mercado influenciam a forma como vivemos e nos alimentamos. Neste contexto, o termo autonomia ganha importância pois ele pressupõe reflexão crítica, ou seja, além de saber cozinhar, faz-se necessário refletir sobre como conduzimos nossas vidas. No entanto, essa reflexão é contrária aos interesses da indústria de alimentos, que quer justamente que não reflitamos sobre como lidamos com a alimentação, mas que se transfira para ela a função de alimentar as pessoas. Como bem colocado por Shapiro (2004):

(...) na virada do século XX, começamos o longo processo de conceder à indústria de alimentos muitas das decisões sobre o que comemos, em nome do hábito, da conveniência ou do paladar. Hoje, as taxas espantosas de obesidade e diabetes são um testemunho da fé que colocamos nas corporações para nos alimentar bem. Mas a indústria de alimentos é um negócio, não um pai; não se importa com o que comemos enquanto estivermos dispostos a pagar por isso. A comida caseira hoje em dia tem muito mais do que valor sentimental; é uma habilidade de sobrevivência.

Estar subjugado ao que é imposto pela indústria de alimentos, por exemplo, é o oposto da argumentação marxista de que o que necessitamos é "substituir o domínio das circunstâncias e do acaso sobre os indivíduos pelo domínio dos indivíduos sobre o acaso e as circunstâncias" (MARX; ENGELS, 2007). Daí, a forma de domínio exercida por esta indústria é revestida pela alegoria da "praticidade" que o consumo de alimentos ultraprocessados oferece, apesar de a praticidade ser um elemento a ser considerado, já que a *pressa* foi observada como socialmente estabelecida para os mais pobres em amostra representativa na Austrália no ano de 2009 (STRAZDINS et al., 2016). Dados semelhantes também foram observados no Brasil, sendo as

mulheres afrodescendentes e com privações de renda as que têm maior *deficit* de tempo (IBGE, 2016).

Portanto, um componente de grande relevância e que está contemplado neste modelo teórico é o *tempo* (“uso saudável do tempo”), mesmo sendo este um complexo conceito e que possui diferentes visões (ADAM, 1998; 2001; GERSHUNY, 2000). Não por acaso, ele está no nível das políticas públicas, pois o tempo é um recurso para a saúde, sua demanda e a sensação de escassez são socialmente estabelecidas, além de ser um potencial fator para gerar desigualdades na saúde. Neste sentido, o trabalho não remunerado, especialmente o trabalho de cuidado desempenhado em grande parte por mulheres, deve ser encarado como uma responsabilidade social e coletiva; e quem o exerce, como titular de direitos. Assim, o papel do Estado é fundamental para financiar, valorar e regular esse tipo de trabalho e para que ele seja socialmente reconhecido e redistribuído dentro dos lares (IBGE, 2016).

No entanto, a atenção dada à dimensão do tempo e sua relação com a saúde é algo recente, especialmente o estudo sobre sua escassez e os riscos para a saúde associados a pessoas com baixa renda. O tempo parece ser uma dimensão que estrutura o que as pessoas fazem, já que elas precisam de tempo para acessar serviços de saúde, construir relações íntimas, exercer cidadania, trabalhar, brincar, cuidar e realizar todas as atividades que são fundamentais para a saúde (ZUZANEK, 1998; 2004). É preciso de tempo para cozinhar, e sua ausência é o principal motivo que faz com que as pessoas não consumam alimentos saudáveis (JABS; DEVINE, 2006; JABS et al., 2007). Por mais que haja habilidades culinárias, o cozinhar demanda tempo, os alimentos têm tempos de cozimentos específicos. Cozinhar envolve não só o tempo de atividade do agente, mas o do alimento também.

O uso saudável do tempo é compreendido neste modelo como uma questão de saúde pública porque vem sendo mapeado como um dos determinantes sociais da obesidade. Em estudo conduzido na Austrália e que consultou, por meio de entrevista semiestruturada, 50 especialistas para levantar os principais determinantes da obesidade ao longo dos últimos 50 anos, foram identificadas as seguintes tendências sociais mais importantes: dependência do carro, sentimento de falta de tempo e crescente uso de alimentos ultraprocessados (BANWELL, 2005). No entanto, seria a redução da carga horária laboral um caminho para a diminuição da sensação de falta de tempo ou pressão trazida pelo tempo? Não se trata somente de quantidade, mas de intensidade também. A intensidade do esforço no trabalho, sentida pela menor quantidade de pausas, por atividades que demandam muita agilidade e pela execução de

múltiplas tarefas ao mesmo tempo, faz com que o trabalho seja sentido de forma mais árdua, com maior pressão (AGUIAR; HURST, 2007; WACJMAN, 2008).

Strazdins e colaboradores (2011) abordam que não considerar a questão do tempo como um elemento importante nas recomendações de saúde é algo “politicamente intolerável”, pois é inconcebível sugerir intervenções e ações que demandem mais tempo da população que justamente já esteja carente dele. Neste sentido, sugerir que as pessoas cozinhem mais, que é uma atividade que demanda envolvimento e, portanto, tempo, sem prever outras ações de suporte e apoio, é de uma fragilidade insustentável. Logo, ações que prevejam melhorias no transporte público; flexibilidade de horário nas leis trabalhistas que beneficiem o empregado; bom funcionamento de escolas e creches, a fim de garantir tempo para os cuidadores realizarem os afazeres domésticos; assim como rever horários de funcionamento de serviços de saúde, para que a população de fato possa ser atendida em horários alternativos aos do trabalho, são ações benéficas para aqueles que se sentem mais pressionados em relação à falta de tempo. A ampliação da licença paternidade e/ou criação da licença parental (intervalo de tempo em que os pais não trabalham para cuidar de um filho) também são exemplos entre diversas possibilidades que poderão pautar a atuação do Estado nos próximos anos para promover uma maior igualdade de gênero no que tange aos usos do tempo (IBGE, 2016).

A vulnerabilidade alimentar está concentrada nos mais pobres, e iniciativas isoladas de qualificação em culinária e promoção da alimentação saudável surtirão efeito limitado para este grupo se não considerarmos as questões estruturais apontadas especialmente no macro e exossistemas do MCAC. A confiança para cozinhar pode, sim, melhorar com oficinas de culinárias (MARTINS et al., 2017), mas conquistas mais robustas e sustentáveis podem vir com mudanças mais estruturais, por meio de políticas públicas, de forma concomitante à educação alimentar e nutricional. Venn e Strazdins (2016) observaram que, tendo em vista que a renda e a escassez de tempo são determinadas socialmente, quando as ações de saúde consideram esses dois elementos ao planejar e ação, a intervenção é mais eficaz e justa. A justiça é uma concepção que se vincula à ideia de igualdade, de que não deve haver qualquer discriminação entre todos que se devem igualar (NORMAN, 2008). No contexto da alimentação, Corrêa e Oliveira (2018) apresentam a complexidade do DHAA do ponto da justiça e ressaltam a importância de considerar diferentes determinantes sociais para que as recomendações de alimentação saudável não sejam elementos geradores de desigualdades. Fazendo um paralelo, é importante considerar dimensões além da do agente, a fim de não concentrar exclusivamente no indivíduo toda a força

e potência necessárias para a conquista da autonomia culinária, o que reforçaria as desigualdades.

O exossistema dá destaque às políticas públicas pois a dignidade da pessoa humana, como preceito ético e fundamento constitucional, exige do Estado não só respeito e proteção, mas garantia de efetivação dos direitos dela decorrentes (WEBER, 2013). O primeiro componente (“seguridade social”), portanto, trata de algo intrinsecamente ligado à realização dos direitos fundamentais, que são o “mínimo existencial”. Esta realização representa a concretização do princípio da dignidade da pessoa humana. Ou seja, esta expressão contém a ideia da preservação e garantia das condições e exigências mínimas de uma vida digna. Incluir o Estado na discussão de AC se justifica, pois é dever do Estado que a vida seja respeitada, protegida e promovida. Ainda que a AC seja uma conquista individual, dado que o conceito de autonomia é relacionado ao indivíduo e não à coletividade (MACLEAN, 2014), ela não pode ser conquistada apenas por meio de “um conjunto de prestações suficientes apenas para assegurar a existência (a garantia da vida) humana, [...] mas uma vida com dignidade, no sentido de vida saudável” (SCARLET, 2004).

O “mínimo existencial”, segundo J. Rawls (2001) (teoria que inspira Amartya Sen), é constituído basicamente pelos direitos fundamentais sociais, sobretudo aquelas “prestações materiais” que visam garantir uma vida digna. Ao contemplar este conceito por meio do componente “seguridade social” na discussão de AC, tem-se o objetivo de evidenciar que a AC é conquistada pelo indivíduo, que, além da sobrevivência física, tem garantido o desenvolvimento da personalidade como um todo. Pois, assim como viver não é apenas sobreviver, a alimentação não é apenas ingestão de quaisquer nutrientes.

O DHAA, a saúde e a educação são o “mínimo social” necessário para a realização dos direitos e das liberdades fundamentais (RAWLS, 2001). Já a “soberania alimentar” está presente para ratificar a importância do protagonismo do agente em sua alimentação. Como o desenvolvimento do MCAC é influenciado pela teoria que considera o “desenvolvimento como liberdade”, ele contempla-se elementos das necessidades básicas essenciais para o exercício dos direitos fundamentais e das liberdades fundamentais, ou seja, uma base material suficiente para a independência da pessoa e um sentimento de autorrespeito. É por isso que a autoestima e a confiança em seu próprio valor constituem o bem primário mais importante. Ter um senso de seu próprio valor aumenta a confiança em suas habilidades e, portanto, a própria capacidade de executar seus planos (SEN, 2000; RAWLS, 2001).

A “promoção da equidade de gênero” e da “igualdade racial” se relaciona primeiramente a um princípio da justiça que estabelece a importância de haver cargos e posições abertos a todos, em condições de igualdade equitativa de oportunidades; e, segundo, ao dever do Estado de beneficiar ao máximo os membros menos favorecidos da sociedade (o princípio da diferença) (RAWLS, 2001). Nesse sentido, para a existência do componente “cozinha com infraestrutura básica”, que agrega ao MCAC alguma ideia de área privada do indivíduo, vislumbra-se evidenciar e reforçar a ideia de que sem dignidade, no sentido apresentado por Rawls, não há como abordar a temática de AC.

Além das questões materiais, não se pode ignorar que existem variações entre as pessoas; variações que dizem respeito às capacidades e às habilidades morais, intelectuais e físicas, bem como aos gostos e preferências. No entanto, sendo os indivíduos tão heterogêneos em relação às condições socioeconômicas, biológicas, nos talentos e nos desejos, o que se deve igualar para que haja justiça? Para Rawls, o que deve ser igualado são os bens primários; para Nozick são as liberdades; para Dworkin são os recursos; e para Sen e Nussbaum, são as capacidades, caracterizando um contexto contemporâneo de pluralidade de concepções de justiça distributiva (RIBEIRO, 2014).

Uma ideia central da abordagem da capacidade ou abordagem das capacidades humanas é que as pessoas têm diferentes habilidades para converter recursos em funcionamentos (o que o indivíduo pode ser ou fazer). Estes são chamados de fatores de conversão: os fatores que determinam o grau em que uma pessoa pode transformar um recurso em um funcionamento. Os fatores de conversão podem ser pessoais (condição física, habilidades, inteligência), sociais (relações de poder relacionadas a classe, gênero, raça) e ambientais (ambiente físico ou construído em que uma pessoa vive) (ROBEYNS 2005; CROCKER E ROBEYNS 2009).

Ao considerar a abordagem da capacidade no MCAC, parte-se da ideia do que as pessoas são capazes de fazer e ser a partir do que elas têm acesso. Portanto, a AC torna-se a ponta de um *iceberg*, ou seja, antes de formado o pico da enorme peça de gelo, há um grande volume de elementos que o estruturam, e, são esses elementos que o modelo pretende evidenciar como basilares da AC. Ampliar para além da esfera individual os componentes favoráveis e que conduzem à AC. Segundo Sen, a abordagem da capacidade “é uma disciplina intelectual que atribui um papel central à avaliação das conquistas e liberdades de uma pessoa em termos de sua capacidade real de fazer as diferentes coisas que uma pessoa tem por valorizar ou ser” (SEN, 2009). A abordagem da capacidade se preocupa com as reais liberdades das pessoas para

fazer essas coisas, e o nível de bem-estar que eles vão alcançar ao escolherem entre as opções disponíveis. Portanto, mapear as condições que culminam em possibilidade real de AC é uma importante contribuição do MCAC, assim como, de modo complementar a Sen, evidenciar a necessidade de garantia de direitos fundamentais como a saúde e a educação (exossistema).

