Universidade de São Paulo
Faculdade de Saúde Pública

Família à mesa: com a palavra, mães e filhos

Fernanda Nascimento Pereira

Tese apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Nutrição em Saúde Pública para obtenção do título de Doutor em Ciências.

Área de Concentração: Nutrição em Saúde Pública

Orientadora: Prof^ª. Dr^ª. Ana Maria Dianezi Gambardella

São Paulo

2016

Família à mesa: com a palavra, mães e filhos

Fernanda Nascimento Pereira

Tese apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Nutrição em Saúde Pública para obtenção do título de Doutor em Ciências.

Área de Concentração: Nutrição em Saúde Pública

Orientadora: Prof^ª. Dr^ª. Ana Maria Dianezi Gambardella

São Paulo

2016

RESUMO

Pereira FN. Família à mesa: com a palavra, mães e filhos. São Paulo: Faculdade de Saúde Pública da USP; 2016.

Introdução – O comportamento alimentar do indivíduo resulta de decisões, conscientes ou não, relacionadas à cultura alimentar de sua região, à tradição alimentar de seu convívio social e às transformações decorridas do acesso à informação científica e popular. **Objetivo** – Analisar a alimentação de adolescentes, residentes na região Norte do município de São José dos Campos (SP), na perspectiva da família. **Materiais e métodos** – Estudo qualitativo, realizado em 2014 e 2015, com mães e adolescentes do 6º ano do ensino fundamental municipal. Dados sobre percepção, conhecimento, comportamento e barreiras para uma alimentação saudável dos adolescentes foram produzidos por meio de grupos focais. Entrevistas semiestruturadas foram realizadas com as mães dos estudantes para investigar aspectos sobre alimentação da família e relação com formação de práticas e comportamentos alimentares dos filhos. Os discursos foram registrados com auxílio de um gravador de voz, e transcritos posteriormente para análise, por meio da técnica de análise de conteúdo temática. Foram realizados 4 grupos focais com 6 estudantes cada, e 15 entrevistas com mães. **Resultados e discussão** – Os discursos foram classificados em temas: comportamento alimentar, preferências alimentares e conhecimentos e crenças. Verificou-se que a alimentação dos adolescentes pode ser influenciada pelo comportamento alimentar dos pais. Mães e adolescentes percebem-se conscientes e julgam sobre o que comem. Entretanto, a fala muitas vezes está distante da prática, seja por negligência, dificuldade em perceber possibilidades de ação, questões emotivas ou pelo hábito formado, considerado a maior dificuldade para mudanças relacionadas à alimentação, tanto das mães quanto adolescentes. Possibilidades de soluções, quando referidas, eram por vezes permeadas por conflitos, causando insatisfação em mães e filhos. O contexto no qual esses indivíduos estão inseridos deve ser considerado, como o bairro e a escola, os quais contribuem para a determinação das escolhas alimentares. **Conclusão** – a família exerce importante papel no comportamento alimentar de adolescentes, entretanto, a compreensão sobre o tema deve considerar, sobretudo, a cultura e o meio social em que a dinâmica familiar está contextualizada.

Descritores: Adolescente; Alimentação; Comportamento alimentar; Família; Hábitos alimentares.

ABSTRACT

Pereira FN. At the Table with Family: Mothers and Children Speak Out. São Paulo: Faculdade de Saúde Pública, USP; 2016.

Introduction – Food behavior is a result of conscious and unconscious decisions taken by individuals, which reflect regional food culture, the food tradition of social cycles and the transformation driven by the access to scientific and/or commonsense information. **Objective** – To analyze eating behavior of adolescents living in the North side of the city of São José dos Campos (SP), from the family meals perspective. **Materials and methods** – A qualitative study done between 2014 and 2015, with mothers and students of 6th grade of a public elementary school. Data on perception, knowledge, behavior and barriers to provide a healthy diet for adolescents were produced through a focus group research. Semi-structured interviews were carried out with mothers of students to investigate aspects of family eating behavior and how it relates to the children's views and behaviors towards food. The interviews' audio were recorded and then transcribed for analysis, through thematic content analysis technique. The study accounted with four focus groups - with 6 students each – and 15 mothers were interviewed. **Results and Discussion** - The interviews were classified according to topics: food behavior, food preferences, knowledge and beliefs. It was found that the adolescents' eating behavior might be influenced by eating behavior of their parents. Mothers and teenagers declared themselves aware and thoughtful about what they eat. However, the speech is often incongruent with reality. This is because of negligence, difficulty to realize alternative actions, emotional issues or even the inherited behavior, which is detrimental to succeed in improving eating behavior. These difficulties are faced by the mothers as well as by the adolescents. When healthier alternatives for actual eating behavior were mentioned, they were often source of conflicts, causing dissatisfaction among mothers and children. The context in which these individuals are inserted should be considered, such as the neighborhood and the school, which contribute to the determination of food choices. **Conclusion** - the family has an important role in the food behavior of adolescents, however, the better understanding of this matter should take into account the family culture and the social environment.

Keywords: Adolescents; Food; Family Behavior; Family; Food Behavior

ÍNDICE

1	INTRODUÇÃO	
1.1	ALIMENTAÇÃO NA ADOLESCÊNCIA: CONTEXTO ANTROPOLÓGICO	4
1.2	ALIMENTAÇÃO NA ADOLESCÊNCIA: CONTEXTO ESCOLAR	6
1.3	ALIMENTAÇÃO NA ADOLESCÊNCIA: CONTEXTO FAMILIAR	8
2	OBJETIVOS	13
2.1	OBJETIVO GERAL	13
2.2	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	13
3	MÉTODOS	14
3.1	DELINEAMENTO	14
3.2	LOCAL	15
3.3	PARTICIPANTES E COLETA DE DADOS	15
3.3.1	Adolescentes	16
3.3.2	Mães	18
3.3.3	Diário de Campo	20
3.4	ANÁLISE DOS DADOS	21
3.5	ASPECTOS ÉTICOS	22
4	RESULTADOS E DISCUSSÃO	24
4.1	O CONTEXTO DA REGIÃO DE ESTUDO	24
4.2	O CONTEXTO DA ESCOLA	28
4.3	A DINÂMICA DOS GRUPOS FOCAIS	30
4.4	A DINÂMICA DAS ENTREVISTAS	31
4.5	COMPORTAMENTO ALIMENTAR	43
4.5.1	O Cenário das Refeições em Família	43
4.5.2	Alimentação do Adolescente na Escola	60
4.5.3	O Cenário das Compras de Alimentos	68
4.5.4	Da Escolha ao Preparo dos Alimentos	88
4.6	PREFERÊNCIAS ALIMENTARES	95
4.6.1	Da Família e dos Adolescentes	96

4.7 CONHECIMENTOS E CRENÇAS	104
4.7.1 Relação entre Alimentação e Saúde	104
4.7.2 A Alimentação da Família sob a Perspectiva das Mães	107
4.7.3 A Alimentação dos Adolescentes sob a Própria Perspectiva	108
4.7.4 O Papel dos Pais na Alimentação dos Filhos	110
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS	112
6 REFERÊNCIAS	114
ANEXOS	
Anexo 1 – Termo de consentimento livre e esclarecido: participação dos adolescentes	120
Anexo 2 – Roteiro semiestruturado grupo focal: estudantes	122
Anexo 3 – Termo de consentimento livre e esclarecido: participação mães	125
Anexo 4 – Roteiro semiestruturado entrevista: mães	127
Anexo 5 – Aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa I	130
Anexo 6 – Aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa II	132
Anexo 7 – Resumo das características das mães entrevistadas	136
Anexo 8 – Currículo Lattes – Orientadora Prof ^a . Ana Maria D. Gambardella	
Anexo 9 – Currículo Lattes – Autora Fernanda Nascimento Pereira	

*Aos meus avós, dona Cida e seu João,
e aos meus pais, Rubens e Laura.*

AGRADECIMENTOS

À Ana Maria Dianezi Gambardella, professora, orientadora e amiga, pela orientação e experiências vividas. “Senhora” *sui generis* que estimo muito.

À Ana Maria Cervato Mancuso e Maria de Fátima Nunes Marucci, pelos ensinamentos semeados e inquietudes despertadas desde a graduação.

À Maria Fernanda Petroli Frutuoso e Marcia Thereza Couto Falcão pela atenção, contribuição e reflexão.

À Andrea D’Agosto Toledo e Jéssica Rodrigues de Oliveira por tornarem essa caminhada mais prazerosa.

À Marcia Cristina Faria Rodrigues Faria, coordenadora pedagógica da escola participante deste estudo, pela acolhida e apoio incondicionais. Aos professores, funcionários, estudantes e pais pela participação e saberes compartilhados.

Ao Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq) por financiar e viabilizar a realização deste projeto.

À comunidade da Faculdade de Saúde Pública pelas amizades conquistadas e auxílios prestados.

À Caroline Nascimento Pereira, minha irmã, pelo incentivo substancial nas escolhas realizadas por mim ao longo da vida.

A Lucas Rodrigues dos Santos, meu agradecimento pelos momentos confortantes em que sua presença foi vital.

*A comida,
não é apenas boa para
comer,
mas também boa para
pensar.
(MACIEL, 1986)*

1. INTRODUÇÃO

1.1 ALIMENTAÇÃO NA ADOLESCÊNCIA: CONTEXTO ANTROPOLÓGICO

O comportamento alimentar na adolescência é amplamente estudado, sendo diversos os estudos nacionais e internacionais, com abordagem quantitativa, que caracterizam sua dieta. Presença de alimentos com alta densidade energética, alta quantidade de sódio e baixa de fibras, vitaminas e minerais e omissão do café da manhã, foram relatados por CARMO *et al.* (2006), NEUTZLING *et al.* (2007) e LEAL *et al.* (2010). Percebe-se, portanto, uma dieta cujo perfil pode comprometer o crescimento e desenvolvimento desses indivíduos.

O excesso de peso tem sido o problema nutricional mais investigado na adolescência. O aumento na prevalência de excesso de peso foi relatado em diversos países (WHO, 2009). No Brasil, o aumento de peso em adolescentes de 10 a 19 anos foi contínuo nos últimos anos. Isso é mais perceptível no sexo masculino, em que o índice passou de 3,7 para 21,5%, o que representa um acréscimo aproximado de 6 vezes. Já entre as meninas, a prevalência quase triplicou (de 7,6 para 19,4%) comparando os dados do Estudo Nacional de Despesa Familiar (ENDEF) e da Pesquisa sobre Orçamentos Familiares (POF) conduzidas nos anos de 1974/74 e 2008/09, respectivamente. Maiores prevalências foram observadas na região sul do país, no sexo masculino e em adolescentes de áreas urbanas (BRASIL, 2010a).

O atual cenário com crescentes taxas de excesso de peso em crianças e adolescentes, somado aos padrões inadequados de consumo alimentar nessa faixa etária, apontados nos últimos inquéritos populacionais brasileiros repercutem negativamente na saúde da população. Uma alimentação inadequada e a obesidade geram doenças que, não necessariamente, conduzirão à mortalidade. Ainda assim, os efeitos sobre a morbidade são de grande magnitude e de altos custos para o sistema de saúde (LEAL *et al.*, 2010)

Vários são os fatores que interferem no consumo alimentar na adolescência, entre eles, valores e regras socioculturais, autoimagem corporal, necessidades fisiológicas, convivência

social, desenvolvimento psicossocial, situação financeira familiar, alimentos consumidos fora de casa, aumento do consumo de alimentos semipreparados, mídia, hábitos alimentares, disponibilidade de alimentos, facilidade de preparo, modismos, experiências e conhecimentos (DIETZ, 1998). Essas variáveis podem ser entendidas como expectativas, padrões, esperanças e crenças associados aos alimentos, do ponto de vista simbólico e cultural, que são desenvolvidos pelo indivíduo (FURST *et al.*, 1996).

MACIEL (1996) declara que *“a alimentação responde não apenas à ordem biológica (à nutrição), mas se impregna pela cultura e a sociedade, sendo que a sua compreensão convoca um jogo complexo de fatores: desde os ecológicos, os históricos, culturais, econômicos e sociais”*. Para MACIEL (1996), a alimentação deve ser estudada sob uma perspectiva multi e interdisciplinar, a fim de se compreender, por exemplo, os motivos pelos quais a prevalência de obesidade entre os adolescentes têm aumentado, porém, sob uma perspectiva para além do aspecto quantitativo e biológico do que eles comem. Mas por meio dos significados atribuídos aos “porquês” comem determinados alimentos, o que sentem, o que creem, o que valorizam, considerando-se o ambiente em que estão inseridos.

A alimentação, como necessidade básica e vital, é imprescindível para a vida humana, sendo necessariamente influenciada pela cultura e modo de organização da sociedade. O comer envolve seleção, escolhas, ocasiões e rituais, permeados pela sociabilidade, ideias, significados, experiências e situações. E não apenas quantidades de nutrientes e energia para funcionamento adequado do corpo. Para Fischler (1990), citado por CANESQUI e GARCIA (2005), o ser humano, por sua característica onívora, realiza o ato de comer incorporado de significados importantes para a configuração do senso de identidade (CANESQUI e GARCIA, 2005).

A cultura, de modo amplo, estabelece normas às escolhas alimentares, com proibições ou permissões em relação àquele que escolhe, de modo que a seleção não ocorre apenas a partir do alimento mais nutritivo ou mais acessível. Paralelamente à cultura, interesses econômicos e políticos, necessidades nutricionais e significados culturais, contribuem para a transformação do gosto e paladar, o qual não é inato. Come-se, sobretudo à necessidade vital, de acordo com o meio e organização da sociedade em que se vive, permeados pelas representações coletivas, imaginários e crenças (CANESQUI e GARCIA, 2005).

Desse modo, o comportamento alimentar é resultante de decisões, conscientes ou não, estreitamente relacionadas à cultura alimentar de sua região, tradição alimentar de seu convívio social e às transformações decorridas do acesso à informação científica e popular (OLIVEIRA e OLIVEIRA, 2008). Na infância e pré-adolescência, além do indivíduo exercer pouco controle sobre a disponibilidade domiciliar de alimentos, ele pode sofrer influências do comportamento alimentar da família e de sua inserção na escola (CARVALHO *et al.*, 2010).