Vale ser ressaltado o uso da abordagem de capacidade neste estudo, pois, além de tradicionalmente ter sido usada em pesquisas populacionais para identificar os pobres, essa abordagem também tem sido usada para muitas outras finalidades (ROBEYNS, 2017). Embora a maioria das teorizações normativas dentro da abordagem de capacidade esteja relacionada à justiça, outros valores também foram desenvolvidos e analisados usando esta abordagem. Nos últimos 25 anos, a gama de campos nos quais ela foi aplicada e desenvolvida expandiu-se muito (ROBEYNS, 2017) e, assim como este, alguns estudos foram desenvolvidos na saúde pública (GREWAL et al., 2006; RUGER, 2006, 2010; COAST et al., 2008; COAST et al., 2008a; VENKATAPURAM, 2009, 2011, 2013; BLEICHRODT; QUIGGIN, 2013; ENTWISTLE; WATT, 2013; MITCHELL et al., 2016, 2017) e na construção de teorias, sendo a abordagem da capacidade usada como partes de conceitos construídos (ANDERSON, 1999; NUSSBAUM, 2000; NUSSBAUM, 2006; CLAASSEN, 2016; SEN 1993; ROBEYNS 2006b; WIGLEY E AKKOYUNLU-WIGLEY, 2006).

A abordagem da capacidade é indicada para fornecer uma compreensão mais ampliada de um determinado fenômeno. Por exemplo, pode-se entender o ensino de habilidades culinárias como um investimento em capital humano, mas também é possível contextualizá-lo como a expansão de uma capacidade mais complexa, como a AC. Segundo Robeyns (2017) a abordagem de capacidade “está aqui para ficar”, já que ela faz diferença em muitos debates e é uma daquelas raras teorias que fortemente conecta disciplinas e oferece uma linguagem verdadeiramente interdisciplinar.

Como já dito, a abordagem da capacidade se refere ao que as pessoas são capazes de ser e fazer. No contexto do MCAC, pretende-se refletir sobre o quanto o indivíduo tem possibilidade de estar bem nutrido (ser) ou cozinhar uma alimentação saudável (fazer). Extrapola o simples fato de saber ou não saber comer adequadamente ou cozinhar, mas sim o quanto de oportunidade o indivíduo tem para ser capaz de estar e fazer elementos que se relacionem à AC. Neste sentido, não se trata de qualificação e treinamento apenas, mas de condições para realização de um determinado evento, no caso, a AC. A noção de capacidade busca captar com precisão o fato de a pessoa poder fazer ou ser algo, caso queira. Daí, mais

uma vez, a importância em diferenciar, nos Quadros 7 e 8, respectivamente, exemplos de como o agente alcançar a AC, assim como exemplos de como pode se dar a participação do Estado nesse processo.

Como exemplificado no Quadro 7, no componente “atitude estratégica”, o agente pode cozinhar em uma só panela uma refeição completa, por exemplo um arroz com legumes (que já são mantidos cortados e higienizados na geladeira) e frango (já armazenado limpo e em cubos), a fim de otimizar o tempo na cozinha. No entanto, essa atitude individual, que visa à diminuição do tempo na cozinha, tanto na etapa de preparo quanto na de limpeza, tem uma complexidade muito distinta da atuação do Estado para o mesmo componente. Este último poderia atuar na implementação da Educação Alimentar e Nutricional na Base Nacional Curricular Comum (BNCC), contemplando atividades práticas de culinária para o desenvolvimento de habilidades culinárias. Também poderia atuar no desenvolvimento, implementação e financiamento de iniciativas de qualificação em habilidades culinárias, economia doméstica e alimentação adequada e saudável, oportunizando, ao indivíduo “processos capacitantes”, ou seja, que estruturam e ampliam seu “conjunto capacitário” (SHALIT, 2007; SEN, 2000). Como observado por Hirai (2011), a ação política é uma forma pontual, e de particular importância, para reduzir a pobreza e a desigualdade.

No âmbito da culinária doméstica, tanto a revisão da literatura quanto a escuta de especialistas indicaram a necessidade de se colocar no modelo o “compartilhamento das tarefas culinárias”, que está dentro das tarefas de cuidado da família e/ou de uma casa. Ser capaz de cuidar de alguém pode ser considerado uma capacidade valiosa. Por exemplo, no caso de assistência à infância, há muita alegria envolvida, e muitos pais gostariam de trabalhar menos para passar mais tempo com seus filhos. Mas o trabalho de cuidado tem um caráter muito ambíguo, já que pode ser um funcionamento valioso ou que se rejeita, a depender da perspectiva da pessoa que pratica o cuidado. Muito trabalho de cuidado é realizado principalmente porque há pressão familiar ou social sobre alguém (geralmente mulheres) para fazê-lo, ou porque ninguém mais está fazendo isso (LEWIS; GIULLARI, 2005). Há também a hipótese de que o trabalho de cuidado pode ser um funcionamento positivo, se feito por um período limitado de tempo, mas se torna um funcionamento negativo, se for feito por muitas horas. Assim, a partir do resultado do funcionamento em si, não se pode concluir se este é um elemento positivo ou negativo da qualidade de vida dessa pessoa, já que algumas pessoas fazem demais, prejudicando assim seu próprio bem-estar a longo prazo, ou porque não há normas sociais exigidas para fazê-

lo; tornando esse elemento ambíguo e de difícil julgamento (ROBEYNS, 2003). É certo, entretanto, que ele se torna menos negativo ao ser compartilhado e não centralizado em uma só figura.

Como bem pontuado por Robeyns (2017) o termo *capability* (traduzido como capacidade para a língua portuguesa) é inexistente em muitos idiomas, e também pode levar a conotações erradas, por exemplo, com *habilidades*. Portanto, ao desenvolver uma teoria deve-se “traduzir” a abordagem de capacidade para a palavra “liberdade”? Segundo Robeyns, somente se o contexto no qual a abordagem de capacidade é aplicada “admite” o uso do termo “liberdade” como tradução do termo “capability”. E reforça que, para os filósofos e teóricos políticos interessados em desenvolver ainda mais a abordagem da capacidade em uma teoria política coerente, uma compreensão clara das capacidades como *liberdades de opção* ou *liberdade de oportunidades* pode pavimentar o caminho para o trabalho que se tem pela frente. Logo, ao considerar essa orientação para a concepção de AC, tem-se que a AC é compreendida como a liberdade para cozinhar, conquistada a partir das habilidades e dos recursos disponíveis ou, ainda, pode ser definida como: capacidade de pensar, decidir e agir para cozinhar refeições em casa, usando majoritariamente alimentos *in natura* e minimamente processados, sob a influência das relações interpessoais, do ambiente, dos valores culturais, do acesso a oportunidades e da garantia de direitos.

O esforço de ampliar o conceito de AC para além da esfera individual também reside no fato de que o ser humano é um ser social. O desenvolvimento da natureza própria do indivíduo e da espécie a que pertence somente pode ocorrer no seio da sociedade, pois é “na comunidade com outros que cada indivíduo tem os meios de desenvolver suas faculdades” e satisfazer suas necessidades, sendo esse processo, eminentemente, um fenômeno social (MARX; ENGELS, 2007). Assim, “o desenvolvimento de um indivíduo é condicionado pelo desenvolvimento de todos os outros, com os quais ele se encontra em intercurso direto ou indireto” (MARX; ENGELS, 2007). Desta forma, os componentes do cronossistema, que influenciam e impactam a coletividade, de alguma forma moldarão as escolhas individuais. Portanto, devem ser alvo de atenção nas reflexões sobre culinária doméstica.

Nesse sentido, parecem rasas as discussões sobre culinária que não consideram o consumismo. Marx “rejeita a noção que um modo de distribuição na sociedade pode substancialmente ser alterado sem considerar os requisitos do modo dominante de produção” (PRUZAN, 1989; MARX, 2010; LEOPOLD, 2007). Ou seja, a força motriz do sistema

alimentar hegemônico - que é diferente do “sistema alimentar comprometido com a prosperidade, equidade, sustentabilidade e saúde” - se relaciona com a lógica de mercado baseado no capitalismo, percebendo-se que tal sistema evidentemente não está comprometido com a capacidade humana de ser protagonista da sua alimentação e de vislumbrar ter autonomia culinária. Ao contrário, manter a dependência das pessoas em relação aos alimentos ultraprocessados e afastá-las das tarefas culinárias diárias é uma eficiente forma de a indústria de alimentos permanecer prosperando.

O sistema alimentar proposto no MCAC, então, que se baseia no trabalho de Swinburn (2018), é oposto ao hegemônico alicerçado no capitalismo, que é um sistema econômico e social intrinsecamente injusto, na medida em que seu modo de operar está baseado na exploração e na alienação (RIBEIRO, 2014). A emancipação humana é somente possível com uma transformação profunda do sistema econômico e social em que vivemos e uma mudança radical da subjetividade humana (RIBEIRO, 2014). Portanto há de se considerar o fator de grande exclusão e diferenciação que o capitalismo estabelece ao falar sobre autonomia. Hirai (2011) observa que “atualmente as formas de desumanização provocadas pela extrema pobreza perpassam vários espaços e se expressam nas consequências de um sistema de economia onde o mercado determina o modelo de desenvolvimento”.

Assim, o atual sistema gera formas de dominação em várias esferas do campo social - e suas diferentes vítimas - que, embora decorrentes de seu modo de produção, adquirem autonomia relativa com seus determinantes específicos (RIBEIRO, 2014). Dussel (2012), em sua obra intitulada “Ética da Libertação”, caracteriza como “comunidade das vítimas” (dominados e excluídos) do sistema vigente – operário, índio, mulher, negros, raças discriminadas, idosos, crianças, populações de rua, populações LGBT (lésbicas, gays, bissexuais, travestis e transexuais), refugiados, empobrecidos, gerações futuras etc. A comunidade das vítimas reúne aqueles cuja vida ou corporalidade foi negada – expressa no seu sofrimento –, isto é, aqueles que têm uma má vida, uma vida desprovida das condições adequadas de produção, reprodução e desenvolvimento. Aproximar cada vez mais as discussões e o saber do campo da justiça e da saúde parece ser muito oportuno, e um desafio em especial para a área de alimentação e nutrição (CORRÊA; OLIVEIRA, 2018).

6 CONCLUSÃO

Esta tese foi idealizada com o objetivo de construir elementos teóricos que embasassem o desenvolvimento de um novo conceito intitulado “autonomia culinária”. O processo de construção coletiva foi fundamental para a evolução das ideias iniciais sobre o mapa conceitual de habilidades culinárias, do modelo conceitual de autonomia culinária e do quadro com definições e exemplos. Os diferentes olhares e a possibilidade de escutar pessoas com especialidades e filiações distintas tornaram os produtos tanto abrangentes quanto profundos.

A autonomia culinária é, portanto, a capacidade de pensar, decidir e agir para cozinhar refeições em casa usando majoritariamente alimentos *in natura* e minimamente processados, sob a influência das relações interpessoais, do ambiente, dos valores culturais, do acesso a oportunidades e da garantia de direitos.

Ao conceituar esse evento de grande complexidade, que é a autonomia culinária, não se pretende dar nome a algo que dê a ideia de ser inatingível ou evidenciar uma abordagem paralisante. Ao contrário: o propósito foi revelar teoricamente quais elementos, contidos nos diferentes níveis, se associam ao protagonismo no preparo da refeições em casa; evidenciar o papel do Estado assim como o papel do indivíduo neste processo; e contribuir para a superação do discurso que culpabiliza o indivíduo por cozinhar pouco ou não cozinhar em casa.

Além disso, espera-se contribuir como referencial teórico para estudos que abordem a culinária doméstica por uma perspectiva mais ampliada, nos quais sejam considerados como também importantes os elementos para além da casa e da esfera individual, como as ações políticas, o momento histórico em que se vive, bem como os direitos garantidos. O Modelo conceitual aqui desenvolvido pode também embasar a construção de indicadores de autonomia culinária a serem empregados em estudos populacionais. Outra contribuição deste estudo é a sistematização de elementos, como os exemplos de ações políticas sugeridos, que podem vir a inspirar o desenvolvimento de políticas públicas no campos de EAN e de estratégias para diminuir barreiras para se cozinhar em casa.

Espera-se também que este conceito possa viabilizar a construção de um instrumento de aferição da autonomia culinária e, desta forma, aumentar a compreensão

dos diversos mecanismos que conduzem a ela em diferentes realidades e contextos e, com isso, subsidiar o planejamento de intervenções que visem, por exemplo, ao empoderamento no preparo de refeições. Esta construção de instrumento é o próximo passo do Núcleo de Alimentação e Nutrição em Políticas Públicas, da UERJ, no qual a presente tese está inserida.

Por fim, espera-se que os produtos apresentados nesta tese possam auxiliar na ampliação do diálogo entre temas referentes ao Direito, à Justiça, às Políticas públicas e à Culinária, e subsidiem ações de promoção da alimentação saudável e da segurança alimentar e nutricional.

7 REFERÊNCIAS

ADAM, Barbara. **When time is money: Contested rationalities of time and challenges to the theory and practice of work**. [Monografia]. School of Social Sciences Working Papers Series, v.16. Cardiff: Cardiff University, 2001.

ÁBACO. In: **Dicionário Michaelis**. Disponível em: <www.uol.com.br/michaelis>. Acesso em: 07 dez. 2017.

AGUIAR, M.; HURST, E. Measuring trends in leisure: the allocation of time over five decades'. **The Quarterly Journal of Economics**, v. 122, p. 969-1005, 2007.

ALEXANDER, Jeffrey. O Novo Movimento Teórico. **Revista Brasileira de Ciências Sociais**, v. 2, n. 4, p. 6-28, 1986.

ANDERSON, Elizabeth. What Is the Point of Equality? **Ethics**, v. 109, n. 2, p. 287– 337, 1999.

ARISTÓTELES. **Ética a Nicômaco**. Coleção: Os pensadores. São Paulo: Nova Cultural, 1987.

ATIENZA, Cristina Monereo. Martha C. Nussbaum – Another Approach for the Defense of the Human Being and the Human Rights of Women. Florianópolis, **Seqüência**, n. 70, p. 93-114, jun. 2015.

BADINTER, Elisabeth. **Um amor conquistado: o mito do amor materno**. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1985.

BANDURA, A. Self-efficacy mechanism in human agency. **American Psychologist**, v. 37, p. 122–147, 1982.

BANDURA, A. SOCIAL COGNITIVE THEORY: An Agentic Perspective. **Annu. Rev. Psychol.** V. 52, p. 1-26, 2001.

BANDURA, A.; AZZI, R. G.; POLYDORO, S. **Teoria Social Cognitiva: Conceitos Básicos**. Porto Alegre: Artmed, 2008.

BANWELL, C.; HINDE, S.; DIXON, J.; SIBTHORPE, B. Reflections on expert consensus: a case study of the social trends contributing to obesity. **European Journal of Public Health**, v. 15, p. 564-568, 2005.

BARBOSA, Regina Helena Simões. **Mulheres, reprodução e aids: as tramas da ideologia na assistência à saúde de gestantes HIV+**. [TESE] Fundação Oswaldo Cruz, Escola Nacional de Saúde Pública: 2001.

BARKER, G., CONTRERAS, J.M., HEILMAN, B., SINGH, A.K., VERMA, R.K., NASCIMENTO, M. **Evolving Men: Initial results from the International Men and**

Gender Equality Survey (IMAGES). Washington, D.C.: International Center for Research on Women (ICRW) e Rio de Janeiro: Instituto Promundo, 2011.

BARONI, L.; CENCI, L.; TETTAMANTI, M.; BERATI, M. Evaluating the environmental impact of various dietary patterns combined with different food production systems. **Eur J Clin Nutr**, v. 61, p. 279-286, 2007.

BARTON, K. L.; WRIEDEN, W. L.; ANDERSON, A. S. Validity and reliability of a short questionnaire for assessing the impact of cooking skills interventions. **Journal of Human Nutrition and Dietetics**, v. 24, n. 6, p. 588–595, 2011.

BAVETTA, S.; NAVARRA, P.; MAIMONE, D. Freedom and the Pursuit of Happiness. **An Economic and Political Perspective**, 2014

BAXTER, J. et al. **Mothers and fathers with young children: paid employment, caring and wellbeing'**, Social Policy, Australian Government Department of Families, Community Services and Indigenous Affairs, Canberra, 2007.

BEAUCHAMP, T.L.; CHILDRESS, J.F. **Principles of Biomedical Ethics**. 4ed. New York: Oxford, 1994.

BEAUVOIR, Simone. **O segundo sexo**. Trad. Sérgio Milliet. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1980.

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

BENSON, John. Who Is the Autonomous Man? Cambridge, **Philosophy**, v. 58, n. 223, p. 5-17, 1983

BERG, J. W.; APPELBAUM, P. S.; LIDZ, C. W. AND PARKER, L. S. **Informed Consent: Legal theory and clinical practice**. New York: Oxford University Press, 2001. 33p.

BERLIN, I. **Two Concepts of Liberty**. In: Four Essays on Liberty. Oxford: Oxford University Press, 1979, p. 131.

BEROFSKY, B. Identification, the self and autonomy. **Social Philosophy and Policy**, v. 199, n. 203, 2003.

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, 2011.

BLÁZQUEZ, N., PALACIOS, F., EVERARDO, M. **Epistemología feminista: temas centrales en Investigación feminista, epistemología, metodología y representaciones sociales**. Cidade do México: Universidad Nacional Autónoma de México, 2010.

BLEICHRODT, H.; QUIGGIN, J. Capabilities as Menus: A Non-Welfarist Basis for QALY Evaluation. **Journal Health Economic**, v. 32. n. 1., p. 128-37, 2013.

BORDIEU, Pierre. **A dominação masculina**. Brasil: Bertrand do Brasil, 1999.

BORDIEU, Pierre. **A dominação masculina**. In: Educação e Realidade, 1995, p. 137.

BOURDIEU, Pierre. Espaço social e poder simbólico. In: **Coisa Ditas**. São Paulo: Brasiliense, 1990.,

BRASIL. **Lei Orgânica de Segurança Alimentar Nutricional (Losan)**. Lei nº 11.346, de 15 de setembro de 2006. Cria o Sistema Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional-SISAN com vistas em assegurar o direito humano à alimentação adequada e dá outras providências. Diário Oficial da União, 2006.

_____. Conselho Federal de Medicina. Código de ética médica. Brasília: 2010.

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

_____. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Política Nacional de Alimentação e Nutrição**. Brasília: Ministério da saúde. 2012a.

_____. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Saúde da criança: crescimento e desenvolvimento**. Brasília: Ministério da Saúde, 2012b. 272p.

_____. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Política Nacional de Alimentação e Nutrição**. Brasília: 2013.

_____. Ministério da Saúde. **Guia Alimentar para a População Brasileira**. Brasília: Ministério da Saúde, 2014.

_____. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância à Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Política Nacional de Promoção da Saúde: PNaPS: revisão da Portaria MS/GM nº 687, de 30 de março de 2006 / Ministério da Saúde, Secretaria de Vigilância à Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde. – Brasília: Ministério da Saúde, 2014a.

BRONFENBRENNER, U. **Ecological systems theory**. London, England: Jessica Kingsley Publishers, 1992.

BRONFENBRENNER, U.; CECI, S. Nature-nurture reconceptualized in developmental perspective: a bioecological model, **Psychological Review**, Washington, D.C., American Psychological Association, n.101, p. 568-586, 1994.

BRONFENBRENNER, U. **A ecologia do desenvolvimento humano: experimentos naturais e planejados**. Porto Alegre: Artes Médicas, 1996.

BRONFENBRENNER, U.; MORRIS, P. A. The ecology of developmental processes. In: DAMON, W.; LERNER, R. M. (Orgs.). **Handbook of child psychology, Vol. 1: Theoretical models of human development**. New York: John Wiley, p. 993-1028, 1998.

- BRONFENBRENNER, U.; MORRIS, P. A. Environments in developmental perspective: theoretical and operational models. FRIEDMAN, S.L.; WACKS, T. D. (Orgs.) **Conceptualization and Assessment of Environment across the life span**, Washington D. C: American Psychological Association, 1999.
- BRONFENBRENNER, U.; EVANS, G. Developmental science in the 21st century: Emerging questions, theoretical models, research designs and empirical findings. **Social Development**, n. 9, p. 115-125, 2000.
- BRUM, Henrique. Capabilities para quem? Uma Crítica a Amartya Sen. **Diversitates**, n. 1, p. 92 – 108, 1992.
- BRUNNER, T.A.; VAN DER HORST, K.; SIEGRIST, M. Convenience food products. Drivers for consumption. **Appetite**, v. 55, p. 498–506, 2010.
- BRUSCHINI, Cristina. Trabalho doméstico: inatividade econômica ou trabalho não-remunerado? **R. bras. Est. Pop.**, São Paulo, v. 23, n. 2, p. 331-353, jul./dez. 2006.
- BRUSCHINI, M. C. A. Trabalho e gênero no Brasil nos últimos dez anos. **Cadernos de Pesquisa**, São Paulo, v. 37, n. 132, set./dez. 2007.
- BURKE et al. An Introduction to Concept Mapping as a Participatory Public Health Research Method. **Qualitative Health Research**, v. 15, n. 10, p. 1392-1410, 2005.
- BYRD-BREDBENNER C. Food preparation knowledge and confidence of young adults. **Journal of Nutrition in Recipe & Menu Development**, v. 3, n. 3/4, p. 37–50, 6 out. 2005.
- CAETANO, M.C., et al. Complementary feeding: inappropriate practices in infants. **Journal of Pediatric**, v. 86, p. 196-201, 2010.
- CANDEL, M. J. J. M. Consumers' convenience orientation towards meal preparation: conceptualization and measurement. **Appetite**, v. 36, n. 1, p. 15–28, fev. 2001.
- CANESQUI, A.M.; GARCIA, R.W.D. **Antropologia e nutrição: um diálogo possível**. Rio de Janeiro: Editora FIOCRUZ, 2005. 306 p
- CANO, S.J.; HOBART, J.C. The problem with health measurement. **Patient Preference Adherence**, v. 5, p. 279-290, 2011.
- CARABELLO, M. **Defining Food Agency : An Ethnographic Exploration of Home and Student Cooks in the Northeast**. 2015.
- CARAHER, M. et al. The state of cooking in England: the relationship of cooking skills to food choice. **British Food Journal**, v. 101, n. 8, p. 590–609, 1999.
- CARRASCO, C. **Economia Feminista: una apuesta por otra Economía in Maria Jesus Vara (coord). Estudios sobre género y economía**. Madrid: Ec Akal, 2006.

CARVALHAES, M.A.B.L. et al. Diagnóstico da situação do aleitamento materno em área urbana do Sudeste do Brasil: utilização de metodologia simplificada. **Rev Saúde Pública**, v. 32, p. 430-6, 1998.

CASPI, C.E.; SORENSEN, G.; SUBRAMANIAN, S.V.; KAWACHI, I. The local food environment and diet: a systematic review. *Health & Place*, v.18, n.5, p.1172–1187, 2012.

CHODOROW, N. **The reproduction of mothering: psychoanalysis and the sociology of gender**. Berkeley: University of California Press, 1978.

CHODOROW, N. **Psicanálise da Maternidade. Uma Crítica a Freud a Partir da Mulher**. Rio de Janeiro: Rosa dos Tempos, 1990.

CHORLEY, R.; HAGGETT, P. **Modelos, paradigmas e a nova geografia**. Rio de Janeiro: Livros Técnicos e Científicos/ USP, 1975.

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

CHU, Y. L. et al. Involvement in meal preparation at home is associated with better diet quality among Canadian children. **Journal of Nutrition Education & Behavior**, v. 46, n. 4, p. 304-308, 2014.

CLAASSEN, Rutger; DÜWELL, Marcus. The Foundations of Capability Theory: Comparing Nussbaum and Gewirth. **Ethical Theory and Moral Practice**, 2012.

COAST, J. et al. Valuing the ICECAP Capability Index for Older People. **Social Science & Medicine**, v. 67, n. 5, p. 874–82, 2008.

COAST, J. et al. Welfarism, Extra-Welfarism and Capability: The Spread of Ideas in Health Economics. **Social Science & Medicine**, v. 67, n. 7, p. 1190–98, 2008a.

COLUCI, M. Z. O.; ALEXANDRE, N. M. C.; MILANI, D. Construção de instrumentos de medida na área da saúde. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 20, n. 3, p. 925–936, 2015.

CONDRASKY, M. D. et al. A Formative Evaluation of the Cooking with a Chef Program. **Journal of Extension**, v. 48, n. 2, p. 10-19, 2010.

CONDRASKY, M. D.; WARMIN, A.; SHARP, J. Cooking with a Chef: A Culinary Nutrition Program for College Age Students. **Journal of the American Dietetic Association**, v. 111, n. 9, p. A62, 2011.

CORCORAN et al. How welfare reform is affecting women's work'. **Annual Review of Sociology**, v. 26, p. 241- 269, 2000.

COSTA, Rute Ramos da Silva. **Saberes e práticas educativas quilombolas: expressando e fortalecendo a identidade**. Rio de Janeiro, 2018. Tese (Doutorado em Educação em Ciências e Saúde) – Núcleo de Tecnologia Educacional para a Saúde, Universidade Federal do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2018

CORRÊA, L.; OLIVEIRA, L.C. PROJETO REAJA. **Direito Humano à Alimentação Adequada: uma visão crítica.** Disponível em: <<https://projettoreaja.org/2018/06/10/direito-humano-a-alimentacao-adequada-uma-visao-critica-1/>>. Acesso em: 14 ago. 2018.

CRAWFORD, D. et al. Which food-related behaviours are associated with healthier intakes of fruits and vegetables among women? **Public Health Nutrition**, v. 10, p.256-265, 2007.

CRESPO, A.P.A.; GUROVITZ, E. A Pobreza como um fenômeno multidimensional. **Revista de Administração de Empresas**, v. 1, n. 2, p. 01-12, 2017.

CROCKER, D.; ROBEYNS, I. Capability and Agency. In *Amartya Sen*, edited by Christopher W. Morris, p. 60–90. Cambridge: Cambridge University Press, 2009.