Na sociedade atual, é possível verificar uma heterogeneidade sociocultural que permeia, os hábitos alimentares. Além disso, os alimentos se diferenciam dependendo de idade, saúde, situação social, por exemplo. Em cada faixa etária, é possível verificar uma alimentação considerada apropriada para o público em questão, dadas as representações sobre o significado do alimento conforme a idade, gênero e papéis sociais. Sobre os significados, são construídos a partir de um processo no qual se considera o quê, quando, com quem, onde e como se deve comer, de modo que o alimento configura um valor utilitário (saciar a fome) e simbólico. E por meio dessa dinâmica entre o instinto e o simbólico, que os hábitos alimentares são revistos (CRAVO e DANIEL, 2005).

O ato de alimentar-se remete, além da esfera biológica, às técnicas empregadas para selecionar, processar, preparar, servir e comer os alimentos. Importante ressaltar que tais atividades variam culturalmente e, trazem consigo uma história condicionada pelo significado que a coletividade lhes atribui. Portanto, o comportamento alimentar não é uma ação mecânica, mas contextualizada e com significados (PACHECO, 2008).

1.2 ALIMENTACAO NA ADOLESCÊNCIA: CONTEXTO ESCOLAR

A promoção da alimentação saudável no ambiente escolar procura também desenvolver conhecimentos, habilidades e destrezas para o auto cuidado da saúde e a prevenção de condutas de risco em todas as oportunidades educativas. Além disso, fomenta uma análise crítica e reflexiva sobre valores, condutas, condições sociais e estilos de vida, buscando fortalecer tudo aquilo que contribui para a melhoria da saúde e do desenvolvimento humano (SCHMITZ *et al.*,

2008). Neste contexto estão inseridas todas as dimensões do aprendizado: ensino, relação lar-escola-comunidade e ambientes físico e emocional, podendo assim beneficiar os estudantes na infância e adolescência (SCHMITZ *et al.*, 2008).

A educação em saúde atualmente tem sido reconhecida como prática regular em vários espaços sociais, sendo cada vez mais incentivada dentro do cenário atual das políticas públicas. Setores da sociedade como saúde e educação (principalmente as escolas de ensino fundamental e médio) são espaços privilegiados para o desenvolvimento da educação em saúde (CASTRO e SOUZA, 2011). As escolas são, portanto, um ambiente formal propício para o desenvolvimento da autonomia, participação crítica e criatividade para a promoção da saúde, a qual deve partir de uma visão integral e multidisciplinar do ser humano, considerando os contextos familiar, comunitário e social (IERVOLINO, 2000).

A estratégia de promoção de saúde na escola envolve vários atores sociais, como alunos, professores, coordenadores, proprietários de cantinas e pais ou responsáveis, permitindo uma abordagem dialógica da produção de conhecimento no ambiente escolar. Adicionalmente, órgãos internacionais recomendam ações de promoção de saúde e desenvolvimento de estratégias de intervenção para formação de hábitos saudáveis no ambiente escolar, dado que, se consolidados desde a infância, poderão permear toda a vida do indivíduo (OPAS, 1999; ADA, 2003).

É também uma meta desejada, a incorporação do tema alimentação saudável no projeto político pedagógico da escola, perpassando por todas as áreas de estudo e propiciando experiências no cotidiano das atividades escolares (SANTOS, 2012). A participação de outros profissionais da comunidade escolar, podem e devem ser estimuladas a fim de envolvê-los nos processos e ações que remetam à formação e educação continuada relacionados ao tema (SANTOS, 2012).

A Política Nacional de Alimentação e Nutrição apresenta, em seu atual documento, a educação alimentar e nutricional por meio da diretriz “promoção da alimentação adequada e saudável”, inserida no campo do desenvolvimento de habilidades pessoais através de processos participativos e permanentes. Segundo esta diretriz, é importante que a educação alimentar e nutricional se baseie em estratégias de regulação de alimentos e incentivo à criação de ambientes institucionais promotores de alimentação adequada, cujas práticas

problematizadoras, construtivistas e que respeitem a realidade local, possam ser exercidas considerando os contrastes sociais que possam intervir no direito universal à alimentação adequada (BRASIL, 2012; SANTOS, 2012).

No âmbito do Ministério da Educação, cabe lembrar que a escola tem sido um dos espaços mais focados pelas políticas públicas de alimentação e nutrição com a promoção da alimentação saudável, reconhecida como *locus* prioritário da formação de hábitos e escolhas. Um exemplo disso é a publicação da Portaria Interministerial 1010, de 8 de maio de 2006, destinada para tal fim que, institui as diretrizes para a promoção da alimentação saudável nas escolas de educação infantil, fundamental e de nível médio das redes pública e privada, em âmbito nacional, em que ações de educação alimentar e nutricional constituem um dos eixos prioritários (SANTOS, 2012).

1.3 ALIMENTAÇÃO NA ADOLESCÊNCIA: CONTEXTO FAMILIAR

O comportamento alimentar dos pais pode influenciar diretamente nas preferências e aversões alimentares, assim como a complexidade da dieta, em crianças e adolescentes (RAMOS e STEIN, 2000). Outros fatores podem influenciar a dieta de crianças e adolescentes, como o nível de formação e informação dos pais, o trabalho dos pais fora de casa, a informação da criança pela mídia e a influência de outras crianças e do ambiente escolar (MARTINS FILHO, 2001) A mídia, através dos padrões de consumo de alimentos e dos ideais de beleza pré-estabelecidos, pode influenciar nos hábitos alimentares de crianças e adolescentes, assim como a não identificação com esses ideais, pode alterar a percepção da imagem corporal (LAUS *et al.*, 2011).

Construída histórica e socialmente, a família é uma instituição que se transformou no tempo com formas de organização, finalidades, dinâmicas e funções diferenciadas (MELLO, 1995). Diversas são as nuances que permeiam a discussão sobre o tema, principalmente devido às alterações ao longo de décadas. Discutir “família”, no Brasil contemporâneo, requer concebê-la com símbolos e padrões comportamentais diversos (ROQUE, 2006).

Diferenças socioeconômicas determinam o contexto material, social e histórico em que tais famílias estão inseridas, visualizando a família não apenas em relação às normas sociais, mas também sob a visão dos sistemas educacional, econômico e político. Nesse sentido, a família deve ser percebida numa divisão constituída em condições sociais não universalizadas e não uniformes (ROQUE, 2006).

As práticas e comportamentos alimentares da família exercem influência direta na determinação dos mesmos em adolescentes desde o período gestacional, além de outros fatores atuarem indiretamente, como interações psicossociais e culturais (RAMOS e STEIN, 2000; ROSSI *et al.*, 2008). É durante a gestação e lactação que a criança inicia a relação com os alimentos através do que a mãe consome, tendendo a preferi-los após o desmame (SCHWARTZ e PUHL, 2003).

Desde a infância, as escolhas alimentares são estimuladas pelas sensações táteis, gustativas e olfativas sobre o alimento (CANESQUI e GARCIA, 2005). A partir dos dois anos, a criança começa a desenvolver suas preferências e aversões (SCHWARTZ e PUHL, 2003). Nessa fase, é comum as crianças apresentarem neofobia alimentar ou receio de experimentar novos alimentos e sabores (BIRCH e FISHER, 1995). Cabe aos pais incentivarem o consumo de alimentos diversos para que a criança tenha a oportunidade de conhecer diferentes sabores, cheiros e texturas. Caso contrário, ela estará sujeita a uma dieta monótona e não adequada nutricionalmente, podendo comprometer o seu desenvolvimento físico e cognitivo (ROSSI *et al.*, 2008). Importante destacar que a formação dos hábitos alimentares pela criança está condicionada aos hábitos da família (LAUS *et al.*, 2011), uma vez que a criança é dependente do que esta consome. Para RAMOS e STEIN (2000), os pais se mostram mais preocupados com a quantidade do alimento oferecido do que em proporcionar um ambiente favorável ao desenvolvimento de hábitos alimentares adequados.

Conforme a idade da criança avança, ela começa a exercer sua vontade em relação aos alimentos, aceitando ou não o que a família lhe oferece, conforme sua preferência. Entretanto, existe uma vulnerabilidade por parte da criança diante da exposição a alimentos pouco nutritivos, mas atraentes pelo sabor, cor, formato, preço, por exemplo, seja pelos anúncios publicitários de alimentos ou pela exposição a estes na cantina das escolas, nos supermercados, em parques, *shoppings* e outros (QUAIOTI e ALMEIDA, 2006). Quando chega a adolescência, o nível de independência é maior, refletindo nas tomadas de decisão, sobretudo no que se refere

aos alimentos consumidos. Fatores como mídia, relações sociais, amigos, cultura e condição socioeconômica contribuem para a formação da identidade e dos hábitos alimentares (QUAIOTI e ALMEIDA, 2006).

Ainda sobre a infância, a criança, desde o seu nascimento, recebe os alimentos considerados adequados à sua idade, crescendo em um ambiente familiar, cujo comportamento alimentar está definido, e se adapta após experiências gustativas repetidas. Nesse processo, o papel que os familiares exercem, como elogiar ou censurar determinados alimentos, contribui para a formação do comportamento alimentar (PACHECO, 2008). Ao adentrar ao contexto escolar, a criança experimentará novos alimentos e preparações, de modo que alterações em seu comportamento alimentar poderão ser verificadas a partir das influências do grupo social e dos estímulos presentes na escola. Na adolescência, período de atitudes de rebeldia e independência, geralmente há uma modificação dos hábitos alimentares a partir das experiências vivenciadas fora do âmbito familiar e escolar, conferindo ao alimento ressignificações relacionadas à identidade de grupo (PACHECO, 2008).

Existe uma dificuldade referida pelos adolescentes ao tentarem conciliar as tarefas diárias com as refeições. Muitas vezes, por realizarem diversas atividades relacionadas à escola, à atividade física, ao lazer, entre outras, acabam omitindo alguma refeição (principalmente o café da manhã). Além disso, tendem a passar a maior parte do tempo fora de casa, na escola e com amigos, os quais influenciam nas escolhas alimentares e no que é socialmente aceito pelo grupo (GAMBARDELLA *et al.*, 1999).

Estudos mostram que adolescentes que realizam refeições em família, tem maior probabilidade de consumirem alimentos mais saudáveis, quando comparados aos que comem sozinhos, além de praticarem mais atividade física (NEUMARK-SZTAINER *et al.*, 1998; BERKEY *et al.* 2003). Refeições em família representam um momento em que seus membros compartilham a experiência de aproveitar aquilo que lhes é oferecido para comerem, ao mesmo tempo em que dialogam. Por meio dessa prática, é possível proporcionar um ambiente positivo e importante para a promoção de uma alimentação saudável (NEUMARK-SZTAINER *et al.*, 2004). Também contribui para a sociabilização dos filhos (SOBAL e NELSON, 2003), além de representarem significados ao longo do tempo.

Elementos como seleção, aquisição e preparo de gêneros alimentícios; qualidade higiênico-sanitária; disponibilidade e acesso ao alimento em casa; aspectos relacionados à religião, à cultura; comportamentos e reações da família diante dos alimentos; e as informações transmitidas aos filhos pelos pais, em relação aos alimentos (CROCKETT e SIMS, 1995), permitem avaliar o cenário das práticas alimentares da família, que constituem as bases para as práticas e comportamentos relacionados à alimentação de seus filhos (GARCIA, 2011).

Além disso, o nível de formação e informação dos pais, o trabalho destes fora de casa, os avanços tecnológicos na produção de alimentos, a exposição às propagandas de alimentos veiculadas pela mídia, a relação com outras crianças, o ambiente escolar e a própria configuração da estrutura familiar são fatores importantes a serem considerados na gênese das práticas e comportamentos alimentares individuais (ROSSI *et al.*, 2008).

A família teve suas estruturas tradicionais modificadas devido às novas demandas geradas pelo modo de vida urbano ocidentalizado e globalizado. Se antes a mulher tinha a função de cuidar da casa e dos filhos, hoje ela participa da renda familiar trabalhando fora de casa. Os filhos, em menor número, passaram a ser cuidados em creches, escolas ou por profissionais específicas desde cedo. Os pais, muitas vezes, passam o dia todo ausentes do lar, e participam da rotina dos filhos, quando possível, aos finais de semana (QUAIOTI e ALMEIDA, 2006). Embora a mulher trabalhe fora de casa, ela ainda é a principal responsável pela alimentação da família, seja definindo as preparações, planejando as compras ou preparando as refeições.

Ao longo dos anos, observou-se que um processo de homogeneização alimentar, em que o aumento do nível de vida (qualidade de vida e econômico, por exemplo) e a evolução do lugar e do papel da mulher contribuíram para essa nova configuração. Acompanhando essa homogeneização alimentar, houve a demanda crescente por produtos prontos para comer ou industrializados e individualização dos modos de vida. Tal situação, provocou certa desritualização das refeições, que se reforça pelas reduções das influências religiosas e morais, além do convívio, associado às refeições, ter sua importância diminuída (HERNÁNDEZ, 2005).

Assim, cabe ao indivíduo a tarefa de se reorganizar em relação às condições como tempo, recursos financeiros, local disponível para compra, preparo e consumo de alimentos.

Tais soluções são oferecidas pela indústria de alimentos e comércio, os quais apresentam novas modalidades no modo de comer ajustadas às necessidades urbanas. Isso possivelmente tem impacto na alimentação, podendo promover uma padronização do comportamento alimentar. As barreiras para essas mudanças dependem da cultura alimentar e da solidificação de suas práticas estabelecidas e simbolicamente valorizadas pelo grupo (GARCIA, 2003).

A compreensão do ato de comer não deve se limitar apenas à esfera biológica. A investigação multidisciplinar sobre possíveis fatores que possam interferir no desenvolvimento do comportamento alimentar de adolescentes é necessária para auxiliar na compreensão do fenômeno, possibilitando que ações e programas sejam desenvolvidos visando à prevenção baseada na realidade psicossocial e cultural do indivíduo, promovendo uma efetiva mudança dos padrões alimentares (LAUS *et al.*, 2011).

Muitos estudos ressaltam a necessidade de modificações dos hábitos alimentares da população, entretanto, estudos que visam compreender os significados atribuídos ao comportamento alimentar, em adolescentes, baseados na realidade psicossocial e cultural do indivíduo, são escassos na literatura nacional. Propõe-se, portanto, contribuir para o conhecimento sobre os significados atribuídos à determinação do comportamento alimentar de adolescentes, sob a perspectiva da família e dos adolescentes.