DA ROCHA LEAL, F. M.; DE OLIVEIRA, B. M. P. M.; PEREIRA, S. S. R. Relationship between cooking habits and skills and Mediterranean diet in a sample of Portuguese adolescents. **Perspectives in Public Health**, v. 131, n. 6, p. 283e287, 2011.

DAMATTA, R. **Sobre o Simbolismo da Comida no Brasil.** In: O Correio da Unesco. Rio de Janeiro, 15 (7), p.22-23, 1987.

DAMIÃO, J.J.; ROTENBERG, S. Amamentação e trabalho feminino: responsabilidade de toda a sociedade. **Observatório Brasileiro de Hábitos Alimentares – OBHA**, 2018. (*No prelo*).

DANIELS, N. **Just health.** Meeting health needs fairly. New York: Cambridge University Press, 2008.

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

DEVON, H.A. et al. A psychometric toolbox for testing validity and reliability. **Journal of Nursing Scholarship**, v.39, n. 2, p. 155-164, 2007.

DEDDECA, Claudio S. **Tempo, Trabalho e Gênero**, IE/UNICAMP, 2004.

DI SABBATO, Alberto. **Estatísticas rurais e a economia feminista: um olhar sobre o trabalho das mulheres.** Brasília: MDA, 2009.

DIEZ-GARCIA, R. W.; CASTRO, I. R. R. A culinária como objeto de estudo e de intervenção no campo da Alimentação e Nutrição. *Ciência e Saúde Coletiva (Impresso)*, v. 16, p. 91-98, 2011.

DURKHEIM, Émile. **Textes 1: éléments d'une théorie sociale.** Paris: Minuit, 1975.

DUSSEL, E. **Ética da libertação na idade da globalização e da exclusão.** Petrópolis: Vozes, 2012.

DWORKIN, G. **The Theory and Practice of Autonomy**. Cambridge: Cambridge University Press, 1988.

DWORKIN, R. **A virtude soberana**. A teoria e a prática da igualdade. São Paulo: Martins Fontes, 2005.

EARP, J.A.; ENNETTE, S.T. Conceptual models for health education and practice. **Health Education Research**, v. 6, n. 2, p. 163-171, 1991.

ENGLER-STRINGER, R. Food, cooking skills, and health: A literature review. **Canadian Journal of Dietetic Practice and Research**, v. 71, n. 3, p. 141–145, 2010.

ENTWISTLE, V.; WATT, I. Treating Patients as Persons: A Capabilities Approach to Support Delivery of Person-Centered Care. **The American Journal of Bioethics**, v. 13, n. 8, p. 29–39, 2013.

EVANS, D. Beyond the Throwaway Society: Ordinary Domestic Practice and a Sociological Approach to Household Food Waste. **Sociology**, v. 46, n. 1, p. 41–56, 2012.

FADEN, Ruth. R.; BEAUCHAMP, Tom. L. **The History and Theory of Informed Consent**. London: Oxford University Press, 1986.

FAO - **Food and Agriculture Organization of the United Nations**. Disponível em: <<http://www.fao.org/nutrition/educacion-nutricional/food-dietary-guidelines/home/en/>>. Acesso em: 22 abr. 2017.

FAO - Food and Agriculture Organization. **Sustainable Diets and Biodiversity**. Roma, 2010.

FARIA, Nalu. **Economia feminista e agenda de luta das mulheres no meio rural**. In: BUTTO, Andrea (Org.). Estatísticas rurais e a economia feminista: um olhar sobre o trabalho das mulheres. Brasília: MAD, 2009.

FEINBERG, J. **Autonomy**. New York: Oxford University Press, 1989. 27p.

FIOLET, T. et al. Consumption of ultra-processed foods and cancer risk: results from NutriNet-Santé prospective cohort. **BMJ**, 2018.

FISCHER, C.G.; GARNETT, T. **Plates, pyramids and planets : developments in national healthy and sustainable dietary guidelines: a state of play assessment**. Rome: FAO, 2016.

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, 2014.

FRANKFURT, H. What we are morally responsible for. In FISCHER, J. M.; RAVIZZA, M. **Perspectives on Moral Responsibility**. NY: Cornell University Press, 1993. 286p.

FREIRE, P. **Pedagogia da Autonomia. Saberes necessários à prática educativa.** São Paulo: Paz e Terra, 2011.

FULKERSON, J. A. et al. Family meals: perceptions of benefits and challenges among parents of 8 to 10-year old children. **Journal of the American Dietetic Association**, v.108, p. 706-709, 2008.

FURTADO, Bernardo Alves. **Policy Space: modelagem baseada em agentes.** Rio de Janeiro: Ipea, 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, 2014.

GERSHUNY, J. **Changing Times: Work and Leisure in Postindustrial Society.** Oxford: Oxford University Press, 2000.

GIDDENS, A. **The constitution of society: Outline of the theory of structuration.** Los Angeles: University of California Press, 1984.

GIDDENS, Anthony. **A constituição da sociedade.** São Paulo: Martins Fontes, 1984. p.458.

GILLIGAN, C. **In a different voice, psychological theory and women's development.** Cambridge: Universidade de Harvard, 1993.

GILLMAN, M. et al. Family dinner and diet quality among older children and adolescents. **Arch Fam Med**, v.9, p. 235-240, 2000.

GILLON, R. **Philosophical Medical Ethics.** Chichester: John Wiley & Sons, 1985. p.60.

GLANZ, K.; BASIL, M.; MAIBACH, E.; GOLDBERG, J.; SNYDER, D.A.N. Why Americans eat what they do: taste, nutrition, cost, convenience, and weight control concerns as influences on food consumption. **Journal of the American Dietetic Association**, v. 98, n. 10, p. 1118–1126, 1998.

GLANZ, K. et al. Healthy nutrition environments: Concepts and measures. **American Journal of Health Promotion**, v. 19, n. 5, p. 330–333, 2005.

GLOPAN. Improving nutrition through enhanced food environments. **Policy Brief No. 7.** London, 2017.

GOFFMAN, Erving. **A representação do eu na vida cotidiana.** Rio de Janeiro: Vozes, 2006.

GOLDIM, J.R. Princípio do Respeito à Pessoa ou da Autonomia. Disponível em: <http://www.bioetica.ufrgs.br/autonomi.htm>. 2004.

GOUL, D. C.C. **Ontologia social de Marx.** Individualidad y comunidad em la teoria marxista de la realidad social. México: Fondo de Cultura Econômica, 1983. p. 246

HAGGETT, P.; CHORLEY, R. J. Modelos, paradigmas e a nova geografia. In: CHORLEY, R. J.; HAGGETT, P. **Modelos físicos e de informação geográfica**. Rio de Janeiro: Livros Técnicos e Científicos; SP: Universidade de São Paulo, 1975. p. 1-19.

HALL, S. **A identidade cultural na pós-modernidade**. 10 ed. Rio de Janeiro: DP&A, 2005.

HARNACK et al. Guess who's cooking? The role of men in meal planning, shopping, and preparation in U.S. families. **Journal of the American Dietetic Association**, v. 98, p. 995-1000, 1998.

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

HARTSOCK, N. **Money, sex and power: toward a feminist historical materialism**. Nova Iorque: Longman, 1983.

HAWKES, C.; RUEL, M.T. **Value chains for nutrition**. In S. Fan & R. Pandya-Lorch, eds. *Reshaping agriculture for nutrition and health*, pp. 73–82. Washington, DC, IFPRI, 2012.

HAWKES, C. Smart food policies for obesity prevention. **The Lancet**, v.385, n.9985, p.: 2410–2421, 2015.

HERBERT, J. et al. Wider impacts of a 10-week community cooking skills program Jamie's Ministry of Food, Australia. **BMC public health**, v. 14, n. 1, p. 1161, 2014.

HERCULANO-HOUZEL, S. **The Human Advantage: A new understanding of how our brain became remarkable**. Cambridge: MIT Press, 2016.

HERSCH, D. et al. The impact of cooking classes on food-related preferences, attitudes, and behaviors of school-aged children: a systematic review of the evidence, 2003-2014. *Preventing chronic disease*, v. 11, n. 2, p. E193, 2014.

HINDESS, B. **Interests in political analysis**. Londres: John Law, 1986.

HIRAI, W. G. **Segurança Alimentar: Em tempos de (in) sustentabilidades produzidas**. Jundiaí: Paco Editorial, 2011.

HIRATA, Helena; KERGOAT, Daniéle. Novas configurações da divisão sexual do trabalho. **Cadernos de Pesquisa**, v. 37, n. 132, p. 595-609, 2007.

HLPE. High Level Panel of Experts on Food Security and Nutrition. **Nutrition and food systems**. A report by the High Level Panel of Experts on Food Security and Nutrition of the Committee on World Food Security. Rome, 2017.

HOMANS, George. Social Behavior as Exchange. **American Journal of Sociology**, v. 62, 1958.

HOSKING, R. **Nurture : proceedings of the Oxford Symposium on Food and Cookery**. Footwork, 2004.

HUNTINGTON, P. Toward a dialectical concept of autonomy. **Philosophy and Social Criticism**, v.37, 1995.

HURKA, T. Why value autonomy? **Social Theory and Practice**, v. 13, n. 3, p. 361-382, 1987.

Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística - IBGE. **Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios: síntese de indicadores: 2015**. IBGE: Rio de Janeiro, 2016.

INI, G. et al. Developing Attributes for a Generic Quality of Life Measure for Older People: Preferences or Capabilities? **Social Science & Medicine**, v. 62, n. 8, p. 1891–901, 2006.

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

JABS, J.; DEVINE, C. M.; BISOGNI, C.A.; FARRELL, T. J.; JASTRAN, M.; WETHINGTON, E. Trying to find the quickest way: employed mothers' constructions of time for food. **Journal of Nutrition Education and Behavior**, v. 39, p. 18-25, 2007.

JOMORI, M. M. et al. Construct validity of Brazilian cooking skills and healthy eating questionnaire by the known-groups method. **British Food Journal**, v. 119, n. 5, p.1003-1016, 2017.

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

JONES, S. A. et al. Perceived motivators to home food preparation: Focus group findings. **Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics**, v. 114, n. 10, p. 1552–1556, 2014.

KAIN, P.J. **Marx and ethics**. New York: Oxford University Press, 1988. p. 222

KANT, I. **Sobre a Pedagogia**. Trad. Francisco Cock Fontanella. Piracicaba: UNIMEP, 1999.

KANT, I. **Crítica da razão pura**. Trad. Manuela Pinto. Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian, 2001.

KANTER, R. et al. A conceptual framework for understanding the impacts of agriculture and food system policies on nutrition and health. **Food Sec**, v.7, p. 767–777, 2015.

KESZEI, A.; NOVAK, M.; STREINER, D.L. Introduction to health measurement scales. **Journal of Psychosomatic Research**, v. 68, n. 4, p.319- 323, 2010.

KIMBERLING, C.L.; WINTERSTEIN, A.G. Validity and reliability of measurement instruments used in research. **American Journal of Health-System Pharmacy**, v. 65, n. 23, p. 2276-2284, 2008.

KIZILIRMAK, B.; MEMIS, E. **The Unequal Burden of Poverty on Time Use**. New York: Levy Economics Institute, 2009.

KOLETZKO, B et al. Dietary fat intakes in infants and primary school children in Germany. **American Journal of Clinical Nutrition**, v.72, p.1392–8, 2000.

KRAMER, R. F. et al. Healthier home food preparation methods and youth and caregiver psychosocial factors are associated with lower BMI in African American youth. **Journal of Nutrition**, v. 142, n. 5, p. 948-954, 2012.

LAHNE, J.; WOLFSON, J. A.; TRUBEK, A. Development of the Cooking and Food Provisioning Action Scale (CAFPAS): A new measurement tool for individual cooking practice. **Food Quality and Preference journal**, v. 62, n. 1, p. 96–105, 2017.

LALANDE, A. **Vocabulário Técnico e Crítico da Filosofia**. Tradução de Fátima Sá Correia, Maria Emília V. Aguiar, José Eduardo Torres e Maria Gorete de Souza. São Paulo: Martins Fontes, 1996.

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

LARSEN, J. K. et al. How parental dietary behavior and food parenting practices affect children's dietary behavior. Interacting sources of influence? **Appetite**, v. 89, p. 246–257, 2015.

LARSON, N.I. et al. Food preparation by young adults is associated with better diet quality. **Journal of the American Dietetic Association**, v. 106, p. 2001-2007, 2006.

LARSON et al. Family meals during adolescence are associated with higher diet quality and healthful meal patterns during young adulthood. **Journal of the American Dietetic Association**, v. 107, p. 1502-1510, 2007.

LARSON et al. Whole grain intake correlates among adolescents and young adults: findings from Project EAT. **Journal of the American Dietetic Association**, v. 110, p. 230-237, 2010.

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 10-year longitudinal study. **Public Health Nutr**, v. 15, n. 7, p. 1150-1158, 2012.

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, 2016.

LAVELLE, F. et al. Increasing intention to cook from basic ingredients: A randomised controlled study. **Appetite**, v. 116, p. 502-510, 2017.