2 OBJETIVOS

2.1 OBJETIVO GERAL

Analisar a alimentação de adolescentes, residentes na região Norte do município de São José dos Campos (SP), na perspectiva da família.

2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Identificar percepções, sentimentos, comportamentos e crenças relacionados à alimentação da família segundo a perspectiva das mães.
- Identificar percepções, sentimentos, comportamentos e crenças relacionados à alimentação dos adolescentes sob a perspectiva de mães e adolescentes.

3 MATERIAL E MÉTODOS

3.1 DELINEAMENTO

A pesquisa qualitativa proporciona o estudo dos fenômenos sociais sob a perspectiva dos valores e representações presentes em cada indivíduo. Ela tenta compreender a percepção e concepção dos indivíduos em relação ao mundo e como se dão os significados atribuídos a experiências vividas. Para isso, o pesquisador deve ter apuradas sua capacidade de observação e interação com os indivíduos estudados (POPE e MAYS, 2009; MINAYO, 2010). Desse modo, a abordagem qualitativa é importante para a compreensão de aspectos familiares reverberados na prática alimentar dos filhos, pois permite ao pesquisador questionar e interpretar interações e comportamentos a partir dos sentidos atribuídos pelos sujeitos (POPE e MAYS, 2009).

A produção de dados empíricos, para este estudo de abordagem qualitativa, ocorreu em duas etapas. A primeira, em 2014, com adolescentes participantes da pesquisa “Alimentação saudável para adolescentes: proposta educacional”; e a segunda, em 2015, com mães desses adolescentes. A pesquisa, realizada em 2014, propôs e avaliou o impacto de uma intervenção nutricional educativa na promoção de práticas alimentares saudáveis entre adolescentes matriculados nos 6^{os} anos do ensino fundamental de uma escola municipal da cidade de São José dos Campos. O estudo desenvolveu-se em três etapas: diagnóstico, intervenção e avaliação. Para avaliar o impacto da intervenção, foram coletados dados antropométricos e sobre o comportamento alimentar dos adolescentes antes e após a intervenção, por meio de questionário estruturado e grupos focais. A intervenção contemplou 8 atividades educativas, cuja finalidade foi ampliar o conhecimento e atitudes positivas, entre os adolescentes, em relação à alimentação (OLIVEIRA, 2015).

3.2 LOCAL

O trabalho de campo foi realizado no município de São José dos Campos, localizado a 97 km de distância da capital do estado de São Paulo (SP). A população estimada para 2015 era de 688.597 habitantes (IBGE, 2015), apresentando dados estatísticos de saúde, educação, infraestrutura urbana, condições de vida, economia e emprego acima da média para o Estado, sendo considerado o município mais importante da Região do Vale do Paraíba (FUNDAÇÃO SEADE, 2015).

Para a seleção da escola participante, contou-se com o auxílio da coordenadora do programa municipal de nutrição, da Secretaria Municipal de Saúde de São José dos Campos. Ela nos sugeriu que a escola deveria pertencer à região do município com maior vulnerabilidade social e menor participação em projetos sociais. A região norte do município atendia a esses critérios, possuindo em 2014, 6 escolas municipais de ensino fundamental (PREFEITURA DE SÃO JOSÉ DOS CAMPOS, 2015a; FUNDAÇÃO SEADE, 2015). Dentre as 6 escolas, foi possível o contato com o (a) diretor (a), por meio da coordenadora referida, em apenas 1 (pertencente ao bairro Altos de Santana). Na ocasião, o projeto de pesquisa foi apresentado à diretora e coordenadora pedagógica da escola, sendo iniciado o estudo após aceite das mesmas.

3.3 PARTICIPANTES E COLETA DE DADOS

Os dados referentes aos adolescentes foram produzidos em grupos focais realizados antes da intervenção nutricional educativa, a fim desta não influenciar na discussão entre os adolescentes. Com as mães, foram realizadas entrevistas semiestruturadas e, sua seleção para participar no estudo, não foi feita de modo pareado aos filhos adolescentes participantes dos grupos focais. Observações, informações e impressões foram registrados em diário de campo durante todo o processo da pesquisa.

3.3.1 Adolescentes

Segundo dados da secretaria da escola participante, no ano de 2013 havia 105 estudantes matriculados em três turmas do 6^{os} ano (57 meninos e 48 meninas), com idade entre 9 e 13 anos. O convite, para participação no estudo, foi feito diretamente a todos os matriculados no 6º ano. Em sala de aula, uma pesquisadora acompanhada da coordenadora pedagógica da escola, explicou o objetivo da pesquisa e como seriam as atividades. Havendo interesse em participar, os estudantes deveriam devolver o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) (Anexo 1) preenchido e assinado por responsável. Não houve recusa ou impedimento na participação dos adolescentes na pesquisa.

No primeiro semestre de 2014, foram realizados 4 grupos focais com os adolescentes, cujo objetivo foi identificar percepções, crenças, conhecimentos e comportamentos relacionados à própria alimentação. Cada grupo focal, separado por sexo, foi composto por 6 adolescentes. Para compor cada grupo, realizou-se sorteio de 2 adolescentes presentes em cada turma do 6º ano, a partir do número referente ao nome de cada adolescente registrado em diário de classe. A discussão dos grupos foi conduzida por uma moderadora e duas observadoras treinadas anteriormente. Cabia à moderadora, estimular a discussão entre os adolescentes por meio de roteiro com questões previamente elaboradas (Anexo 2). Anotações durante a sessão como descrição do ambiente, posicionamento, gestos, interação do grupo e demais características, foram feitas pelas observadoras em diário de campo.

Grupo focal pode ser entendido como uma entrevista em grupo, cuja interação entre seus participantes propicia o desenvolvimento de ideias, opiniões e pensamentos sobre um tema, valorizando-se experiências compartilhadas. Grupos em que os participantes se conhecem, como no caso desta pesquisa, podem gerar comentários questionadores a respeito de contradições entre fala e comportamento, fomentando novos caminhos para se explorar a discussão (POPE e MAYS, 2009). Portanto, a escolha dessa técnica se deu pela possibilidade de encorajamento de elaboração de ideias, pelos estudantes, a partir de atitudes e percepção sobre alimentação exploradas no contexto social dos participantes.

Os 4 grupos foram realizados durante o horário de aula, na sala destinada ao horário de trabalho coletivo (HTC), quando disponível. Esta sala é utilizada todas as terças e quintas-feiras, nos períodos manhã e tarde, por professores e coordenadores pedagógicos para estudos em grupos, cursos, discussão da prática pedagógica, oficinas e palestras (PREFEITURA DE SÃO JOSÉ DOS CAMPOS, 2015b). A sala do HTC foi escolhida por ser um local amplo e com boa iluminação, cuja estrutura predial impedia interferências externas significativas, como o ruído proveniente dos estudantes no pátio da escola. Possuía uma mesa retangular e cadeiras dispostas em volta, onde todos se acomodaram.

Antes do início de cada grupo, a moderadora apresentava cada uma das pesquisadoras, explicava o objetivo da pesquisa e a dinâmica de condução do grupo, destacando não haver respostas certas ou erradas. Iniciava-se com uma pergunta para propiciar um clima confortável entre os participantes, seguida de discussão, terminando com uma pergunta acalmadora. A duração média de cada grupo foi de 33 minutos¹, totalizando 2 horas e 15 minutos de gravação. As discussões foram registradas com auxílio de gravador digital de áudio para posterior transcrição e análise dos dados.

O roteiro do grupo focal contemplava perguntas divididas de acordo com os seguintes objetivos: 1) caracterizar a percepção dos adolescentes sobre sua alimentação, sua motivação para modificá-la, se necessário, e as principais barreiras identificadas, a fim de estimular a discussão sobre o próprio comportamento alimentar; 2) investigar comportamentos alimentares dos adolescentes – para tanto, estimulou-se a discussão entre os participantes sobre as preferências alimentares e a alimentação praticada no ambiente escolar e doméstico; 3) identificar alguns conceitos e conhecimentos dos adolescentes sobre alimentação e nutrição – neste bloco, os estudantes foram estimulados a discutirem sobre alimentação saudável e alguns termos frequentemente utilizados pela mídia e indústria de alimentos, como *diet*, *light* e *fast-food*, por exemplo.

¹ A literatura refere duração média de 1 hora 30 minutos para a condução de grupos focais (TRAD, 2009), diferentemente do que foi observado neste estudo. Durante as discussões, as falas dos adolescentes eram muitas vezes compostas por frases curtas e corroborativas às dos colegas. Havia também situações em que algum participante permanecia em silêncio ou respondia gestualmente com a cabeça, sinalizando “sim” ou “não”.

3.3.2 Mães

Para a produção de dados relacionados à família, foram realizadas entrevistas semiestruturadas com mães dos estudantes do 6º ano. A partir de relatos dos estudantes nos grupos focais, percebeu-se que a mãe era a pessoa que tinha maior contato com o filho desde o nascimento até a fase atual de desenvolvimento, na maioria das famílias. Portanto, optou-se por convidá-las para o estudo devido a possibilidade de explorar vários aspectos relacionados à alimentação do filho e da família. O objetivo das entrevistas foi identificar percepção, comportamento, conhecimentos e crenças sobre alimentação dos filhos adolescentes e da família.

Em reunião de pais e mestres, realizada no 3º bimestre de 2014, uma pesquisadora se apresentou em cada turma do 6º ano, explicou o objetivo do estudo e informou que seriam feitas entrevistas com as mães. Em seguida, solicitou-se a todos que preenchessem um formulário com nome, endereço, telefone, interesse em participar da pesquisa e disponibilidade de dia e horário. Posteriormente à reunião, foram feitas ligações telefônicas para todos que manifestaram interesse em participar. Durante as ligações, a pesquisadora se identificava, explicava o objetivo da pesquisa e como seria a participação. Mencionava sobre o tempo provável de duração da entrevista (entre 1 e 2 horas), podendo ser realizada em local, dia e hora convenientes às entrevistadas. Em resposta afirmativa ao convite, a pesquisadora agradecia e avisava que ligaria um dia antes da entrevista para confirmar o encontro.

Preencheram o formulário 45 pessoas, sendo 34 mães e 11 pais. Destas, 36 assinalaram interesse em participar, sendo contatadas por telefone. Dentre as ligações, 4 pessoas não atenderam, 5 desistiram por indisponibilidade de tempo, em 7 não foi possível falar com a mãe e 20 agendaram um dia, hora e local para o encontro. Das 20 entrevistas agendadas e confirmadas previamente, 7 faltaram no dia combinado. No caso de não comparecimento, a pesquisadora ligava para as mães perguntando se tinham interesse em remarcar para outro dia. Apenas 2 remarcaram e compareceram. Ao final, foram realizadas 15 entrevistas no primeiro semestre de 2015, sendo 6 na escola, e 9 na residência da entrevistada.

Inicialmente, foram planejados grupos focais para produção de dados sobre a família, dado os mesmos objetivos pelos quais foram utilizados com os estudantes. Entretanto, após a experiência de um grupo focal com as mães², percebeu-se que a disponibilidade de horário para reuni-las seria um obstáculo. Portanto, optou-se pela entrevista, dada a flexibilidade no agendamento dos encontros, sem prejuízo para o estudo.

A entrevista é uma técnica que permite, a partir da interação entre duas pessoas, explorar o significado de valores, normas, atitudes e opiniões dos participantes. São semiestruturadas quando guiadas por um roteiro elaborado previamente, composto por questões abertas que permitem flexibilidade e interação do entrevistado (POPE e MAYS, 2009; MINAYO, 2010). Assim, permitiu-se às mães, narrativas mais livres e, à pesquisadora, explorar sentimentos, dificuldades e percepções em suas falas.

Antes de iniciar, a pesquisadora cumprimentava cada mãe, se apresentava e explicava o objetivo e a dinâmica da entrevista. Era ressaltado que não havia resposta correta ou errada, sendo importante falarem abertamente. Em caso de dúvidas pertinentes ao entendimento das questões, estas poderiam ser feitas a qualquer momento, sendo prontamente respondidas. Também foi acordado o uso de gravador digital de áudio para registro dos discursos. A confidencialidade dos dados e seu uso apenas para fim acadêmico, a participação voluntária sem prejuízo de qualquer espécie, e a desistência a qualquer momento da pesquisa, foram explicados após leitura do TCLE (Anexo 3), sendo este preenchido e assinado pela mãe. Perguntas, comentários ou sugestões foram permitidos após o final da entrevista. A pesquisadora as agradecia e se despedia.

Quando as entrevistas aconteciam na escola, era preciso reservar previamente uma sala, informando à direção data e horário agendados. As salas utilizadas foram a do HTC, de leitura, de aula e da coordenadora pedagógica. Todas tinham mesa, cadeiras, boa iluminação e não eram afetadas significativamente por ruídos externos. Eventualmente, a sala reservada era substituída por outra devido às necessidades da escola, sendo providenciada outra um pouco antes da entrevista.

² Um grupo focal foi agendado com 8 mães, as quais 7 confirmaram, previamente, presença e apenas 5 compareceram. Em meio a discussão, 2 mães precisaram ir embora por motivo particular, impossibilitando a continuidade do grupo.

Se a entrevista fosse na residência e estivessem presentes outras pessoas da família, além da mãe, estes eram informados de que o foco da entrevista seria a mãe. Duas entrevistas aconteceram na presença do pai, e uma, com o pai e a filha mais velha. Comentários ou opiniões destes não foram ignorados, quando relevantes para a pesquisa. Caso o filho, que participou da pesquisa “Alimentação saudável para adolescentes: proposta educacional” (OLIVEIRA, 2015), estivesse na residência e permanecesse ao lado da mãe, lhe era solicitado evitar quaisquer manifestações que prejudicassem o desenvolvimento da entrevista. Isso ocorreu em 4 residências, e não houve interferências significativas dos adolescentes.