LAWSHE, C. H. A quantitative approach to content validity. **Personnel Psychology**, Nova Jersey, EUA, v. 28, n. 4, p. 563-575, 1975.

- LEECH, R.M. et al. Family food involvement and frequency of family dinner meals among Australian children aged 10-12 years. Cross-sectional and longitudinal associations with dietary patterns. **Appetite**, v. 75, p. 64-70, 2014.
- LEHRER, K. Reason and autonomy. **Social Philosophy and Policy**, n. 20, p. 177, 2003.
- LEITZMANN, C. Nutrition Ecology: the contribution of vegetarian diets. **Am J Clin Nutr**. v. 78, p. 657-659, 2003.
- LEON, M. **Uma visão feminista sobre a economia e a globalização**. São Paulo. SOF, REF, MMM, 2003.
- LEOPOLD, D. **The young Karl Marx**. German philosophy, modern politics, and human flourishing. New York: Cambridge University Press, 2007. p. 323
- LEWIS; GIULLARI. The Adult Worker Model Family, Gender Equality and Care: The Search for New Policy Principles and the Possibilities and Problems of a Capabilities Approach. **Economy and Society**, v. 34, n. 1, p. 76–104, 2005.
- LIN, B.H. et al. **Away-From-Home Foods Increasingly Important to Quality of American Diet**. Washington, DC: United States Dept of Agriculture; 1999.
- LOBO, R. **Panelinha: receitas que funcionam**. 5. ed. São Paulo: Editora Senac, 2012.
- LOCKE, J. **Ensayo sobre el gobierno civil**. Madrid: Aguilar, 1976.
- LYNN, M.R. Determination and quantification of content validity. **Nursing Research**, v. 35, p. 382-385, 1986.
- MAC, M.; IOMAIRE, C.; LYDON, J. The Current State of Cooking in Ireland: The Relationship between Cooking Skills and Food Choice. School of Culinary Arts and Food Technology, Dublin Institute of Technology, 2011.
- MACIEL, Maria Eunice. Cultura e Alimentação ou o que têm a ver os macaquinhos de Koshima com Brillat-Savarin? Porto Alegre: **Horizontes Antropológicos**, v.7, n.16, dez. 2001.
- 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, 2015.
- MCLAUGHLIN, C., TARASUK, V. AND KREIGER, N. An examination of at-home food preparation activity among low-income, food-insecure women”, **Journal of American Dietetic Association**, v. 103, n. 11, p. 1506-1512, 2003.
- MACLEAN, A. **Autonomy, Informed Consent and Medical Law: A Relational Challenge**. Cambridge, Law, Medicine and Ethics, 2014.
- MALASSIS, L. Les trois ages de l'alimentaire: 1 - L'âge pré-agricole et l'âge agricole. Paris, Cujas, 1997. 329 p.

MALUF, Renato Sérgio. Economia de Rede. O Papel da Distribuição e a Problemática da Segurança Alimentar. In: WILKINSON, John (org.). **Reestruturação do Sistema Agroalimentar**. Rio de Janeiro: REDCAPA, 1999, p. 61.

MAPPES, T. A.; ZEMBATY, J. S. **Biomedical Ethics**. New York: McGraw-Hill Inc., 1991. 25p.

MARLOW, H.J., HAYES, W.K.; SORET, S.; CARTER, R.L.; SCHWAB, E.R.; SABATÉ, J. Diet and the environment: does what you eat matter? **Am J Clin Nutr.**, v. 89, p. 1699-1703, 2009.

MARSHALL H. KLAUS, P. H. K. **Your Amazing Newborn**. [s.l.] Perseus Books, 1998.
MARSHALL, D.; BELL, R. Relating the food involvement scale to demographic variables, food choice and other constructs. *Food Quality and Preference*, v. 15, n. 7, p. 871-879, 2004.

MARTINS, E.; SZYMANSKI, H. A abordagem ecológica de urie bronfenbrenner em estudos com famílias. **Estudos e pesquisas em psicologia**, v.4, n.1, 2004.

MARTINS, C.G. et al. Relações de gênero no trabalho doméstico. **Fazendo Gênero. Diásporas, Diversidades, Deslocamentos**, 2010.

MARTINS, A. P. B. et al. Increased contribution of ultra-processed food products in the Brazilian diet (1987-2009). **Revista de Saude Publica**, v. 47, n. 4, p. 656–665, 2013.

MARTINS, C. A. et al. **A influência das habilidades culinárias dos pais na alimentação de crianças em idade escolar**. Tese. Universidade de São Paulo Faculdade de Saúde Pública, São Paulo, SP, 2017.

Marx, K. *Capital: A Critique of Political Economy*, vol. 1. New York, NY: International Publishers, 1887.

MARX, R.G., et al. Clinimetric and psychometric strategies for development of a health measurement scale. **J Clin Epidemiol**, v. 52, n. 2, p. 105-111, 1999.

MARX, K. **Manuscritos econômicos-filosóficos**. São Paulo: Boitempo, 2004.

MARX, K.; ENGELS, F. **A ideologia alemã**. São Paulo: Boitempo, 2007.

MARX, K. **Sobre a questão judaica**. São Paulo: Boitempo; 2010.

MARX, K. **A sagrada família**. São Paulo: Boitempo, 2011.

MEDEIROS, Robson A. de; SILVA, Eduardo P.; ARAÚJO, Jailton M. de. **A (in) segurança alimentar e nutricional no Brasil e o desenvolvimento humano**. Disponível em: <<http://periodicos.ufpb.br/ojs/index.php/primafacie/article/viewFile/4351/3283>>. Acesso em 20 ago. 2017.

- MENDONÇA, A.L.O.; CAMARGO JR., K.R. Complexo médico-industrial-financeiro: os lados epistemológico e axiológico da balança. *PHYSIS: Revista de Saúde Coletiva*. Rio de Janeiro, v. 22, n. 1, p. 215-238, 2012.
- MENDONÇA, R.D. Ultraprocessed food consumption and risk of overweight and obesity: the University of Navarra Follow-Up (SUN) cohort study. *Am J Clin. Nutr.*, 2016.
- MENDONÇA, R.D. Ultra-Processed Food Consumption and the Incidence of Hypertension in a Mediterranean Cohort: The Seguimiento Universidad de Navarra Project. *Am J Hypertens*, 2017.
- 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, 2017.
- MITCHELL, P.M. et al. ‘Applications of the Capability Approach in the Health Field: A Literature Review. *Social Indicators Research*, v. 133, n. 1, p. 1–27, 2016.
- MITCHELL, P.M. et al. Assessing the Validity of the ICECAP-A Capability Measure for Adults with Depression. *BMC Psychiatry*, v. 17, n. 1, p. 46, 2017.
- MONSIVAIS, P. et al. Time Spent on Home Food Preparation and Indicators of Healthy Eating. *American Journal of Preventive Medicine*, v. 47, p. 796-802, 2014.
- MONTEIRO, C. A., MONDINI, L., MEDEIROS, A. L.; POPKIN, B. M. The nutrition transition in Brazil. *Eur. J. Clin. Nutr.* v.49, p.105-113, 1995.
- MONTEIRO, C. A. et al. Increasing consumption of ultra-processed foods and likely impact on human health: evidence from Brazil. *Public Health Nutr*, v. 14, n.1, p. 5-13, 2011.
- MONTEIRO, C.A. et al. Ultra-processed products are becoming dominant in the global food system. *Obesity reviews*, suppl. 2, p. 21-28, 2013.
- MONTEIRO, C.A. et al. The UN Decade of Nutrition, the NOVA food classification and the trouble with ultra-processing. *Public Health Nutr*, p.1-13, 2017.
- MONTEIRO, C.A. **A guerra (não tão) surda entre dois sistemas alimentares: implicações para a saúde e políticas públicas.** Ceensp discutiu sistemas alimentares e suas implicações para saúde e políticas públicas [Registo vídeo]. Rio de Janeiro: 2017a. Vídeo Youtube (93min.).
- MORIN, P. et al. Association between perceived self-efficacy related to meal management and food coping strategies among working parents with preschool children. *Appetite*, v. 65, p. 43–50, 2013.
- NASH, L. “The Agency of Nature or the Nature of Agency?” *Environmental History*, v. 10, n. 1, p. 67–69, 2005.

NEDELSKY, Jennifer. Reconceiving Autonomy: Sources, Thoughts and Possibilities. Yale, **Journal of Law & Feminism**, v. 1, n. 1, 1989.

NORDENFELT, L. **On the nature of health: an action-theoretic approach**. The Netherlands: Reidel Dordrecht, 1995.

NORDENFELT, L. **Action, ability and health**. Essays in the philosophy of action and welfare. Dordrecht: Kluwer, 2000.

NORDENFELT, L. **On health, ability and activity: comments on some basic notions in the ICF**. *Disabil Rehabil*, v. 15, n. 28, p. 1461-5, 2006.

NORMAN, Daniels. **JUST HEALTH: MEETING HEALTH NEEDS FAIRLY**. Cambridge: Cambridge University Press, 2008.

NUSSBAUM, Martha. Aristotelian social democracy. In: **Liberalism and the good**. New York: R. Bruce Douglas, Gerald M. Mara and Henry S. Richardson, 1990.

NUSSBAUM, M. Human Capabilities, Female Human Being. In: NUSSBAUM, M.; GLOVER, J. (Ed.). **Women, culture and development: a study of human capabilities**. Oxford: Clarendon Press, 1995. p. 61-104

NUSSBAUM, Martha. Transcendence and Human Values. *Philosophy and Phenomenological Research*, v. 64, n. 2, mar. 2002.

NUSSBAUM, M. **Frontiers of justice**. Disability. Nationality. Species membership. Cambridge: Harvard University Press, 2007. p. 487

O'NEILL, O. **Autonomy and Trust in Bioethics**. Cambridge: Core Ethics, 2002.

OMS ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Engaging men and boys in changing gender-based inequity in health: Evidence from programme interventions**. Geneva, 2007.

OSHANA, Marina. How much should we value autonomy? *Social Philosophy and Policy*, v.20, n.2, p.99-126, 2003.

PATEMAN, Carole. **The sexual contract**. Cambridge: Polity Press, 1988.

PANSIERI, Flávio. A Crítica de Amartya Sen à Concepção Rawlsiana de Justiça. **Seqüência**, Florianópolis, n. 74, p. 181-206, 2016

PEFFER, R.G. **Marxism, morality, and social justice**. New Jersey: Princeton University Press, 1990. p. 526

PERRY, E. A. et al. Review Article Identifying attributes of food literacy : a scoping review. **Public Health Nutrition**, v. 20, n. 13, p. 2406–2415, 2017.

PINHEIRO, J.Q. Painel de Especialistas e Estratégia Multimétodos: Reflexões, Exemplos, Perspectivas. **Psico**, v. 44, n. 2, p. 184-192, 2013

PINHEIRO, M.M.S. **As Liberdades Humanas como Bases do Desenvolvimento: uma análise conceitual da abordagem das capacidades humanas de Amartya Sen**. Instituto de Pesquisa Econômica Aplicada. Rio de Janeiro: Ipea, 2012.

PANDYA-LORCH, R. Food security and sustainable use of natural resources: a 2020 vision. **Ecol Econ.**, v. 26, p.1-10, 1998.

PITTMAN, J.; BAKAS, T. Measurement and instrument design. **J Wound Ostomy Continence Nurs**, v. 37, n. 6, p. 603-607, 2010.

POLLAN, Michael. **In Defense of Food: An Eater's Manifesto**. EUA: Penguin, 2008.

POPKIN, B. M. Urbanization, lifestyle changes and the nutrition transition. **World Dev.** v. 27, p.1905-1916, 1999.

PRUZAN, E.R. **The concept of justice in Marx**. New York: Peter Lang, 1989. 238 p.

RANGEL, T.L.V.; SOARES, D.S. **A contribuição de amartya sen para o reconhecimento da fundamentalidade do direito à alimentação: dignidade da pessoa humana e igualdade de capacidades**. Direitos sociais e políticas públicas III. Florianópolis: CONPEDI, 2017.

RASTOIN, J.L.; GHERSI, G. **Concepts et méthodes, analyses et dynamique**. França, 2010. 584p.

RAWLS, J. **Justice as Fairness: a restatement**. Cambridge: Harvard University Press, 2001.

RAWS, J. **Justiça como equidade**. Uma reformulação. São Paulo: Martins Fontes, 2003.

REICHENHEIM, M.E.; MORAES, C.L. Qualidade dos instrumentos epidemiológicos. In: FILHO, N.A.; BARRETO, M.L. **Epidemiologia e Saúde: fundamentos, métodos e aplicações**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2012.

REICKS, M. et al. Impact of Cooking and Home Food Preparation Interventions Among Adults: Outcomes and Implications for Future Programs. **Journal of Nutrition Education and Behavior**, v. 46, n. 4, p. 259–276, 2014.

RIBEIRO, Carlos Dimas Martins. Justiça como práxis, capacidades humanas e saúde. **Physis Revista de Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v.24, n. 3, p. 951-971, 2014.

RIBEIRO, D. **Feminismo negro para um novo marco civilizatório**. Revista SUR 24 - v.13 n. 24, p 99 – 104, 2016.

RICHARDS, D. A. J. Rights and autonomy. **Ethics**, Chicago, v. 92, n. 1, p. 3-20, 1981.

Rio de Janeiro: Record, 2008.

ROBEYNS, Ingrid. Sen's Capability Approach and Gender Inequality: Selecting Relevant Capabilities. **Feminist Economics**, v. 9, n. 2–3, p. 61–92, 2003.

ROBEYNS, Ingrid. The Capability Approach: A Theoretical Survey. **Journal of Human Development**, v. 6, n. 1, p. 93–117, 2005.

ROBEYNS, Ingrid. Three Models of Education Rights, Capabilities and Human Capital. **Theory and Research in Education**, v. 4, n. 1, p. 69–84, 2006.

ROBEYNS, Ingrid. Wellbeing, **Freedom and Social Justice: The Capability Approach Re-Examined**. Cambridge, UK: Open Book Publishers, 2017.

ROUSSEAU, J.J. Emílio ou da educação. Trad. Sérgio Milliet. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 1992.

ROXBURGH, S. 'I wish we had more time to spend together ...': the distribution and predictors of perceived family time pressures among married men and women in the paid labor force'. **Journal of Family Issues**, v. 27, p. 529-552, 2006.

ROXBURGH, Susan. 'There Just Aren't Enough Hours in the Day': The Mental Health Consequences of Time Pressure. **Journal of Health and Social Behavior**, v. 45, n. 2, p. 115-131, 2004.

RUGER, J. Toward a Theory of a Right to Health: Capability and Incompletely Theorized Agreements Yale. **Journal of Law & the Humanities**, v. 18, n. 2, article 3, 2006.

RUZYK, Carlos Eduardo. **Liberdade(s) e função: Contribuição crítica para uma nova fundamentação da dimensão funcional do Direito Civil brasileiro**. 2009. 402 f. Tese (Doutorado em Direito das Relações Sociais). Setor de Ciências Jurídicas, Universidade Federal do Paraná (UFPR), Curitiba, 2009.

SAFE FOOD. **Food Skills: Definitions, Influences and Relationship with Health**, 2014.

SAHLINS, Marshall. **Cultura na prática**. 2ª ed. Rio de Janeiro: Editora UFRJ, 2007.

SALZSMAN, Zdenek. **Language, culture and society: An introduction to linguistic anthropology**. Boulder: Westview, 1993.

SÁNCHEZ GARRIDO, P. **Raíces intelectuales de Amartya Sen. Aristóteles, Adam Smith y Karl Marx**. Madrid: Centro de Estudios Constitucionales, 2008.

SANTOS, C. R. A. dos. A alimentação e seu lugar na História: os tempos da memória gustativa. **Questões & Debates, Curitiba**, n. 42, p. 11-31, 2005.

SARLET, Ingo Wolfgang. **Dignidade da Pessoa Humana e Direito Fundamental na Constituição Federal de 1988**. 3ª edição, Porto Alegre: Livraria do Advogado, 2004.

SAYÃO, L. F. Modelos teóricos em ciência da informação – abstração e método científico. **Ciência da Informação**, v. 30, n. 1, p. 82-91, jan./abr. 2001

SCHWANEN, T. Struggling with time: investigating coupling constraints. **Transport Reviews**, v.28, p.337-356, 2008.

SCOTT, Joan. Gênero: uma categoria útil de análise histórica. In: **Educação e Realidade**. Porto Alegre: UFRGS, 1995. p.71.

SCOTT, Joan. **Gênero: uma categoria útil de análise histórica**. Porto Alegre: UFRGS, 1995.

SEALY, Y. M. Parents' food Choices: Obesity among minority parents and children. **Journal of Community Health Nursing**, v. 27, n. 1, p. 1-11, 2011.

SEGALL, S. **Health, luck, and justice**. New Jersey: Princeton University Press, 2010. 239 p.

SEN, Amartya. **O desenvolvimento como expansão de capacidades**. Lua Nova: Revista de Cultura e Política, São Paulo, 1993.

SEN, Amartya. **Desenvolvimento como liberdade**. MOTTA, Laura Teixeira (trad.). São Paulo: Companhia das Letras, 2000.

SEN, Amartya. **Desigualdade reexaminada**. Rio de Janeiro: Record, 2001. 301 p.

SEN, Amartya. Capability: Reach and Limit'. In **Debating Global Society: Reach and Limits of the Capability Approach**. Milan: Fondazione Giangiacomo Feltrinelli, 2009.

SEN, Amartya. **A Ideia de Justiça**. São Paulo: Companhia das Letras, 2011.

SHEPPARD, D. **Organizations, power and sexuality: The image and self-image of women managers**. London: Sage, 1989.

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

SHORT, F. Domestic cooking practices and cooking skills: findings from an English study*. **Food Service Technology**, v. 3, n. 3–4, p. 177–185, set. 2003b.

SHORT, F. **Kitchen Secrets - The meaning of cooking in everyday life**. Oxford, NY: Berg, 2006.

SIMON, V.G.N.; SOUZA, J.M.P.; SOUZA, S.B. Introdução de alimentos complementares e sua relação com variáveis demográficas e socioeconômicas, em crianças no primeiro ano de vida, nascidas em Hospital Universitário no município de São Paulo. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, v. 6, p. 29-38, 2003.

SLIWA, S. A. et al. Maternal employment, acculturation, and time spent in food-related behaviors among Hispanic mothers in the United States: Evidence from the American Time Use Survey. **Appetite**, v. 87, p. 10-19, 2015.

SMITH et al. Involvement of young Australian adults in meal preparation: cross-sectional associations with sociodemographic factors and diet quality. **Journal of American Dietetic Association**, v. 110, n. 9, p. 1363-1367, 2010.

SOBAL, J.; BISOGNI, C.A. Constructing food choice decisions. **Annals of Behavioral Medicine**, v.38, n.1, p. 37– 46. 2009.

SOLIAH, L. et al. Meal planning in the 21st century home. **J Fam Consum Sci**, v. 95, p. 68-72, 2003.

SOLIAH, L. et al. Quantifying the impact of food preparation skills among college women. **Coll Student Journal**, v. 40, n.4, p. 729-739, 2006.

SOLIAH et al. Benefits and barriers to healthful eating: What are the consequences of decreased food preparation ability? **American Journal of Lifestyle Medicine**, v. 6, n. 2, p. 152–158, 2012.

SORJ, B. Trabalho remunerado e trabalho não remunerado. In: OLIVEIRA, S.; RECAMÁN, M.; VENTURI, G. (Orgs.). **A mulher brasileira nos espaços público e privado**. São Paulo: Fundação Perseu Abramo, 2004. p.107-119.

SOUTHERTON, D. Squeezing time: allocating practices, coordinating networks and scheduling society. **Time and Society**, v. 12, n. 1, p. 5-25, 2003.

SPENCE, Charles. **Gastrophysics: The New Science of Eating**. Penguin UK, 2017.

STACHOWIAK, H. **Models**. Paris: Unesco, 1972.

STEELE, E. M. et al. The share of ultra-processed foods and the overall nutritional quality of diets in the US : evidence from a nationally representative cross-sectional study. **Population Health Metrics**, v. 15, n. 6, p. 1–11, 2017.

STEVE, D. Now they're cookin'! (consumer behavior regarding innovative meal solutions)(Cover Story). **Prepared Foods**, v. 1, n. 6, p. 15, 1999.

STRAZDINS, L.; GRIFFIN, S.L.; BROOM, D.H. Time scarcity: another health inequality? **Environment and Planning A**, v. 43, p. 545- 559, 2011.

STRAZDINS, L. et al. Not all hours are equal: could time be a social determinant of health? **Sociology of Health & Illness**, v. 38, n. 1, p. 21-42, 2016.

STREINER, D. L.; NORMAN, G. R.; CAIRNEY, J. **health measurement scales – a practical guide to their development and use**. Oxford, UK: Oxford University Press, 2015.

SUN, R.; MERRILL, E.; PETERSON, T. From implicit skills to explicit knowledge: a bottom-up model of skill learning. **Cognitive Science**, v. 25, n. 2, p. 203–44, 2001.

SWINBURN, B.; DOMINICK, C.; VANDEVIJVERE, S. **Benchmarking food environments: experts' assessments of policy gaps and priorities for the New Zealand Government**. University of Auckland, 2014.

TAKEUTIL, D.; OLIVEIRA, J.M. Para além dos aspectos nutricionais: uma visão ambiental do sistema alimentar. **Revista Segurança Alimentar e Nutricional**. Campinas, v. 20, n. 2, p. 194-203, 2013.

TERNIER, S. Understanding and measuring cooking skills and knowledge as factors influencing convenience food purchases and consumption. **Studies by Undergraduate Researchers at Guelph**, v. 3, n. 2, p. 69–76, 2010.

TIBBS, T. et al. The relationship between parental modeling, eating patterns, and dietary intake among African-American parents. **Journal of the American Dietetic Association**, v. 101, p. 535-541, 2001.

TRUBEK, A. B. et al. Empowered to cook: The crucial role of “food agency” in making meals. **Appetite**, v. 116, p. 297–305, 2017.

VALADIER, P. “**Heteronomia e autonomia são indivisíveis**”. Trad. Cláudio C.D. Souza. Revista do Instituto Humanitas, 2013.

VANDELACE, Louise et al. **Du travail et de l’amour. Les dessous de la production domestique**. Paris: Ed. Saint-Martin/Syros, 1985.

VENKATAPURAM, Sridhar. A Bird’s Eye View. Two Topics at the Intersection of Social Determinants of Health and Social Justice Philosophy. **Public Health Ethics**, v. 2, n. 3, p. 224–34, 2009.

VENKATAPURAM, Sridhar. **Health Justice**. An Argument from the Capability Approach. Cambridge: Polity Press, v. 247, 2011.

VENKATAPURAM, Sridhar. Health, Vital Goals, and Central Human Capabilities. **Bioethics**, v. 27, n. 5, p. 271–79, 2013.

VENN, D.; STRAZDINS, L. What Explains Trends in Australian Working-Time Arrangements in the 2000s? Labour and Industry, 2016.

VENN, D.; STRAZDINS, L. Your money or your time? How both types of scarcity matter to physical activity and healthy eating. *Social Science and Medicine*, v.172, p.98-106, jan. 2017.

VIDGEN, H. A.; GALLEGOS, D. Defining food literacy and its components. **Appetite**, v. 76, p. 50–59, 2014.

VILLELA, W.V.; ARILHA, M. **Sexualidade, gênero e direitos sexuais e reprodutivos**. Campinas: Editora da UNICAMP, 2003.

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, 2014.

VITA, Álvaro de. Justiça distributiva: a crítica de Sen a Rawls. **Dados**, Rio de Janeiro, v. 42, n. 3, p. 471-496, 1999.

VITA, Álvaro de. O liberalismo igualitário: Sociedade democrática e justiça internacional. São Paulo: Martins Fontes, 2008.

WACJMAN, J. Life in the fast lane? Towards a sociology of technology and time. **The British Journal of Sociology**, v. 59, p. 59-77, 2008.

WALTZ, C.W.; BAUSELL, R.B. **Nursing research: Design, statistics and computer analysis**. Davis, Philadelphia, 1981.

WEBER, Thadeu. A ideia de um “mínimo existencial” de J. Rawls. **Kriterion**, Belo Horizonte, n. 127, p. 197-210, 2013.

WIGLEY; AKKOYUNLU-WIGLEY. Human Capabilities versus Human Capital: Gauging the Value of Education in Developing Countries. **Social Indicators Research**, v. 78, n. 2, p. 287–304, 2006.

WINKLER, E.; TURRELL, G. Confidence to Cook Vegetables and the Buying Habits of Australian Households. **Journal of the American Dietetic Association**, v. 109, n. 10, p. 1759–1768, 2009.

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

WOLFSON, J.A. et al. A comprehensive approach to understanding cooking behavior: Implications for research and practice. **British Food Journal**, v. 119, n. 5, p. 1147-1158, 2017.

WOLL, J.; DE-SHALIT, A. **Disadvantage**. New York: Oxford University Press, 2010. 231 p.

WOORTMANN, Klaas. A comida, a família é a construção do gênero feminino". **Série Antropologia**, Brasília, v. 50, 1985.

WOORTMANN, Klaas. A Comida, a Família e a Construção do Gênero Feminino. **Revista de Ciências Sociais**, v. 29, n. 1, p. 103-30, 1986.

WORSLEY et al. Consumers' interest in learning about cooking: the influence of age, gender and education. **International Journal of Consumer Studies**, v. 38, p. 258-264, 2014.

WRIEDEN, W. L. et al. The impact of a community-based food skills intervention on cooking confidence, food preparation methods and dietary choices—an exploratory trial. **Public Health Nutrition**, v. 10, n. 2, p. 203–211, 2007.

YOUNG, R. **Autonomy and the “inner self”**. New York: Oxford University Press, 1989. p. 77–88.