As entrevistas foram feitas com roteiro semiestruturado de perguntas, previamente elaborado (Anexo 4), abordando questões sobre: a) alimentação, da mãe, durante a infância e gestação; b) alimentação do filho desde a infância até a adolescência; c) alimentação da família; d) seleção, compra e preparo de alimentos; e) fontes de informação sobre alimentação e nutrição; e) orientação de familiares ou profissionais sobre alimentação do filho e, f) conhecimentos sobre nutrição e saúde. Também foram perguntados dados de identificação e sociodemográficos. As questões do roteiro tinham como objetivos: a) identificar a percepção das mães sobre a alimentação da família e do filho adolescente e sua motivação ou dificuldades para mudanças; b) identificar comportamentos, conhecimentos e crenças relacionados à alimentação da família e do filho adolescente.

Todas as entrevistas foram feitas pela pesquisadora deste estudo, com duração total de 23 horas e 26 minutos de gravação, e média de 1 hora e 30 minutos cada. Todas foram transcritas na íntegra para posterior análise. A maioria dos agendamentos ocorreu entre segunda e sexta-feira, no período matutino ou vespertino. Por motivos profissionais, uma mãe agendou para sábado à tarde, e outra, para quarta-feira à noite.

3.3.3 Diário de Campo

Durante o desenvolvimento da pesquisa em campo, observações relacionadas aos grupos focais, entrevistas, escola e bairros, foram feitas pela pesquisadora e anotadas

sistematicamente em diário de campo. Todas as notas eram registradas, sempre que possível, imediatamente após o contato com o campo de estudo, evitando-se esquecimento ou conflito de ideias, posteriormente. As anotações contemplaram descrições dos sujeitos e dos espaços físicos envolvidos na pesquisa. Foram relatadas também impressões, opiniões, ideias, experiências, sentimentos e problemas que surgiram durante o trabalho de campo. Tais observações contribuíram para a contextualização e análise dos dados produzidos.

A sistemática de observação se deu em:

- 4 dias para o bairro Altos de Santana (local onde situa-se a escola e reside a maioria dos adolescentes e mães participantes da pesquisa) e 2 para o bairro de Santana (precursor da região norte): durante uma hora, e em horários distintos, percorreu-se pelas avenidas principais dos bairros e ruas adjacentes, a fim de identificar e conhecer o comércio da região, os equipamentos públicos disponíveis, os tipos de moradia e os modos como as pessoas interagiam entre si e com o bairro. Eventualmente, conversas informais eram realizadas com moradores e comerciantes dos bairros sobre o modo de vida no bairro; e
- 9 dias para a escola: procurou-se observar suas instalações e infraestrutura em um dia, durante o período da manhã. Nos demais dias, as observações foram feitas durante o intervalo entre as aulas do período da manhã, cuja duração era de 20 minutos. Nesse momento, era possível observar a interação dos adolescentes com os locais que ofereciam comida (refeitório e cantina). Eventualmente, conversas informais eram realizadas com funcionários, professores e estudantes da escola sobre aspectos relacionados à alimentação dos adolescentes.

3.4 ANÁLISE DOS DADOS

Para a análise das narrativas tanto dos grupos focais quanto das entrevistas, optou-se pela proposta de MINAYO (2010), que contempla três etapas. A primeira, ordenação dos dados,

incluiu a transcrição e releitura exaustiva dos discursos e organização dos relatos e observações. A segunda, classificação dos dados, compreendeu a leitura do material de modo a apreender estruturas de relevância e ideias centrais transmitidas por mães e adolescentes, estabelecendo-se uma relação interrogativa entre as narrativas. Em seguida, categorias empíricas foram criadas a partir do agrupamento das falas de mães e adolescentes em unidades temáticas, considerando-se as significações atribuídas. E a terceira e última, trata da comparação e articulação dos dados com o referencial teórico que embasou o estudo.

As categorias foram definidas de acordo com as temáticas:

- a) comportamento alimentar: o cenário das refeições em família, alimentação do adolescente na escola, o cenário das compras de alimentos e, da escolha ao preparo dos alimentos;
- b) preferências alimentares: da família e dos adolescentes;
- c) conhecimentos e crenças: relação entre alimentação e saúde, alimentação da família sob a perspectiva das mães, a alimentação dos adolescentes sob a própria perspectiva e o papel dos pais na alimentação dos filhos.

Para a análise dos dados qualitativos, utilizou-se o *software Qualitative Solutions Research NVivo® (QSR N-Vivo) 10*. O NVivo tem como função principal a codificação de texto e armazenamento em categorias específicas, gerenciados por três instâncias, tais como *documents* (local onde ficam armazenadas as entrevistas); *nodes* (espaço onde é guardada a codificação – categorização) e *attributes* (local onde ficam guardadas as características dos sujeitos, por exemplo, sexo, idade e profissão) (GUIZZO *et al.*, 2003).

3.5 ASPECTOS ÉTICOS

A pesquisa “Alimentação saudável para adolescentes: proposta educacional”, bem como esta pesquisa, foram analisadas e aprovadas pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Faculdade de Saúde Pública (FSP) da Universidade de São Paulo (USP) (Anexos 5 e 6). Para participação da

escola no estudo, foi solicitada autorização prévia junto à direção. Quanto aos sujeitos da pesquisa, foi entregue um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (Anexo 1) para os pais ou responsáveis autorizarem os adolescentes a participarem da pesquisa, e outro para as mães (Anexo3), para que, estando de acordo, o assinassem.

Todos os participantes foram informados sobre o objetivo da pesquisa e os preceitos éticos envolvidos, como garantia do anonimato e confidencialidade das informações. Também foi mencionado que a participação seria voluntária, com possibilidade de desistência a qualquer momento. Quanto ao anonimato dos participantes, optou-se por uma identificação alfanumérica, na qual a letra M indica os grupos focais do sexo masculino e a letra F, os do sexo feminino, com numeração 1 e 2; e a letra E indica cada mãe entrevistada, com numeração de 1 a 15.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A seguir, serão apresentados os contextos em que os participantes estão inseridos (a escola e a região norte do município), o contexto dos grupos focais e entrevistas, a fim de permitir ao leitor uma aproximação do momento da construção das narrativas e dos próprios sujeitos. Em seguida, serão analisadas as narrativas dos sujeitos, segundo categorias temáticas.

4.1 O CONTEXTO DA REGIÃO DE ESTUDO

Inicialmente povoada por índios, a aldeia ou vila de São José foi fundada em 1767, e sua colonização, no século XVIII, foi marcada pela presença daqueles que buscavam minerais preciosos, território a dentro. Por conta de sua localização geográfica favorável, com acesso pelo rio Paraíba e serra da Mantiqueira ao sul de Minas Gerais, a região Norte se destaca nesse cenário, contribuindo para o início do desenvolvimento do município (OLIVEIRA *et al*, 1999).

A região norte começou seu desenvolvimento em Santana, importante bairro operário do século XX e, atualmente, considerado patrimônio cultural. Historicamente, Santana teve papel de destaque no município por servir de passagem e pouso para aqueles que iam e vinham das minas de ouro, e depois, como entreposto de trocas de produtos e, mais tardiamente, sediando as primeiras indústrias do município. Sua fundação data de 1868 (OLIVEIRA *et al*, 1999).

Anos depois, no século XIX, com a decadência da exploração das minas, a região Norte se torna um importante núcleo populacional do município, consolidando-se como entreposto comercial. A estratégica localização geográfica, a proximidade com o rio Paraíba, e a chegada da linha férrea Central do Brasil em 1877, ligando os estados do Rio de Janeiro e São Paulo, contribuíram para que a economia de subsistência cedesse lugar às trocas comerciais,

propiciando características comerciais e urbanas ao bairro essencialmente rural. (OLIVEIRA *et al*, 1999)

A partir de 1920, instalam-se as primeiras fábricas no município, entre elas, a Louças Santo Eugênio (1920), Tecelagem Parahyba (1925), Weiss Cerâmica (1941) e a multinacional Rhodia (1946). Uma onda migratória proveniente do sul de Minas Gerais e de cidades próximas a São José dos Campos, chega a Santana juntamente com as fábricas, e em busca de emprego. Ademais, a queda nas exportações de café contribuiu para esse fluxo migratório (OLIVEIRA *et al*, 1999).

A presença dessas fábricas promoveu mudanças culturais, econômicas, estruturais e sociais em Santana. De bairro tipicamente rural, passa a bairro comercialmente ativo, com assalariados que usufruíam bens de consumo e serviços. Melhorias como moradia e equipamentos públicos foram necessários para atender aos muitos, e novos, moradores do bairro. Entretanto, a presença das fábricas trouxe novos valores advindos do capital industrial, que se contrapunham com a cultura e religião fortemente presentes no cotidiano dos santanenses (OLIVEIRA *et al*, 1999; RAMOS, 2009).

O desenvolvimento de Santana articulava-se isoladamente do restante do município, dada a sua localização geográfica, infraestrutura adequada aos moradores e exclusão das atividades sanatoriais presentes em outros bairros. Em 1932, São José dos Campos é dividida em zonas, de acordo com a primeira lei de zoneamento urbano municipal: residencial, comercial, sanatorial e industrial. À zona Norte, coube a função industrial, não sendo tão significativa a participação desse setor na economia do município. Eram os ganhos vultosos provenientes do tratamento de indivíduos portadores de doenças respiratórias que fomentavam a economia de São José dos Campos (RAMOS, 2009).

Na década de 1950, a função industrial da zona Norte começa a ser afetada com a instalação do Centro Técnico da Aeronáutica (1950) e construção da rodovia Presidente Dutra (1951). Várias fábricas foram deslocadas de Santana para as proximidades da rodovia, em razão do acesso facilitado às cidades dos estados de São Paulo e Rio de Janeiro. Iniciou-se, portanto, uma nova etapa industrial em outra região do município, não cabendo mais a Santana esse papel de destaque (RAMOS, 2009).

Paralelamente ao crescimento de São José dos Campos, Santana conseguia preservar parte de suas características culturais. Mesmo com as transformações que as indústrias promoveram no bairro e no cotidiano das pessoas, Santana mantinha sua identidade por conta da intensa relação entre seus moradores e a origem rural, seu sítio geográfico, seu comércio variado e em expansão, e da liderança do bairro assumida por antigos comerciantes. Todos esses fatores contribuíram para a autonomia de Santana até a década de 1970 (RAMOS, 2009).

A partir da década de 1980, Santana passou a ter como referência o comércio de pequeno porte (lembrando que o comércio foi uma atividade presente e importante desde os primórdios do bairro). Aos poucos, foram sendo instalados grandes centros de compras, como a cooperativa de consumo Cooperhodia (1983), hoje denominada Coop. Com o tempo, o comércio de Santana vai se adaptando às novas demandas de seus habitantes, perdendo a característica de núcleo tradicional (OLIVEIRA *et al*, 1999).

Em meio a esse desenvolvimento, Santana se tornou propulsora do surgimento de outros bairros, oferecendo equipamentos públicos aos moradores vizinhos. Telespark, Alto da Ponte, Altos de Santana, Jardim Ouro Preto, Vila Cristina, Jardim Minas Gerais, entre outros, são exemplos de núcleos (bairros) que começaram a surgir na década de 1950. Caracterizam-se por construções irregulares em áreas de risco ambiental, assistência deficiente do poder público e pobreza. O fato da zona norte situar-se em área de preservação ambiental, e de difícil desmembramento junto aos órgãos fiscalizadores, contribuiu para ocupações desordenadas (ANJOS, 2004).

Santana ainda é o bairro mais importante da região, preservando suas origens rurais em meio ao cenário urbano que se acentua. Mesmo com a presença de condomínios residenciais, é possível observar casas com quintais e vizinhos convivendo e trocando fatos do cotidiano. A ideia de isolamento e autonomia conquistada pelo bairro, ainda é percebida nas falas de alguns moradores, demonstrando a identidade preservada (OLIVEIRA *et al*, 1999; RAMOS, 2009). Na figura 1 está o mapa do município de São José dos Campos, com destaque para a região norte. E na figura 2, o mapa atual da região norte e seus bairros.

FIGURA 1 - Mapa do município de São José dos Campos (destaque para a região norte).

Fonte: <http://www.google.com.br>

FIGURA 2 - Mapa da região norte de São José dos Campos.

Fonte: <http://www.google.com.br>

De acordo com as observações feitas sobre os bairros Altos de Santana e Santana, e a partir dos relatos das mães durante as entrevistas, pode-se dizer que Santana oferece mais opções de estabelecimentos para comercialização de alimentos do que os demais bairros. Possui duas feiras-livres toda quarta (período noturno) e quinta-feira (período matutino). Altos de Santana também possui uma feira aos sábados de manhã, entretanto, a que ocorre em Santana às quintas-feiras, apresenta maior número de bancas e maior variedade do que as outras duas. A fala de uma entrevistada ilustra essa descrição.

É, às vezes ele (marido) vai no sábado aqui (Altos de Santana) ou às vezes vai na quinta-feira. Mas ele (marido) vai mais na quinta, em Santana. Porque a feira daqui é muito pequenininha e não tem muita opção. (E1)

Em Altos de Santana é comum encontrar em duas avenidas principais, estabelecimentos que vendem verduras, legumes, frutas, carnes e demais alimentos. Tratam-se de mercados de pequeno porte (denominados “mercadinhos”), açougues e quitandas. Em outra avenida principal, há um mercado de médio porte. Restaurantes e padarias também estão localizados nessas avenidas, porém, em menor número do que as quitandas e mercadinhos. Em Santana, conforme mencionado, o comércio é mais abrangente, e contempla maior número desses estabelecimentos, possuindo dois centros de compras: um atacadista e uma cooperativa de consumo.

É mercado grande, é cooperativa (supermercado em Santana). É um mercado grande pra gente, que aqui o bairro (Altos de Santana) é pequeno, os mercados são todos pequeninhos. Então, lá, é um mercado grande. (E2)

4.2 O CONTEXTO DA ESCOLA

A escola atende aos estudantes do 1º ao 5º ano do ensino fundamental, no período da tarde e aos estudantes do 6º ao 9º ano no período da manhã, além de atender em período integral aos estudantes do 4º ao 7º ano. Realiza atividades nas diversas áreas do conhecimento, como

artes plásticas, teatro, dança, turismo, educação ambiental, ginástica artística, capoeira, recursos midiáticos, tecnologia, entre outros. Sua estrutura abrange doze salas de aula; cinco salas-ateliê; sala de leitura; sala de recursos multimídia; sala da diretoria, da coordenação pedagógica, do HTC, da secretaria e dos professores; laboratório de informática e de ciências; auditório; cantina; cozinha e refeitório; horta; estacionamento; pátio e quadra de esportes cobertos.

A Secretaria de Educação do município é responsável pela alimentação fornecida aos estudantes por meio de empresa contratada, que diariamente oferece refeições para todos os estudantes da rede municipal de ensino. As refeições são café da manhã, lanche da manhã, almoço e lanche da tarde. A cantina é de responsabilidade da direção da escola e dos pais, e o dinheiro arrecadado, é revertido em benfeitorias para a própria escola, como aquisição recente de caixas de som instaladas no pátio. Para escolha dos alimentos a serem vendidos na cantina, há legislação municipal específica que regulamenta os alimentos permitidos e proibidos para comercialização.

A partir de observações realizadas no ambiente escolar, e registradas em diário de campo, identificou-se que na cantina há alimentos que estão disponíveis para venda diariamente, como refrigerante (vendido no copo), suco industrializado, picolé, açaí, “Cremosinho” (espécie de geladinho à base de iogurte), pão de mel, pastel, esfirra, empada, cachorro quente, pizza e “hamburgão” (salgado feito com hambúrguer e queijo envoltos por massa à base de farinha de trigo); e aqueles que são vendidos esporadicamente, como salgadinhos industrializados, pipoca doce, refrigerante em lata, “bolo de pote” (bolo vendido dentro de um pote plástico), trufas, bolo, bombom, pirulito de chocolate, palha italiana e alfajor. O oferecimento desse último rol de alimentos está condicionado à aceitação dos estudantes. Alguns desses alimentos (bolo de pote, trufa, pirulito de chocolate, por exemplo) são preparados pelas mães.

Segundo relato da funcionária da escola que trabalha na cantina, e de alguns professores, o “hamburgão” e a pizza são os alimentos mais comprados pelos estudantes. Durante o intervalo, foi possível observar que o refrigerante servido no copo, por R\$ 0,80 cada, o “Cremosinho” e açaí, por R\$ 1,00 cada, também estavam entre os mais solicitados pelos estudantes nos dias observados.

Em frente à escola, há duas residências que vendem apenas alimentos como geladinho, bala, chiclete e açaí, e funcionam apenas nos horários de entrada e saída dos estudantes. Muitas vezes, o que não é vendido na cantina, por conta da legislação, é facilmente adquirido nesses locais por preço acessível. A funcionária da cantina relatou que seria melhor a escola vender os mesmos alimentos oferecidos nessas residências, e assim, favoreceria financeiramente a escola. Sua justificativa estava baseada na compra “inevitável” desses alimentos pelos estudantes nas residências citadas.

4.3 A DINÂMICA DOS GRUPOS FOCAIS

Baseado nas anotações em diário de campo, pode-se dizer que os grupos focais, em geral, apresentaram características semelhantes entre os participantes. Entre elas, podem ser citadas as conversas paralelas entre duplas; vários deles falando ao mesmo tempo; timidez por parte de alguns, cujas falas eram em voz baixa, ausentes ou para o colega ao lado; manifestação de repulsa quando mencionavam algo que não gostavam de comer; euforia quando era referido algo que lhes agradava; brincadeiras com elásticos, figurinhas e caneta; dispersão por parte de alguns; denúncias das respostas dadas, causando às vezes, confronto de ideias; presença de monopolizadores de falas; e comentários debochados ou críticos sobre certas falas dos colegas. Todas essas situações foram administradas pela moderadora, para que não houvesse prejuízo na discussão dos grupos.

O primeiro grupo foi composto por meninas, as quais se mostraram muito agitadas durante toda a discussão, sendo necessária a intervenção da moderadora várias vezes para que se acalmassem e se concentrassem na discussão. Ao falarem sobre o que gostavam de comer, especialmente doces, expressaram alegria em suas faces. O mesmo ocorreu quando foram perguntadas sobre propaganda de alimentos em televisão. Na questão sobre alimentação saudável e saúde, não demonstraram a mesma empolgação, sendo poucas as que manifestaram alguma opinião, e mesmo assim, com frases curtas.

O segundo grupo, também feminino, tinha participantes um pouco inibidas no início da discussão, pois ao invés de falarem, riam. Coube à moderadora estimulá-las para que se sentissem à vontade na exposição de suas ideias. Uma delas acabou se destacando, pois além de responder às perguntas, palpitava em relação às falas das colegas. Isso era bom e ruim, pois ao mesmo tempo que gerava mais elementos para a discussão, havia o risco da sua fala se sobressair em relação as das demais.

O terceiro grupo foi formado por meninos, que iniciaram a discussão de modo tranquilo. Notava-se o interesse deles na discussão, pois estavam atentos às falas tanto da moderadora, quanto dos colegas. Ao longo da discussão, o ambiente calmo é tomado pela zombaria entre eles, não gerando constrangimento a ninguém, pois acredita-se que a relação deles seja permeada por esse tipo de comportamento. Houve momentos em que as respostas eram vazias, incompletas ou iguais as dos colegas, denotando falta de opinião ou de interesse pelo tema, como na questão sobre “soluções para uma alimentação saudável”.

O último grupo, também masculino, foi composto por estudantes que, no início, estavam menos eufóricos que os dos outros grupos. Quando questionados, alguns deles não sabiam o que responder, ficavam em silêncio, pensativos ou davam respostas curtas e objetivas. Talvez estes fossem mais tímidos ou mais observadores que os colegas. Entretanto, como ocorreu em outros grupos, o clima mudou ao longo da discussão, e a inibição deu espaço para as brincadeiras, falatório e risadas entre eles.

4.4 A DINÂMICA DAS ENTREVISTAS

O grupo de entrevistadas apresentou idades entre 32 e 55 anos, sendo a maioria casada, mãe de 2 filhos, com residência no bairro Altos de Santana e não exerciam atividade remunerada. Em relação à escolaridade, 6 concluíram o ensino médio e 1 o ensino superior. A renda familiar mensal (média de R\$ 2500,00) era composta majoritariamente pelo salário do marido, e as que exerciam atividade remunerada, também contribuía. Os gastos mensais com alimentação variaram de R\$ 500,00 a R\$ 1300,00. Dentre as atividades profissionais exercidas,

havia 2 cabeleireiras, 1 auxiliar de enfermagem, 1 motorista de transporte escolar, 1 agente de organização escolar, 1 compradora e 1 empresária, além de 1 exercer trabalho eventual como empregada doméstica. Todas moravam com filhos e marido. As características das mães participantes estão resumidas no anexo 7. Um breve relato, a partir dos registros em diário de campo, será apresentado sobre cada entrevistada e o momento da entrevista.

Entrevistada F1

Casada, 55 anos e 3 filhos. Nasceu em Paraisópolis (MG), mas logo sua família se mudou para Joanópolis (SP), e por lá permanecem 7 anos. Depois se mudaram para Bragança Paulista (SP), e 4 meses depois, por conta da saudade, os pais decidiram reencontrar dos filhos e netos que já moravam em São José dos Campos. Ela é a mais nova entre 10 filhos. Passou sua infância na roça, pois o pai era retireiro em fazendas. Lembra-se com muito contentamento dessa época, principalmente da união que permeava sua família – algo muito significativo para ela.

Reside em Altos de Santana com marido e filhos. Atualmente, se dedica às tarefas domésticas em sua casa e participa da missa aos finais de semana. Na juventude, foi atendente em lotérica e ajudante de controle de estoque. Concluiu o ensino médio e o marido o fez por meio de supletivo. A maior parte da renda familiar provém da aposentadoria do marido, mas há participação dela com aluguel de um imóvel em sua propriedade, e dos filhos, que trabalham e pagam contas de luz, água e telefone.

Logo que chegou, disse que estava curiosa para saber mais sobre a pesquisa. Apresentou-se muito simpática, tranquila e atenciosa, mantendo sempre o sorriso no rosto. Emocionou-se, ficando na iminência de chorar, ao falar da desunião atual da família nas refeições, em que cada um come onde lhe convém. Em algumas questões, mostrou-se culpada por não ter agido de outro modo quando foi preciso. Ao final, disse que gostou da entrevista, principalmente pela oportunidade de se informar a respeito do que acontece na escola.

Entrevistada F2

Casada, 40 anos e 2 filhos. Nasceu e foi criada em São José dos Campos pela família que também tem origem na mesma cidade. Cresceu brincando na rua, e lamenta por não sentir segurança em deixar seus filhos fazerem o mesmo. Mora em Altos de Santana, com marido e filhos. Concluiu o ensino médio e não pretende voltar a estudar. Aos 20 anos, trabalhou como auxiliar de cobrança, deixando o emprego após o casamento para se dedicar apenas às tarefas domésticas em sua casa. Diariamente, faz aulas de zumba e pilates. Seu marido é técnico em eletrônica do setor industrial, sendo o único provedor financeiro da família.

Por vezes, a entrevistada usou frases evasivas como “sei lá”, “não sei”. Para estimulá-la a responder, a pergunta era refeita utilizando-se outras palavras e exemplos. Tal estratégia foi eficiente na maioria das vezes. Ao final da entrevista, ela perguntou, em tom de brincadeira, qual seria a sua nota. Foi respondido, no mesmo tom, que não havia nota. Saindo da sala, os estudantes estavam no pátio para o intervalo. Ela tentou encontrar a filha em meio a todos, mas não a viu. Com certo ceticismo, procurou por ela no refeitório, e também não a encontrou. Disse que a filha não gosta da comida oferecida pela escola e, portanto, não a come. Já ela, gostou muito, pois em certa ocasião, a convite da escola, provou a alimentação escolar junto com outros pais.

Entrevistada F3

Casada, 39 anos e 6 filhos. Desde que nasceu, vive na região norte de São José dos Campos. Na infância, não passou por necessidade material, mas queria coisas que a mãe não podia comprar. Afinal, eram 11 filhos para a mãe sustentar. Hoje, lamenta por não ter dinheiro para investir no estudo dos filhos (apenas o mais velho trabalha). Ela gostaria que o governo olhasse um pouco mais pelas famílias que tem pouco recurso financeiro, e as ajudasse oferecendo melhores condições para a formação dos filhos. Semanalmente, ela participa de atividades na igreja, como a Pastoral da Família e a missa. Mora atualmente em uma casa alugada, com filhos e marido, em Altos de Santana.

Estudou até o 2º ano do ensino médio, mas gostaria de ser técnica em enfermagem. Não investiu em sua formação profissional por falta de dinheiro para pagar o curso. Trabalhou como auxiliar de limpeza em hospital, e hoje, faz limpeza em casas de família esporadicamente. Para contribuir na renda familiar, faz temperos e encapa cadernos, que são colocados à venda para pessoas mais próximas. O marido estudou até a 7ª série do antigo ensino fundamental. Ele trabalha durante o dia como empilhadeira em uma indústria e, eventualmente, como segurança em festas noturnas da região. A renda familiar advém do salário do marido, que é administrado integralmente por ela, com complementação do filho (pagamento de contas de luz e água) e do auxílio recebido pelo programa do governo - Bolsa Família. Sobre o marido deixar o dinheiro do salário sob sua administração, ela comentou ser por conta do seu (esposa) conhecimento em relação às necessidades da casa e família.

Ao iniciar a entrevista, notou-se o orgulho dela ao falar dos filhos e da educação que recebem em casa. Ela, inclusive, fez questão de mostrar fotos deles. Foi possível notar também, o desgosto com os irmãos que não estão cuidando adequadamente da mãe. Tais assuntos eram recorrentes em sua fala, levando-a a dispersar muitas vezes em suas respostas. Contudo, procurou-se manter o foco nas questões do roteiro ao mesmo tempo que era respeitada sua fala. Ela demonstrou muita calma e interesse ao longo da entrevista. Em dado momento, emocionou-se e chorou ao relatar a vez que deixou os filhos sob cuidado do filho mais velho, adolescente à época, pois iria trabalhar e não tinha com quem deixar os filhos. Seu sentimento era de culpa por ter deixado as crianças com um adolescente.

Disse que achou a pesquisa muito importante para a educação dos filhos e pais, e caso fosse necessário, poderia indicar outras pessoas para o estudo. Para ela, todas as mães deveriam participar. Ao final, revelou que o marido, por ser mineiro, é muito conservador com as filhas, não permitindo o uso de roupas curtas e justas ao corpo, o namoro para além dos limites do portão da casa, e a ida a bailes de música *funk*.

Entrevistada F4

Casada, 41 anos e 2 filhos. Nasceu no interior do estado do Rio Grande do Norte e, aos 4 anos, mudou-se com a família para Ribeirão Preto (SP). Aos 11 anos, mudaram-se novamente,

e a cidade escolhida foi São José dos Campos. Relatou que sua infância foi muito divertida em meio a “brincadeiras de moleque” com os irmãos mais novos. Seus pais não deixavam faltar o “básico” em casa. Disse ter mais controle de suas emoções hoje do que antes, quando se percebia impaciente e estressada.

Não trabalha desde a adolescência, quando foi vendedora em uma perfumaria. Hoje, dedica-se a 3 horas de aulas de boxe por semana e faz caminhada quando tem ânimo. Frequentemente a missa e a Pastoral Familiar na igreja. Atualmente cursa o supletivo para o ensino médio. O filho faz curso superior de engenharia e trabalha, mas seu salário é somente para pagar a faculdade. O marido, que fez curso técnico e trabalha em uma indústria, é responsável pela renda familiar. Mora com os filhos e marido em Altos de Santana.

Durante a entrevista, mostrou-se à vontade e muito bem humorada. Muitas vezes, usava frases como “estou ficando louca”, “não sei mais o que fazer”, “estou desesperada”, para situações em que, segundo ela, já não havia mais solução. Dado o contexto, tais frases, por serem acompanhadas de risos, não apresentaram credibilidade. Algumas vezes, permeava as respostas com fatos passados de sua vida pessoal, um pouco desconexos com os tópicos abordados na entrevista. Ao finalizarmos, fez o convite para comer bolo que havia feito. Enquanto o bolo era degustado, conversou-se sobre a pesquisa, seu cotidiano e a vida escolar da filha.