ZATTI, V. **Autonomia e educação em Immanuel Kant e Paulo Freire**. Porto Alegre: EDIPUCRS, 2007.

ZUZANEK, J. Time use, time pressure, personal stress, mental health, and life satisfaction from a life cycle perspective. **Journal of Occupational Science**, v.5, n.1, p.26-39, 1998.

ZUZANEK, J. Work, leisure, time pressure and stress. In: **Work and Leisure**. New York: Routledge, 2004. p. 123-144.

APÊNDICE A–Formulário de confirmação de participação na oficina e Termo de confidencialidade e sigilo

CONFIRMAÇÃO DE PARTICIPAÇÃO - 2ª OFICINA DE ESPECIALISTAS - PROJETO AUTONOMIA CULINÁRIA - 17/05/18 às 13h

Gostaríamos de confirmar sua participação no grupo de especialistas que irão compor o painel a ser consultado na SEGUNDA etapa do projeto de doutorado intitulado "Autonomia culinária: construção de modelo teórico". Este projeto está sendo desenvolvido no Programa de Pós-Graduação em Alimentação, Nutrição e Saúde na UERJ e tem como objetivo produzir conhecimento em Autonomia Culinária, por meio da construção de elementos teóricos e instrumento de aferição.

Ao final de cada oficina os especialistas receberão certificados de participação.

Sua participação é de grande importância para esta pesquisa e, consequentemente, para os avanços que se fazem necessários nas abordagens de culinária doméstica e alimentação saudável.

Para confirmar sua participação, por favor, preencha os dados solicitados abaixo:

Muito obrigada,
Mariana Fernandes e Inês Rugani.

RESUMO DO PROJETO

Nas últimas décadas, observou-se um fenômeno chamado "transição culinária", e com ele, uma expressiva diminuição do envolvimento das pessoas no preparo de suas refeições em casa e, em contrapartida, um aumento da ingestão de alimentos ultraprocessados. Em resposta a esse cenário, no âmbito das políticas públicas brasileiras, a culinária tem sido valorizada na promoção de práticas alimentares saudáveis, conforme anunciado no Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional e no Guia Alimentar para a População Brasileira. No entanto, embora a culinária esteja sendo enaltecida, pouco se tem avançado no entendimento sobre esse tema. Logo, o objetivo deste estudo é o desenvolvimento de um modelo conceitual e de instrumento de avaliação da autonomia culinária. Para isso, será desenvolvida a base teórica para este constructo novo e ainda não discutido na literatura, que é a autonomia culinária. Mapas conceituais juntamente com um quadro de definições e exemplos darão subsídios para a construção de um modelo conceitual de autonomia culinária, que será sistematizado em um diagrama síntese. Esses produtos serão fruto de ampla revisão bibliográfica e realização de oficinas com especialistas de áreas como Culinária, Gastronomia e Saúde Coletiva com diferentes perfis (pesquisadores, professores universitários ou profissionais de renome na área). Entrevistas com atores-chave também poderão ser realizadas com o intuito de aprofundar dimensões do novo constructo. A segunda etapa, de desenvolvimento do instrumento, contemplará o seguinte percurso metodológico: construção de itens, elaboração do sistema de escores/ opções de respostas, validação de conteúdo do instrumento e pré-teste. Nesta etapa, especialistas em alimentação e nutrição e em construção de instrumentos também serão consultados. Espera-se que os mapas e o modelo conceituais possam proporcionar avanços nas abordagens sobre alimentação saudável no ambiente alimentar doméstico, valorizando o protagonismo dos indivíduos no preparo de suas refeições. Também é esperado contribuir para a ciência brasileira com um instrumento inédito e que avalia um constructo ainda não debatido, porém de grande importância para a saúde coletiva, possibilitando, com isso, novas pesquisas e reflexões em Alimentação, Nutrição e Saúde.

***Obrigatório**

Nome completo *

Sua resposta _____

E-mail *

Ocupação e instituição *

Sua resposta _____

Placa/modelo/cor do carro caso deseje estacionar na UERJ

Sua resposta _____

Confirmo presença na 2ª Oficina de Especialistas que ocorrerá no dia 17/05/2018 às 13h na UERJ *

Sim

Não

TERMO DE CONFIDENCIALIDADE E SIGILO. Eu declaro estar ciente que terei acesso a materiais sobre o Projeto Autonomia Culinária. Por este termo de confidencialidade e sigilo comprometo-me a: 1. Não compartilhar as informações contidas nos documentos, a não ser que isso se dê conforme acordo prévio com a autora; 2. Responsabilizar-me por todas as pessoas que vierem a ter acesso às informações por meu intermédio, respondendo por qualquer dano e/ou prejuízo oriundo de uma eventual quebra de sigilo das informações fornecidas; 3. Não utilizar as informações confidenciais a que tiver acesso para gerar benefício próprio exclusivo e/ou unilateral, presente ou futuro, ou para o uso de terceiros; 4. Não reproduzir a documentação confidencial a que tiver acesso. Estou ciente que, neste Termo, entende-se por informação confidencial toda informação revelada sob a forma escrita, verbal ou por quaisquer outros meios. *

Estou de acordo com o termo acima.

Não estou de acordo com o termo acima.

Gostaria de fazer algum comentário ou sugestão?

Sua resposta _____

Obrigada por sua participação!!

APÊNDICE B – Termo de consentimento livre e esclarecido

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Projeto de pesquisa: "Autonomia culinária: construção de modelo teórico e de instrumento de aferição"

O objetivo dessa pesquisa é o desenvolvimento de um modelo teórico e de um instrumento para aferir autonomia culinária. Os resultados obtidos poderão auxiliar nas atuais abordagens de alimentação saudável. Eles serão apresentados em conjunto em eventos científicos, não sendo possível a identificação dos participantes individualmente.

Esta pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da Universidade Federal do Rio de Janeiro – Campus Macaé (CAAE: 78647017.2.0000.5699).

Você está sendo convidado(a) a participar desta pesquisa pois é considerado(a) um(a) especialista na área de Técnica dietética e Culinária, Gastronomia e/ou Saúde Coletiva. Em até quatro oportunidades, ocorrerão diálogos em grupo, entrevistas, aplicação do pré-teste do instrumento e dinâmicas que possibilitem a você dar sua opinião acerca de temas relacionados à autonomia culinária. Não haverá nenhum custo para participação na pesquisa, nem pagamento de honorários pela participação.

Se você tiver dúvidas depois de ler estas informações, entre em contato com a pesquisadora responsável por esta pesquisa. Em qualquer etapa do estudo, você poderá esclarecer eventuais dúvidas e, também, poderá ter acesso a seus resultados. Nestes casos, por favor, entre em contato Mariana Fernandes Brito de Oliveira, no telefone (21) 96939-6565 das 8 horas às 18 horas.

Se tiver perguntas sobre seus direitos como participante de pesquisa, você pode entrar em contato com o CEP da Universidade Federal do Rio de Janeiro – Campus Macaé na [Rua Aloísio da Silva Gomes, 50 - Granja dos Cavaleiros, Macaé - CEP: 27930-560](#), prédio da FUNEMAC (sala da Coordenação de Pesquisa e Extensão), de segunda a sexta feira de 8:00 às 17:00, ou pelo telefone (22) 2796-2552, ou também pelo e-mail: cepufjrjmacae@gmail.com

Após receber todas as informações e todas as dúvidas estarem esclarecidas, caso concorde em participar, por favor, informe abaixo seu consentimento.

Um arquivo em formato PDF será gerado após a sua anuência e uma cópia será encaminhada para o seu e-mail e para o e-mail da pesquisadora responsável.

Coloco-me à disposição para esclarecer eventuais detalhes do estudo e deste Termo.

Mariana Fernandes Brito de Oliveira.

Endereço de e-mail *

Eu, por intermédio deste, dou livremente meu consentimento para participar nesta pesquisa. *

Sim

Não

Nome completo *

Obrigada por sua resposta!

APÊNDICE C –Programação da 1ª Oficina de Especialistas

1



PROGRAMAÇÃO

I OFICINA DE ESPECIALISTAS
 PROJETO AUTONOMIA CULINÁRIA: CONSTRUÇÃO DE MODELO TEÓRICO E DE
 INSTRUMENTO DE AFERIÇÃO

DATA E HORÁRIO

17/01/2018 às 13h

DINÂMICA DE APRESENTAÇÃO

13:00 - 13:30h

ATIVIDADES

Roda de conversa, toró de ideias, breve palestra, trabalho em grupo.

TORÓ DE IDEIAS SOBRE O CONSTRUCTO AUTONOMIA CULINÁRIA

13:30 - 14:00h

BREVE APRESENTAÇÃO SOBRE O MATERIAL ENTREGUE PARA CONSULTA E RODADA DE IMPRESSÕES GERAIS

14:00- 14:50h

DISCUSSÕES EM GRUPO

14:40- 17:00h

1ª versão do Quadro de definições

1ª versão do mapa de Habilidades Culinárias

1ª versão do mapa de Autonomia Culinária

RODADA DE SUGESTÕES FINAIS

17:00-17:30h

APÊNDICE D –Roteiro base para as entrevistas

Roteiro da entrevista

- Agradecer o aceite;
- Dizer que esta entrevista faz parte da etapa de coleta de dados do meu projeto de doutorado;
- Iniciar a entrevista:
 1. Para iniciarmos esta conversa, gostaria de saber quais foram suas **primeiras impressões** ao ler o termo “autonomia culinária”?
 2. Após a leitura do fragmento da tese:
 - a. Suas **primeiras impressões** sobre o termo **mudaram** ou se confirmaram? Se mudaram, diga o porquê.
 - b. Quais foram suas **impressões gerais**?
 3. Na sua opinião, qual a maior **relevância** deste estudo, que tem como objetivo desenvolver um modelo teórico sobre autonomia culinária?
 4. A base teórica utilizada para a construção do modelo, apresenta a autonomia como sendo alcançada por meio da ação intencional do indivíduo associada à condição de liberdade. Em outras palavras, a ação intencional somada a liberdade resulta em autonomia. **Você concorda com essa construção?** Se não concorda, que elementos você sente falta ou agregaria a essa equação?
 5. Sobre o modelo:
 - a. Qual sua opinião sobre ele? Fique à vontade para fazer as considerações que julgar necessárias.
 - b. O considera didático e de fácil entendimento? Gostaria de sugerir alguma melhoria neste sentido?
 - c. Você considera importante os elementos que compõem a ação intencional e a liberdade estarem destacados?
 6. Algum comentário final ou sugestão?
- Agradecer a participação e dizer que enviará certificado.

APÊNDICE E- Programação da 2ª Oficina de Especialistas



PROGRAMA

II OFICINA DE ESPECIALISTAS
 PROJETO AUTONOMIA CULINÁRIA: CONSTRUÇÃO DE MODELO TEÓRICO E DE
 INSTRUMENTO DE AFERIÇÃO

DATA E HORÁRIO

17/05/2018 às 13h

ATIVIDADES

Roda de conversa, breve palestra, trabalho em grupo, plenária final.

DINÂMICA QUEBRA-GELO

"Afiml, o que é Autonomia culinária para você?"
 13:00 - 13:30h

BREVE APRESENTAÇÃO SOBRE A EVOLUÇÃO TEÓRICA DESDE A ÚLTIMA OFICINA

13:30- 14:00h

DISCUSSÕES EM GRUPO

Modelo e Quadro de definições e exemplos
 14:00- 16:30h

RODADA DE SUGESTÕES FINAIS

17:00-17:30h

APÊNDICE F–Formulário eletrônico utilizado para a etapa de validação de conteúdo (continua)

Validação de Conteúdo - Modelo Teórico de Autonomia Culinária

Neste momento do projeto, o formato do modelo teórico está sendo finalizado, mas pedimos apoio. Os componentes de cada nível serão incluídos dentro do modelo. Se de cada componente que você seria consultado(a) abaixo.

**Obrigatório*

Endereço de e-mail *

Seu e-mail: _____

Sobre a relevância dos DOIS componentes do "CRONOSSISTEMA", de sua opinião abaixo:

Cronossistema - A época histórica em que vive o indivíduo

Valorização da culinária e alimentação na cultura ali

Altamente relevante

Bastante relevante ou altamente relevante, mas precisa ser reescrito

Pouco relevante

Não relevante

Sugestão de reescrita do componente

Sua resposta _____

Sistema alimentar comprometido com a prosperidade, sustentabilidade e saúde *

Altamente relevante

Bastante relevante ou altamente relevante, mas precisa ser reescrito

Pouco relevante

Não relevante

Sugestão de reescrita do componente

Sua resposta _____

Em sua opinião, há outros componentes, além dos já identificados, que precisam estar presentes no CRONOSSISTEMA?