Entrevistada F5

Tem união estável, 47 anos e 2 filhos. Nasceu em São Tomé da Letras (MG), permanecendo até os 7 anos, quando seus pais se separaram e ela vai com a mãe para Cruzília (MG). Sua infância foi na roça, brincando com irmãos e primos. Aos 7 anos, teve seu primeiro emprego como acompanhante de uma idosa. Atualmente, trabalha como cuidadora de uma cadeirante, faz e vende geladinho e recebe aluguel de imóvel próprio. Seu marido é pedreiro, autônomo, sem renda fixa, cursou até a 5ª série do ensino fundamental. A renda familiar é mantida, em sua maior parte, por ela. Nas horas de folga, pratica hidroginástica e ginástica em um centro poliesportivo do bairro que mora, Altos de Santana.

Durante a entrevista, esteve presente o marido. Ambos estavam descontraídos e foram muito simpáticos e participativos o tempo todo. A entrevistada sempre respondia com tranquilidade e às vezes usava o humor para responder. O marido somente falava quando lhe era perguntado algo, não sendo espontânea sua participação. Durante a entrevista, houve interrupções como a presença de vizinhos que a chamavam do portão. Nesses momentos, era possível perguntar um pouco mais ao marido sobre o que pensava a respeito da alimentação da família. Fora perguntado ao marido também sobre sua infância, educação e juventude, e ele sempre comparava o passado com o presente, opinando que se vivia melhor antes em relação ao hoje. Ao final da entrevista, ela não quis fazer perguntas.

Entrevistada F6

Casada, 49 anos e mãe de 1 filho. Nasceu em Ribeira do Pombal, cidade no interior da Bahia. Viveu na zona rural com sua família até os 8 anos, quando os pais decidiram se mudar para a zona urbana a fim de que os filhos comessem os estudos. Ela era a mais velha entre 11 irmãos. Da infância, lembra-se dos pais e irmãos ajudando a cuidar dos animais e plantação. Quando se mudaram para a “cidade”, relatou que houve dificuldade dos pais no sustento da família, pois já não tinham mais o acesso aos alimentos como antes – tinham que comprar tudo. Entretanto, nunca faltou o “básico” para comerem, mesmo que fosse apenas feijão com farinha. Em 1989, mudou-se pra São José dos Campos a convite de um irmão, cidade onde já residia outro de seus irmãos. Inicialmente morou em Santana e, após o casamento, fixou residência em Altos de Santana, bairro onde mora com filho e marido.

Fez curso técnico para auxiliar de enfermagem e trabalha na área desde 1990. Em 2002, quando engravidou, decidiu parar de trabalhar e se dedicar exclusivamente às tarefas domésticas em sua casa e o cuidado do filho. Há 2 anos, voltou a atuar como atendente de enfermagem em um hospital. Sua jornada de trabalho contempla 12 horas noturnas de trabalho e 36 horas de descanso. O marido concluiu o ensino superior, e ambos contribuem para a renda familiar.

Durante a entrevista, respondeu às perguntas paciente e abertamente. Às vezes dispersava-se um pouco ao falar, ora por estar com sono, ora por ter dificuldade em refletir

sobre determinados comportamentos relatados por ela. No final da entrevista, o filho chegou da escola, e ela lhe pergunta se estava tudo bem e como foram as aulas. Ele foi pro quarto e só saiu de lá quando a mãe pediu a ele para ajudá-la a mensurar a renda familiar. Ao final da entrevista, ela refere a vez que foi em uma palestra de “reeducação alimentar” e aprendeu muito, colocando alguns ensinamentos em prática. Também falou que se o marido estivesse em casa, poderia ter contribuído mais do que ela nas respostas.

Entrevistada F7

Casada, 35 anos e 3 filhos. Seus pais sempre viveram na região rural de São José dos Campos. Da infância, disse ter apenas lembranças boas, alegres e divertidas. O pai trabalhava na roça e a mãe era chefe de cozinha, porém, lamentou não ter a mesma habilidade da mãe. Com 10 anos, seus pais se separaram e ela foi morar com os avós. Aos 16 anos, mudou-se para a casa do pai para ajudar a cuidar da irmã mais nova, fato que a impediu de concluir o último ano do ensino médio. Gostaria de voltar a estudar, mas não tem ânimo. Após o casamento, fixa residência em Altos de Santana. Atualmente está desempregada, mas já trabalhou como empregada doméstica, babá e ajudante de cozinha. O marido concluiu o 5º ano do antigo ensino fundamental, e seu salário é a única fonte de renda da família.

Pareceu ser tímida, dado o olhar para baixo e a postura um pouco retraída. Tal impressão se desfez nas primeiras perguntas, cujas respostas eram articuladas, demonstrando clareza de ideias. Algumas vezes, esforçava-se para pensar nos motivos pelos quais situações ou atitudes eram realizados por ela, os quais nunca foram questionados antes. Demonstrou disposição e interesse pelo tema durante todo o encontro. Ao final da entrevista, não quis acrescentar nada.

Entrevistada F8

Casada, 51 anos e 2 filhos. Contou que sua infância foi muito divertida, com muitas brincadeiras nas árvores do quintal da casa. Nasceu em Jacareí (SP) e há 20 anos mora em Altos de Santana. A origem de sua família é mineira, sendo ela a mais velha entre três irmãos. É

graduada em química e administração pública. Trabalhou por 23 anos (até o ano 2000) na área de qualidade industrial de uma multinacional, pedindo demissão por almejar melhor qualidade de vida a ela e à família. Atualmente, é funcionária pública em uma escola próxima a sua casa, ocupando o cargo de agente de organização escolar. Dentre as atividades que realiza, é responsável pela catequese da região norte do município e participa de atividades da igreja. O marido, técnico em química, também trabalha, e ambos contribuem para a renda familiar.

Mostrou-se bem esclarecida, informada e atenta durante a entrevista. Muitas vezes, antes de responder, ela ficava em silêncio, dizendo em seguida “nunca parei pra pensar nisso antes”. Eventualmente, mostrou-se bem objetiva e sucinta, sendo necessário estimulá-la a falar um pouco mais sobre a questão. No final, quis saber a opinião da pesquisadora sobre o que seria uma alimentação saudável, e conversou-se um pouco sobre o tema. Ela disse que gostou bastante da entrevista e tem muito interesse pelo tema “alimentação e nutrição”. Antes de ir embora, ela revelou um drama pessoal para justificar sua preocupação com o peso corporal do filho: engordou, rapidamente, 15 quilos após a morte de uma filha no parto, segundo informações da médica à época. Ela explicou que esse ganho de peso abrupto, a fez sentir inesperadamente os incômodos decorrentes do excesso de peso. Portanto, não gostaria que o filho passasse por isso também. O assunto poderia ter sido mais explorado, entretanto, não o foi por ser algo doloroso para ela.

Entrevistada F9

Casada, 48 anos e 3 filhos. Nasceu e sempre viveu em São José dos Campos. Não possui recordações boas de sua infância, pois o pai era alcóolatra e havia muitas brigas em casa. Adorava passar férias no sítio dos avós, em Minas Gerais, seu refúgio durante todo o recesso escolar. Lá, ela brincava com os primos e ajudava as tias no preparo da comida. Atualmente mora com 2 filhos e marido no bairro Portal de Minas. O outro filho se casou e mora na mesma rua da mãe.

Formou-se no magistério e trabalhou como professora de educação infantil por 3 anos. Após o casamento, começou a trabalhar no “mercadinho” do marido, e lá permaneceu até 4 anos atrás. O motivo de sua saída foi a mudança para a nova casa, que por ser grande,

necessitava do seu cuidado integralmente. O marido não concluiu o ensino médio. Quanto ao valor da renda familiar, ela não soube mensurar. Todavia, ela contribui com o aluguel de uma propriedade em seu nome. Os filhos ajudam no mercadinho, mas não recebem salário.

Durante a entrevista, relatou algumas dificuldades em casa devido ao comportamento do marido, que ingere muita bebida alcoólica e não se importa com os reflexos desse comportamento na família. Ela se vê impotente diante do marido, e não sabe o que fazer para resolver esse problema. Segundo ela, tentativas de diálogo não funcionaram, seja porque o marido se mostra agressivo, seja porque demonstra descaso pelos assuntos da família. Também relatou outro problema: ao engravidar do último filho, o marido não o quis porque já tinham 2 filhos, portanto, ela passou a gravidez tentando lidar com essa rejeição.

Ao final, ela disse que seria ótima a realização de uma oficina para os pais aprenderem a cozinhar “coisas” diferentes. Também comentou que a agressividade do pai com os filhos durante as refeições. Percebeu-se que ela não analisava muito sobre os fatos, não avaliando as consequências do comportamento do pai na família em geral. Talvez ela tenha dificuldade em falar sobre o assunto ou não tenha se sentido à vontade. Importante ressaltar que ao longo da entrevista, percebeu-se a postura de reclamação constante sobre o marido, e nada poderia ser feito a respeito.

Entrevistada F10

É casada, tem 44 anos de idade e 1 filha. Nasceu em São Bernardo do Campo (SP), e aos 6 anos, mudou-se para Paraisópolis (MG) com a mãe, devido a separação dos pais. Depois, se mudou para Monteiro (SP), e aos 9 anos, chega a São José dos Campos. Ela conta que sua infância foi um pouco triste, pois ficava sempre na casa de parentes ou amigos para que a mãe pudesse trabalhar. Quando isso não acontecia, ela acompanhava a mãe ao trabalho e ficava escondida (a mãe era faxineira em residências). Referiu sentir falta de ter uma família “completa”, com pai e irmãos, pois moravam apenas ela e a mãe na casa. Anos depois, a mãe teve outra filha, contudo, o pai não foi participativo na criação da mesma.

Aos 14 anos, começou a trabalhar como babá, e aos 17, iniciou sua carreira na área de recursos humanos em escritórios comerciais. Hoje, trabalha no setor de compra e venda comercial. Concluiu o ensino médio e não vê perspectiva em estudar novamente. O marido é tecnólogo em gestão de recursos humanos e trabalha como corretor de imóveis. A renda da família oscila por conta da profissão do marido, mas ambos contribuem. Atualmente, mora em Altos de Santana com a filha e o marido.

Logo que começou a entrevista, a filha sentou-se ao lado da mãe. Nesse momento, foi orientado a ela que falasse apenas quando lhe fora permitido. Ela concordou, entretanto, a mãe sempre respondia remetendo-se à filha com a frase “não é, filha?”. Isso gerou um pouco de desconforto, mas logo a menina foi para o quarto. Durante a entrevista, ela teve dificuldade para responder questões sobre a alimentação da filha, seja por não se lembrar ou porque não acompanha a rotina da filha em casa. Os pais chegam do trabalho no final da tarde, e à noite, praticam atividade física. Ao final, ela disse que gostou muito da entrevista.

Entrevistada F11

Casada, 50 anos e 4 filhos. Nasceu em Descoberto (MG) e foi com a família para São João de Nepomuceno (MG) ainda criança. Aos 21 anos, mudou-se para São Paulo (SP) e viveu por lá, com o primeiro marido, por 7 anos. Ao se divorciar, mudou-se para São José dos Campos (SP), fixando residência em Altos de Santana. Sua infância foi na roça, no sítio da família, brincando com animais e os 11 irmãos.

Cursou o ensino médio até o 3º ano, mas não o completou. Hoje é proprietária de uma empresa que oferece serviços na área de engenharia e construção civil. Trabalhou por 10 anos como cozinheira. Frequenta a igreja, com o marido, quase todos os dias da semana. Atualmente, mora com os 2 últimos filhos e o marido. Os outros filhos são casados. O marido concluiu a 4ª série do antigo ensino fundamental e hoje é aposentado. A renda familiar é composta pelo casal.

Ao chegar em sua residência, estavam a filha e o marido. Foi explicado que as perguntas seriam feitas à mãe, mas que os demais poderiam se manifestar. O pai falava pouco e a filha sempre opinava sobre as falas da mãe. Algumas vezes, a filha contrariava as respostas da mãe,

a qual acabava concordando com ela. O pai falava em um tom de voz baixo, sendo necessário pedir várias vezes que repetisse sua fala. O clima da entrevista foi muito descontraído. A entrevistada era muito sorridente, alegre e bem humorada. O inconveniente dessa entrevista foram as falas ditas ao mesmo tempo pelos três, sendo necessário pedir para repetirem suas falas individualmente. Ao final, perguntaram se a alimentação do filho menor estava correta. A mãe também mencionou que aceitou participar da entrevista pois reconhece a importância desse tipo de atividade e quis ajudar.

Entrevistada F12

Casada, 34 anos e 2 filhos. Nasceu e cresceu no Telespark, bairro da região norte de São José dos Campos. Filha única, morava com a mãe na casa dos avós, ficando sob cuidados deles para a mãe trabalhar, uma vez que o pai era ausente. Quando criança, podia brincar sossegadamente na rua, algo que ela não permite aos filhos por temer a violência urbana. Participa semanalmente das atividades da igreja como coral e missa. Não trabalha, mas está na expectativa de voltar ao antigo emprego, onde atuava como empregada doméstica, cozinheira e babá em uma residência. Aos 22 anos, foi atendente em “sacolão” (comércio para venda de hortaliças e frutas). Realiza trabalhos esporádicos e informais, que pouco contribuem para a renda familiar, sendo o marido o principal provedor financeiro. Ele concluiu o ensino médio e trabalha em 2 empregos: de dia é pedreiro e, em noites alternadas, é vigilante em condomínio residencial. Ela iniciou curso técnico em prótese dentária, mas desistiu assim que o primeiro filho nasceu. Mora em Altos de Santana com filhos e marido.

Durante a entrevista, ela divagava sobre o que lhe era perguntado, não atingindo o cerne da questão. Quando isso acontecia, a pergunta era refeita de um modo que fosse possível seu entendimento. No geral, ela foi paciente, respondendo todas as questões calma e tranquilamente. Ao final da entrevista, conversamos sobre o possível emprego e o que isso significaria em sua vida.

Entrevistada F13

Casada, 32 anos e 2 filhas. Nasceu e sempre viveu em São José dos Campos. Mora com filhos e marido na Vila Cristina, e trabalha como cabeleireira em sua casa. cursou o 1º ano do ensino superior em administração, mas desistiu devido a gravidez da primeira filha. Ela gostaria de estudar outro curso que não fosse administração, mas não por agora. O marido faz curso técnico em radiologia. Ambos contribuem para a renda familiar. Diariamente, o casal faz caminhadas pela manhã e gostam de participar de competições de corrida de rua.

Ela mostrou-se disposta e paciente ao longo da entrevista. Mencionou que as questões lhe possibilitaram uma reflexão sobre comportamentos que sempre realizou sem pensar, “no automático”, como ela cita. Ao terminar a entrevista, disse que ficou aliviada, pois estava muito ansiosa e não sabe lidar com esse estado emocional. Referiu inclusive sofrer problemas pessoais em decorrência dessa característica. Também mencionou que gostou muito da entrevista e que todas as escolas deveriam participar de pesquisas como essa.

Entrevistada F14

Casada, 49 anos e 1 filha adotiva. Nasceu e sempre viveu na zona norte de São José dos Campos. Disse que sua infância foi muito boa, ativa em brincadeiras com a irmã. Os pais, nascidos em São José dos Campos, trabalhavam no setor comercial. A mãe vendia roupa de criança na feira do bairro de Santana, tendo depois um bar e uma pensão com restaurante; e, o pai, foi vendedor em uma loja de tecidos. Ela estudou até o 3º ano do magistério, mas não o completou. Sempre trabalhou como cabeleireira em salão próprio, mas quando a filha tinha 2 anos, resolveu dedicar-se apenas aos cuidados da casa e da filha. Voltou a trabalhar quando a filha fez 6 anos. O marido fez curso técnico em mecânica e está aposentado. Ambos contribuem para a renda familiar. Atualmente, mora com o marido e filha no bairro Portal de Minas.

Durante a entrevista, referiu não lembrar alguns aspectos sobre a alimentação da filha quando criança. Mas com um pouco de persistência, ela conseguiu resgatar algumas lembranças. Notou-se que a união e o diálogo estão muito presentes no dia a dia da família, não havendo espaço para “clima” tenso entre eles, pois tudo é resolvido por meio da conversa. Para a última questão, ela recorreu ao marido para respondê-la. Ele acabou discursando sobre a

educação dos filhos nos dias de hoje e ao mesmo tempo, comparava com a educação da filha. Ao final, disseram ter sido bom saber que a escola se interessou em participar da pesquisa.

Entrevistada F15

Casada, 48 anos e 1 filho. Nasceu e sempre viveu em São José dos Campos. Da infância até a adolescência, morou com a família no sítio, tendo muito contato com a natureza. Aos 15 anos, mudaram-se para a região urbana, onde começou a trabalhar como vendedora e, depois, como montadora em indústria aeronáutica. Hoje é motorista de transporte escolar, contribuindo para a renda familiar junto com o marido, técnico em mecânica. Começou o curso superior de engenharia de materiais, mas não o concluiu. Disse que tem vontade de cursar psicologia, mas não tem tempo, por enquanto. Sua residência é no Jardim Ouro Preto, onde mora com filho e marido.

Durante a entrevista, ela esteve o tempo todo muito tranquila, interessada e com bom humor. O filho, que estava em casa, ora ia para o quarto, ora ia para a sala, não atrapalhando na condução da entrevista. Ela é bem articulada e respondia às questões com muito interesse. Às vezes divagava um pouco. Ao final, disse que gostaria de ler a tese e deixou seu endereço eletrônico para que a enviasse posteriormente.

4.5 COMPORTAMENTO ALIMENTAR

4.5.1 O Cenário das Refeições em Família

Atualmente, o mundo e suas transformações sociais, ambientais, econômicas e culturais impactam o cotidiano das pessoas e determinam novas perspectivas na relação entre homem e

alimentação (FONSECA *et al.*, 2011). Exemplos desse cenário seriam o aumento da realização de refeições em estabelecimentos comerciais e substituição das refeições e preparações tradicionais por alimentos industrializados (MONTEIRO *et al.*, 2011; BEZERRA *et al.*, 2013).

Dentre as famílias estudadas, observou-se que todas realizavam 4 refeições por dia (café da manhã, almoço, café da tarde e jantar). Costumam ser preparadas em horários definidos e, muitas vezes, estabelecidos de acordo com a rotina de algum familiar. A presença de todos durante as refeições nem sempre é possível devido ao trabalho fora de casa dos pais ou da permanência dos filhos por meio período na escola, por exemplo.

Seis horas minha filha levanta, a gente já toma café. (...) Ela (filha) chega (escola) meio dia, meio dia e meio no máximo, e almoça. Quatro horas, o meu marido chegando, a gente já senta pra tomar café, e a janta, é as seis. Aqui em casa, a janta tem que tá pronta seis horas, por causa do meu menino que vai pra faculdade. (...) A gente janta mais tarde um pouquinho, as sete, sete e pouco. (...) No almoço, sou eu e ela que comemos juntas sempre. Só nós duas. No jantar sou eu, meu marido e ela. E no café da manhã sou e ela também, só. Porque eles (marido e filho) já saíram pra trabalhar. Eles saem cedo demais. (E4)

Todo mundo acorda seis da manhã, os três. A primeira coisa que a gente come é o café, né? (...) E ela (filha) come e toma o café com leite antes de sair de casa. Ela come junto com a gente. Os três sentam na mesa e tomam o café. (...). A gente costuma comer tudo junto, sempre os três. A gente faz sempre tudo junto. (E14)

Entretanto, observou-se entre os adolescentes, que algumas famílias não seguem horários preestabelecidos para as refeições, podendo ser realizadas de acordo com a disponibilidade de quem as prepara: “Na minha casa também não tem horário pra comer. (F1)”, “Assim, na escola tem horário pra comer, em casa não. (F2)”. As refeições são feitas, segundo os adolescentes, geralmente na companhia da mãe e, irmãos, avós ou tios, quando estes moram juntos. A presença do pai foi referida mais no jantar ou finais de semana, devido à rotina de trabalho exercida: “Eu só janto com minha mãe e com meu irmão porque meu pai trabalha e eu só vejo ele final de semana. (F1)”. Referiram também maior participação da família à

mesa, durante as refeições, aos finais de semana: “(...) *Mas quando é feriado ou sábado e domingo, eu como com todo mundo da minha família. (F2)*”.

Entretanto, foi possível observar que não é recorrente a reunião de todos os familiares à mesa para comerem, mesmo aos finais de semana. Quando ocorre, está condicionada à presença de amigos ou familiares e à comemoração de algum evento especial. Identificou-se, nas falas de algumas mães, que tal prática ainda ocorre porque os avós preservaram esse hábito, ou porque a mãe ou o pai acreditam tratar-se de uma prática importante para unir a família, mesmo que simbolicamente, em torno da mesa. O ato de comer à mesa, para a maioria dessas famílias, representa o único momento em que pais e filhos se encontram e podem conversar.

(...) Quando a gente come todo mundo junto sentado, é quando vem alguém (visita) aqui em casa. (...) Quando eu vou na casa da minha sogra, aí senta todo mundo na mesa pra comer (...). (E9)

Mas no geral, quando meu marido tá em casa, no final de semana, ele já prefere, ele faz questão que a gente sente todo mundo junto pra comer. Meu marido faz isso porque ele gosta, ele acha legal da família, de você sentar, conversar, se desligar um pouco da televisão, das coisas. E sentar pra conversar mesmo, falar sobre qualquer coisa. (E6)

(...) Acho que é essencial você sentar na mesa e comer. (...) é o momento da família ali, na cozinha, sentar, comer, fazer a refeição. (...) Tem que ter aquele momento nosso, porque é o único momento de nós quatro juntos na semana. Então, eu acho que ali é o momento da gente conversar. (E13)

A rotina alimentar de algumas famílias parece sofrer influências do cotidiano de quem vive na zona urbana. No trecho abaixo, é possível observar no relato de uma mãe (trabalha fora de casa, assim como o marido, e a filha faz aulas de jazz e basquetebol todos os dias da semana, além de ir à escola) que as atividades diárias refletem na alimentação da família, diminuindo o tempo para sua dedicação.

(...) a gente acostumou já a ter o horário no café da manhã. Eu e meu marido tomamos juntos, mas ela (filha) às vezes, não tá junto porque já foi pra escola. (...) Ela (filha) come assim na correria, e não senta pra tomar café com a gente, não. Depois do café da tarde, (...) ela janta. Daí, nem eu e meu marido jantamos, porque a gente treina (atividade física) às sete horas (...). (E10)

Segundo o Ministério da Saúde, realizar as refeições em horários preestabelecidos e semelhantes diariamente e, em ambiente tranquilo, favorece a ingestão dos alimentos com atenção e em quantidades suficientes para garantir saciedade. A presença de telefones celulares ou televisores ligados no mesmo ambiente das refeições, o sentar-se fora da mesa e em local desconfortável, interferem na atenção ao que se come. Além desses fatores, a disponibilidade e variedade de alimentos e preparações e a determinação de regras e condutas à mesa, contribuem para a adoção de bons hábitos alimentares benéficos para a saúde, além de valorizar a cultura de um grupo (BRASIL, 2014).

Assistir televisão durante as refeições foi relatado pela maioria das mães como prática recorrente, contribuindo também para que estas não sejam feitas à mesa, mas sentados no ambiente onde o aparelho de televisão estiver. O uso do celular também foi citado, seja para interferir no horário em que se come ou durante a própria refeição.

(...) E meu marido já pega e já vai lá pra frente da televisão ver negócio de esporte. E eu também, que eu deixo (a televisão) na cozinha pra eu ver as orações, essas coisas (...). (E1)

(...) E o meu filho mais novo almoça sozinho todo dia vendo televisão aqui na sala. E quando não é televisão, é internet, os dois juntos. É o prato de um lado e o celular de outro. (...) O meu filho mais velho, não. Ele já pega o prato dele e já vai pro sofá ver televisão. (...) Na janta, eu não como na cozinha, eu sento no sofá. Ninguém come na cozinha. Todo mundo come vendo televisão (...). (E12)

Sobre o que percebem a respeito do uso de celulares e televisores durante as refeições, as mães concordam tratar-se de uma prática não adequada. Para elas, comer e assistir televisão prejudica a atenção ao que se come, dificultando a digestão. Algumas mães entendem que seria o momento oportuno para a comunhão entre todos, porém, não identificaram perspectivas concretas de mudança por ser um hábito enraizado no cotidiano da família.

É, porque você não sabe se você presta atenção no que você tá comendo ou se você olha na televisão. Eu falo “não é normal isso aí”. Eu falo pra eles que o certo é a gente comer na mesa e depois a gente vai lá ver a televisão. Mas já pegou costume de querer ver a novela, essas coisas. (...) Eu acho difícil mudar porque eu acho que já pegou um hábito, desde sempre que já vem nesse hábito, já pegou o costume. (E12)

Em seus discursos, é possível observar que as mães reconhecem tal prática (comer assistindo televisão) como errada, porém, o pensamento não reflete necessariamente em suas próprias ações, nem nas direcionadas aos filhos. Algumas mães acabam sendo permissivas por conveniência, ou seja, para evitar conflito ou discussão com os filhos, acabam permitindo aquilo que gostariam de evitar.

(...) é errado, mas às vezes eu facilito pra ele (filho), eu libero, porque uma que eu agrado ele e fica mais fácil pra mim. (E6)

(...) Mas às vezes ela (filha) fala “eu tô vendo não sei o que, que tá legal”. Daí, às vezes você cede e, às vezes, não. Porque a gente não quer encheção de saco, dela ficar resmungando na cabeça da gente, entendeu? (E10)

Em outra situação, a mãe proíbe o uso de celular durante a refeição porque isso a deixa incomodada: “Ele (filho) não fica com o celular na mão na hora de comida. Mas ele passa do horário de comer por causa do celular. Isso aí me irrita bastante.” (E9). Outras se veem diante de uma situação onde não vislumbram solução: “(...) Mas é difícil controlar ela (filha) de ficar na tevê, no celular. Eu não sei como poderia ser resolvido isso (...)”. (E10). Para outras (E12 e E14), a questão poderia ser resolvida com “força de vontade”, mesmo considerando ser uma tarefa difícil.

(...) Porque também se você tiver força de vontade, falar “não, eu vou sentar na mesa, vou comer na mesa”, você acaba comendo. Às vezes eu falo pro mais velho “come, senta e come primeiro, depois você vai lá ver o que você quer” (...). (E12)

(...) É tão automático você fazer o prato e já ir pra tevê. Acho que é mesmo uma questão de quebrar o paradigma, quebrar as regras. É difícil. Mas dá sim (...). (E14)

Sentimentos como impotência e frustração foram percebidos nas falas de algumas mães, as quais se veem incapacitadas de promover mudanças. A ausência de instrução ou autoridade aos filhos, na época em que estes eram mais suscetíveis aos seus ensinamentos, ordens ou exigências, figura como justificativa para não atuarem na perspectiva de contribuir para a mudança de comportamento dos filhos.

(...) Agora não adianta eu querer voltar, porque não dá. E eu acho que a menina (filha) tá mantendo isso enquanto ela tá nessa idade. Mas o costume, depois que ela veio (nasceu), já tava desse jeito. (...) Uma certa fase a gente tem que exigir sim, tem hora que precisa, e eu, nesse ponto, acho que sou falha. (E1)

Eu queria que fosse diferente, mas eu não ensinei também, então ficou assim mesmo. Eu queria que ele (filho) sentasse aqui na hora do almoço, almoçasse, pra depois ele fazer outras coisas. (E11)

A percepção de menor autoridade frente aos filhos, em relação ao marido, foi percebida nos relatos de algumas mães. Entretanto, essa autoridade pode ser questionada, pois talvez esteja acompanhada de aspereza, inflexibilidade, rudeza ou ameaça por parte dos pais (maridos), que apenas ordenam aos filhos. Estes, provavelmente obedecem por temerem alguma reação desfavorável do pai.

(...) Meu marido às vezes fala “não gente, vamos sentar aqui e comer”. Eles (filhos) obedecem. Eu chego, eu falo pra eles, mas nem sempre eles

obedecem. Com o meu marido funciona mais porque ele é mais rígido do que eu. Ele pega mais firme. (...) (E12)

Alguns pais conseguem agir provocando mudanças em relação ao uso da televisão durante as refeições. Nesse caso, tratam-se de pais ou mães que possuem um discurso coerente com a prática. A reação dos adolescentes nem sempre é de aprovação, com situações de briga, conflito e discussão, necessitando que os pais tenham paciência e persistência para atingirem o objetivo. Alguns pais preferem dialogar, aconselhando os filhos a se conscientizarem a comerem sem a presença de celulares ou televisão. Outros, caso não sejam atendidos pelos filhos por meio do diálogo, agem com medidas proibitivas como desligar a televisão. Contudo, as mães acreditam que os filhos possam se acostumar com o “novo hábito”.