Sua resposta _____

Sobre a relevância dos DOIS componentes do "MACROSSISTEMA", de sua opinião abaixo:

Macrossistema - Os valores culturais e políticos de uma sociedade, os modos e condições sociais

Garantia do direito humano à alimentação adequada, saúde e educação *

Altamente relevante

Bastante relevante ou altamente relevante, mas precisa ser reescrito

Pouco relevante

Não relevante

Sugestão de reescrita do componente

Sua resposta _____

Defesa da soberania alimentar *

Altamente relevante

Bastante relevante ou altamente relevante, mas precisa ser reescrito

Pouco relevante

Não relevante

Sugestão de reescrita do componente

Sua resposta _____

Em sua opinião, há outros componentes, além dos já identificados, que precisam estar presentes no MACROSSISTEMA?

Sua resposta _____

Sobre a relevância dos CINCO componentes do "EXOSSISTEMA - POLÍTICAS PÚBLICAS VOLTADAS A:", de sua opinião abaixo:

Exossistema - Nível de grande influência no indivíduo mesmo sem sua participação direta. Exemplo: Sistema educacional, política, religião, mídia. Para este modelo, fizemos a escolha de destacar somente as políticas públicas.

Seguridade social *

Altamente relevante

Bastante relevante ou altamente relevante, mas precisa ser reescrito

Pouco relevante

Não relevante

Sugestão de reescrita do componente

Sua resposta _____

Promoção da equidade de gênero e igualdade racial *

Altamente relevante

Bastante relevante ou altamente relevante, mas precisa ser reescrito

Pouco relevante

Não relevante

Sugestão de reescrita do componente

Sua resposta _____

Segurança alimentar e nutricional (Destaques: Disponibilização de informações claras e fáceis nos rótulos de alimentos; Coibição de publicidade enganosa e abusiva; Aumento de preço de alimentos ultraprocessados; Educação alimentar e nutricional) *

Altamente relevante

Bastante relevante ou altamente relevante, mas precisa ser reescrito

Pouco relevante

Não relevante

Sugestão de reescrita do componente

Sua resposta _____

Segurança alimentar e nutricional (Destaques: Disponibilização de informações claras e fáceis nos rótulos de alimentos; Coibição de publicidade enganosa e abusiva; Aumento de preço de alimentos ultraprocessados; Educação alimentar e nutricional) *

Altamente relevante

Bastante relevante ou altamente relevante, mas precisa ser reescrito

Pouco relevante

Não relevante

Sugestão de reescrita do componente

Sua resposta _____

Incentivo à culinária, agricultura familiar e urbana *

Altamente relevante

Bastante relevante ou altamente relevante, mas precisa ser reescrito

Pouco relevante

Não relevante

Sugestão de reescrita do componente

Sua resposta _____

Uso saudável e sustentável do tempo *

Altamente relevante

Bastante relevante ou altamente relevante, mas precisa ser reescrito

Pouco relevante

Não relevante

Sugestão de reescrita do componente

Sua resposta _____

APÊNDICE F – Formulário eletrônico utilizado para a etapa de validação de conteúdo (conclusão)

Sobre a relevância dos DOIS componentes do "MESOSSISTEMA", de sua opinião abaixo:

Mesosistema - Interações entre os microsistemas

Fácil acesso a alimentos in natura e minimamente processados *

Altamente relevante
 Bastante relevante ou altamente relevante, mas precisa ser reescrito
 Pouco relevante
 Não relevante

Sugestão de reescrita do componente

Sua resposta

Mobilização social *

Altamente relevante
 Bastante relevante ou altamente relevante, mas precisa ser reescrito
 Pouco relevante
 Não relevante

Sugestão de reescrita do componente

Sua resposta

Em sua opinião, há outros componentes, além dos já identificados, que precisam estar presentes no MESOSSISTEMA?

Sua resposta

Sobre a relevância dos CINCO componentes do "MICROSSISTEMA", de sua opinião abaixo:

Microsistema - Espaço onde as pessoas dividem o mesmo fogão

Cozinha com infraestrutura mínima *

Altamente relevante
 Bastante relevante ou altamente relevante, mas precisa ser reescrito
 Pouco relevante
 Não relevante

Sugestão de reescrita do componente

Sua resposta

Importância atribuída à culinária *

Altamente relevante
 Bastante relevante ou altamente relevante, mas precisa ser reescrito
 Pouco relevante
 Não relevante

Sugestão de reescrita do componente

Sua resposta

Divisão das atividades culinárias igualmente entre os membros do microsistema *

Altamente relevante
 Bastante relevante ou altamente relevante, mas precisa ser reescrito
 Pouco relevante
 Não relevante

Sugestão de reescrita do componente

Sua resposta

Em sua opinião, há outros componentes, além dos já identificados, que precisam estar presentes no MICROSSISTEMA?

Sua resposta

Sugestão de reescrita do componente

Sua resposta

Sobre a relevância dos CINCO componentes do "AGENTE", de sua opinião abaixo:

Agente - Indivíduo que age e provoca mudanças, e cujas conquistas podem ser julgadas segundo seus próprios valores e objetivos

Conhecimento em alimentação saudável *

Altamente relevante
 Bastante relevante ou altamente relevante, mas precisa ser reescrito
 Pouco relevante
 Não relevante

Sugestão de reescrita do componente

Sua resposta

Interesse, confiança e disposição para cozinhar *

Altamente relevante
 Bastante relevante ou altamente relevante, mas precisa ser reescrito
 Pouco relevante
 Não relevante

Sugestão de reescrita do componente

Sua resposta

Habilidades culinárias *

Altamente relevante
 Bastante relevante ou altamente relevante, mas precisa ser reescrito
 Pouco relevante
 Não relevante

Sugestão de reescrita do componente

Sua resposta

Atitude estratégica *

Altamente relevante
 Bastante relevante ou altamente relevante, mas precisa ser reescrito
 Pouco relevante
 Não relevante

Sugestão de reescrita do componente

Sua resposta

Experiência em culinária *

Altamente relevante
 Bastante relevante ou altamente relevante, mas precisa ser reescrito
 Pouco relevante
 Não relevante

Sugestão de reescrita do componente

Sua resposta

Em sua opinião, há outros componentes, além dos já identificados, que precisam estar presentes no AGENTE?

Sua resposta

OBRIGADA POR SUA PARTICIPAÇÃO

Mariana Fernandes

ENVIAR

APÊNDICE G –Fotos da 1ª Oficina de Especialistas



Registros da 1ª Oficina de Especialistas

17/01/18



APÊNDICE H –Fotos da 1ª Oficina de Especialistas



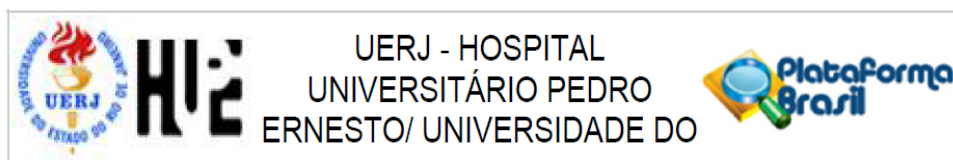
Registros da II Oficina de Especialistas

17/05/18



APÊNDICE I – Versão apresentada na 2ª oficina de especialistas

SISTEMA	COMPONENTE	EXEMPLOS FAVORÁVEIS À AUTONOMIA CULINÁRIA	
CRONOSSISTEMA (a época histórica em que vive o indivíduo)	Valor dado à culinária e à alimentação na época em que se vive	Conteúdo disponível no Guia Alimentar para a População Brasileira publicado em 2014, como: "Desenvolva suas habilidades culinárias. Coloque a mão na massa, aprenda e compartilhe receitas"	
MACROSSISTEMA (os valores culturais e políticos de uma sociedade, os modelos econômicos e condições sociais)	Direito humano à alimentação adequada e saudável (DHAA)	Estabelecimento de mecanismos de exigibilidade do DHAA no âmbito do poder público	
	Segurança alimentar e nutricional (SAN)	Implementação de políticas públicas voltadas à garantia da SAN	
	Sistemas alimentares	Fortalecimento de sistemas alimentares tradicionais, que têm como base produtores locais	
EXOSSISTEMA (nível de grande influência no indivíduo mesmo sem sua participação direta). Ex: Sistema educativo, política, religião, mídia.	Políticas públicas	<i>Para implementar</i>	
		Tributação de alimentos	Aumento do preço de alimentos prontos para o consumo, como os vendidos em grandes redes de supermercados
		Regulação da publicidade de alimentos	Proibição da publicidade abusiva que relacione o consumo de alimentos ultraprocessados com bem-estar, felicidade ou praticidade na cozinha
		Rotulagem de alimentos	Disponibilização de informações claras nos rótulos dos alimentos, como a rotulagem frontal de advertência
		<i>Para assegurar</i>	
		Educação	Ensino de conteúdos de culinária e alimentação nas escolas
		Saúde	Abordagem pró culinária nas unidades de saúde, como apoio de materiais e estratégias de comunicação
		<i>Para promover</i>	
		Equidade de gênero	Fomentar o debate sobre a sobrecarga da mulher no ambiente privado e sobre a importância de novos arranjos em relação à divisão de tarefas domésticas
		Igualdade racial	Fomentar o debate sobre o racismo estrutural no Brasil como um elemento que impõe desigualdades no acesso à comida de verdade, que define papéis sociais mais ou menos prestigiosos e que historicamente construiu a ideia de cozinha como um espaço de opressão e subalternização
		<i>Para incentivar</i>	
		Prática da culinária doméstica	Programas que fortaleçam a importância de cozinhar em casa e disponibilizem informações úteis para o preparo de refeições
		Agricultura familiar	Ao reforçar a agricultura familiar, aumenta-se a probabilidade dos moradores daquela localidade poder comprar alimentos mais saudáveis e agroecológicos
Agricultura urbana	Ações que incentivem a criação e contribuam para a sustentabilidade de hortas urbanas e quintais produtivos		
Cultura alimentar	A ideia de que arroz e feijão é comida de verdade e que faz bem		
MESOSSISTEMA (interações entre os microsistemas)	Mobilização social	Criação de hortas comunitárias construídas e mantidas pelos moradores do bairro	
MICROSSISTEMA (nível mais próximo ao indivíduo) Ex: família, escola, ambiente de trabalho	Acesso a alimentos <i>in natura</i> e minimamente processados	Residir perto de feiras livres de bairro que comercializam alimentos a preços acessíveis	
	Relações de gênero	Participação equitativa na tomada de decisão sobre compra de alimentos e outras despesas relevantes da casa	
	Poder de compra com análise crítica	Ir ao mercado e fazer a escolha por comprar ovos ao invés de salsichas, que possuem preços semelhantes, porém composições bem distintas	
	Estrutura da cozinha	Presença de equipamentos importantes para a produção de refeições em casa, como fogão e geladeira	
	Divisão das atividades da cozinha	Se em uma casa o homem prepara toda a refeição melhor e com mais agilidade, a mulher pode fazer as compras e se encarregar de lavar as louças	
	Plantio e produção de alimentos	Cultivar horta doméstica	
INDIVÍDUO	Atitude estratégica	Organizar um dia na semana para cozinhar em maior quantidade para congelar	
	Interesse, confiança e disposição em cozinhar	Buscar por uma nova receita, se sentir confiante e com energia necessária para realizá-la para primeira vez	
	Habilidades culinárias	Planejar um almoço, comprar os alimentos necessários para algumas preparações e fazer outras a partir do que tem na geladeira e dispensa.	
	Experiência em culinária	Cozinhar diversas preparações em diferentes oportunidades	
	Conhecimento em alimentação saudável	Saber que uma alimentação saudável é composta fundamentalmente por alimentos <i>in natura</i> ou minimamente processados	

ANEXO A – Aprovação no CEP UERJ – Hospital Universitário Pedro Ernesto**PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP**

Elaborado pela Instituição Coparticipante

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA**Título da Pesquisa:** Autonomia na culinária doméstica: construção de um instrumento**Pesquisador:** MARIANA FERNANDES BRITO DE OLIVEIRA**Área Temática:****Versão:** 1**CAAE:** 78647017.2.3001.5259**Instituição Proponente:** Universidade do Estado do Rio de Janeiro**Patrocinador Principal:** Financiamento Próprio**DADOS DO PARECER****Número do Parecer:** 2.611.948**Situação do Parecer:**

Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:

Não

RIO DE JANEIRO, 20 de Abril de 2018

Assinado por:
WILLE OIGMAN
(Coordenador)

ANEXO B – Aprovação no CEP UFRJ-Campus Macaé

**PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP****DADOS DO PROJETO DE PESQUISA**

Título da Pesquisa: HABILIDADES CULINÁRIAS E SUA RELAÇÃO COM A QUALIDADE DA DIETA OFERTADA A CRIANÇAS MENORES DE DOIS ANOS ASSISTIDAS PELA REDE PÚBLICA E PARTICULAR DE SAÚDE DA CIDADE DE MACAÉ-RJ

Pesquisador: MARIANA FERNANDES BRITO DE OLIVEIRA

Área Temática:

Versão: 2

CAAE: 65072117.6.0000.5699

Instituição Proponente: Universidade Federal do Rio de Janeiro Campus Macaé

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 2.053.458

Situação do Parecer:

Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:

Não

MACAE, 09 de Maio de 2017

Assinado por:
Rejane Correa Marques
(Coordenador)