A única coisa que eu brigo com ela (filha) nesses últimos tempos é pra ela largar mão do bendito celular. Eu falo “isso aí pode ficar fora, agora é hora de comer”. Isso daí eu pego um pouco no pé dela. Daí ela aceita numa boa (...). (E1)

(...) A tevê, eu desligo, porque senão eles prestam atenção lá e não prestam atenção no que tá no prato. Eu só ligo depois que comeu. Isso aí graças a deus eu consigo fazer. Eu acho que a tevê atrapalha e muito. E muito. (...) Mas é uma coisa que você vai acostumando, é uma coisa que você vê que eles vão adaptando. (E3)

Eu acho que tinha que insistir mais em sentar à mesa junto, tirar a televisão. Acho que a gente tá tentando, tentando, pra ver se consegue fazer todo mundo sentar pra comer junto (...). Na cozinha não tem televisão. Quando a gente tá comendo, tem que mandar os dois meninos deixar o celular de lado, chega até tirar da mão e guardar pra poder comer. (...) Eles não gostam. Não chegam a falar nada, mas ficam com a cara emburrada. (E7)

Duas mães referiram que o ato de comer não sofre interferências do uso de celular e televisão. Em uma dessas famílias, como a filha estuda pela manhã e o irmão à tarde, o preparo do almoço segue o horário de entrada do irmão na escola, e tanto o pai quanto a mãe almoçam

junto com o filho. A filha, portanto, almoça sozinha após voltar da escola. Portanto, a mãe tenta amenizar a ausência da família à mesa deixando a filha “acompanhada” da televisão, para que não se sinta, talvez, desconfortável comendo sozinha.

Não, eu acho que não. Acredito que não. É porque também, coitada, às vezes ela chega e todo mundo já comeu. Então, de repente a companhia dela é ali o jornal (da televisão). (E2)

Todavia, outra mãe percebe com indiferença a presença da televisão nas refeições, pois de acordo com ela, o comportamento da filha ao comer permanece o mesmo com ou sem televisão ou celular. Importante destacar que essa mãe referiu não estar satisfeita com a alimentação da filha, pois a cada dia, torna-se mais seletiva em relação à comida oferecida nas refeições. Contudo, para essa mãe, não há relação entre o comportamento alimentar da filha e, por exemplo, a presença da televisão e do celular durante as refeições.

Minha filha, às vezes, carrega o celular junto. Às vezes, sabe o que que eu faço? Levo o celular pra mesa, ponho na televisão, que o meu celular tem televisão, e vejo. (...) Mas não acho que atrapalha isso de comer vendo televisão ou com o celular, porque não muda nada. É a mesma coisa. (E4)

A presença da televisão ou celular durante as refeições foi referida nos depoimentos das mães como prática recorrente em suas casas. Apesar dos adolescentes não terem sido questionados quando ao ato de comer e fazer outras atividades simultaneamente, estudos indicam que essa prática é usual no grupo referido. Portanto, comer à mesa em companhia dos pais e não realizando outras atividades ao mesmo tempo, contribuem para um bom comportamento alimentar, principalmente se realizados precoce e frequentemente (VIDEON e MANNING, 2003; FITZPATRICK, 2007).

Algumas mães acreditam que o fato dos filhos sentarem à mesa com a família, possa estimulá-los a comerem principalmente aquilo que não gostam de comer. Dessa forma, há mães que insistem para os filhos comerem à mesa, pois segundo elas, os filhos seguem os exemplos dos pais.

(...) Porque daí eu acho que ela vendo a gente comer, eu acho que ela vai sentir vontade e vai comer também. Porque eu insisto que ela fique na mesa pra ela poder ver a gente jantando, pra ela poder sentir vontade de jantar. E funciona. (E13)

Entretanto, nem sempre é possível comer em companhia e em ambiente agradável, como a literatura preconiza. A partir dos relatos de mães e adolescentes, observou-se que a configuração atual da rotina de cada familiar reflete na alimentação, inclusive, podendo dificultar a reunião da família à mesa em todas as refeições. Em estudo conduzido por RODRIGUES e FIATES (2012), foi observado em adolescentes de 7 a 10 anos, de escolas públicas e privadas de Florianópolis (SC) que os pais impunham restrições aos filhos quando estes queriam comer assistindo televisão, pois se preocupavam com a sujeira decorrente da distração dos filhos ao comerem. De acordo com a Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE), realizada em 2009, com estudantes dos 9^{os} anos do ensino fundamental, de escolas públicas e privadas de todo o país, cerca de 62,6% dos estudantes realizavam ao menos o almoço ou jantar com a mãe ou responsável, e praticamente a metade (50,9%) fazia uso da televisão ou estudava enquanto comia (LEVY *et al.*, 2010).

Em relação ao que as famílias comem, observou-se que no almoço e cafés da manhã e da tarde, frequentemente se segue um padrão para o cardápio. Em geral, o café da manhã é composto por leite acrescido de café ou achocolatado, pão com margarina ou bolacha. Alguns adolescentes apenas bebem leite pela manhã. O almoço tem por base arroz e feijão, complementados com carne (citada também como mistura), salada (geralmente de alface e tomate) e uma bebida (suco natural ou industrializado). O café da tarde apresenta pão com margarina, embutidos ou queijo; e leite, que pode ser substituído por suco natural ou industrializado. Também podem ser incluídas frutas nesse horário.

(...) Então, de manhã, o (filho) mais velho fica no Toddy e o pão ou a bolacha. A gente também come isso, eu e meu marido, só que daí de manhã eu gosto de tomar café com leite e se tiver o pão, eu como pão com margarina. (E12)

(...) A gente costuma comer no almoço arroz, feijão, carne ou alguma coisa assim, uma salada de legumes e outra de folha, que é o normal aqui de casa

é esse. Às vezes tem um macarrão, o suco... Ah, o suco meu é de Tang. Meu menino gosta de suco de laranja. Quando eu compro laranja, eu faço suco de laranja. (...) (E9)

(...) No café da tarde, a gente costuma comer um pão com manteiga e café com leite, que é o que ele (filho) gosta, ou Toddy. Biscoito, se tiver biscoitinho, ele come biscoito. Às vezes, ele pega e come uma fruta. Às vezes não quer a fruta, quer só o pão. Não é assim, não tem aquela coisa certinha, não. Mais é o pão mesmo. O pão não falta. (E9)

A Pesquisa de Orçamento Familiares (POF), realizada pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística nos anos de 2008 e 2009, apontou que os alimentos mais consumidos pelos brasileiros são arroz (84,0%), café (79,0%), feijão (72,8%), pão de sal (63,0%) e carne bovina (48,7%), destacando-se também o consumo de sucos e refrescos (39,8%), refrigerantes (23,0%) e frutas (16,0%) e hortaliças (16,0%). Entre os adolescentes, os alimentos de maior interesse são os doces, bebidas lácteas e biscoitos doces (SOUZA *et al.*, 2013).

Em relação especificamente aos adolescentes, observou-se que, apesar das mães referirem a realização de 4 refeições diárias, eles frequentemente omitiam ou ingeriam parcialmente o que era oferecido, em casa, no café da manhã. Às vezes, comem no intervalo entre as aulas o que a escola oferece ou algo providenciado pela mãe. A falta de tempo ou o desconforto gástrico foram as justificativas apresentadas para os adolescentes não comerem pela manhã. Importante destacar a dificuldade percebida pelas mães, não sendo incomum brigas e conflitos diante do comportamento dos filhos, que se mostram irredutíveis a aceitarem o pedido das mães.

De manhã ele (filho) acorda correndo, toma um toma um copinho de Nescau e vai embora pra escola. Um copo de Nescau e meio pão (...). (E11)

(...) Muito difícil ela (filha) comer antes de ir pra escola. É muito difícil. Às vezes, nossa, eu brigo pra ela tomar pelo menos um copo de leite com Toddy, alguma coisa assim. Mas nossa, é uma briga. Mas quando ela não quer, não quer, não quer. (E2)

(...) Eu sempre arrumo café pra ela, mas ela nunca toma. (...) Ela fala que passa mal se ela comer. Então, ela sai de casa sem comer nada e vem comer aqui na escola. Ela até senta um pouquinho na mesa, mas fala assim “mãe, eu preciso me arrumar”. Eu falo “então vai se arrumar”. E eu não tenho o que fazer, porque ela fala que “não, não, não e é não”. (...) Café da manhã é muito difícil ela tomar mesmo (...). (E13)

A omissão do café da manhã ou ingestão parcial de alimentos nessa refeição é prática comum entre os adolescentes, justificada pela indisponibilidade de tempo para as atividades diárias, prática de dietas restritivas sem acompanhamento profissional para perda de peso e ausência de vontade de comer no horário da manhã (GAMBARDELLA *et al.*, 1999; RAMPERSAUD *et al.*, 2005). Exceto o uso de dietas restritivas e, somando-se o desconforto gástrico, os demais fatores foram evidenciados neste estudo como as causas para os adolescentes negligenciarem o café da manhã.

Nos trechos citados anteriormente, as entrevistadas E11 e E13 ilustram dois motivos pelos quais os adolescentes alegaram não terem tempo para comer antes de sair de casa: “acordam correndo” e “precisam se arrumar”. Talvez a falta de organização ou de planejamento para as atividades triviais (acordar, tomar banho, trocar de roupa, organizar o material escolar, tomar café, arrumar o cabelo, escovar os dentes, por exemplo) antes dos filhos saírem para a escola, seja necessária, a fim de se evitar ou diminuir a omissão do café da manhã.

Estudos referem que a ingestão do café da manhã confere saciedade ao indivíduo e, conseqüentemente, limita a ingestão ao longo do dia de alimentos com alta densidade energética (UTTER *et al.*, 2007). A importância dessa refeição se estende aos benefícios relacionados ao desempenho cognitivo e físico na escola (RAMPERSAUD *et al.*, 2005). Em geral, as mães se mostraram preocupadas pelos filhos saírem de casa e não se alimentarem adequadamente, devido aos danos que poderiam ser causados à saúde deles. Outras não se importavam muito, pois sabiam que eles comeriam a comida oferecida pela escola ou até mesmo a compartilhada do colega. Diante dessa situação, há mães que sugerem ou insistem para que algo seja comido, e nem sempre são atendidas; e as que pensam tratar de uma característica da adolescência.

(...) É um hábito deles, já. Eu não sei porque ela (filha) não come. Pelo horário também que ela entra, e ela acorda cedo, dá tempo de comer alguma coisa. (...) Aí vai comer na escola. Come, mesmo às vezes que esteja ruim, alguma coisinha, ela come. Porque eu falo pra ela “não pode ficar sem comer, filha”. (E3)

Olha, eu penso que a saúde dela é o que tá valendo. E se ela ficar sem comer, ela vai ficar fraca. Pressão dela pode cair, não sei. Eu insisto bastante pra ela trazer, mas tem dia que ela não traz. Não sei se alguma colega divide alguma coisa com ela, porque tem dia que ela fica a manhã inteira sem nada mesmo (...). (E13)

Percebeu-se que algumas mães eram tolerantes em relação à recusa dos filhos a comerem pela manhã. Isso porque, quando eram adolescentes, também não se sentiam dispostas para realizarem o café da manhã. Portanto, reconhecem nos filhos a mesma dificuldade enfrentada por elas, e se compadecem, não insistindo para eles comerem especificamente no café da manhã. No trecho abaixo (E13), observa-se que em outras refeições, as mães podem até usar a chantagem como estratégia para obrigar os filhos a comerem. A E13 referiu que às vezes recorre à ameaça, como privar a filha de algo que ela goste de fazer (por exemplo, usar o celular), caso ela não coma a comida.

Ela é difícil pra comer. E não tem chantagem nessa hora da manhã, porque eu fui assim. Então eu acho que não é justo. Porque eu não tomava café também. Eu saía de casa sem comer, porque eu sentia que eu ia passar mal. Aquele café começava a embrulhar meu estômago, embrulhando, embrulhando que eu não consigo (...). (E13)

O jantar é composto por preparações iguais às do almoço, na maioria das famílias. Contudo, o cardápio pode variar em alguns dias da semana e outras preparações vigorarem, como sopas, tortas salgadas ou lanches. Os motivos apresentados para essa variação foram a facilidade no preparo e o desejo de comer algo diferente do que foi feito para o almoço, ou seja, que não incluía arroz e feijão, principalmente. Pode-se perceber, nas falas das mães, que há uma

certa obrigatoriedade ou regra em relação às preparações no almoço. Isso porque elas referem a comida servida no almoço como “certa”, “a que deve ser feita”, sendo inclusive, um pouco mais elaborada em seu preparo. Em contrapartida, as preparações do jantar seriam de fácil preparo, flexíveis, sem regras, constituindo aquilo que “dá vontade de comer”.

Aí o jantar (...) também já não é mais aquele negócio, o arroz, o feijão, a salada. É o que dá vontade, o que tá mais fácil pra mim. Pode ser às vezes até um pão com alguma coisa, um lanche, alguma coisa assim. Não é todo dia, mas também não é a comida, tipo arroz e feijão todo dia também. (E2)

(...) Não tem aquele padrão de janta, de “todo dia tem janta em casa”, não. Não tem comida certa a noite, não. (...) Não é todo dia, não. (...) Mas a gente se acomoda mesmo, eu principalmente, me acomodo nessa de ir fazendo a comida. Porque, às vezes, você faz o feijão, fica o arrozinho. Aí a noite, tem que repetir aquela mesma coisa, vamos dizer, tem que ter aquelas mesmas coisas, ou então tem que fazer algo um pouco diferente. Aí às vezes eu “ah, vamos fazer um caldinho, uma sopa, um macarrão, vamos fazer isso”, mas é esporádico. Não tem regra, não. (E6)

Em relação aos finais de semana, observou-se que a maioria das famílias apresenta cardápio diferenciado dos outros dias da semana. A possibilidade de reunir todos os membros da família ou apenas para comer algo diferente do que se come de segunda a sexta-feira, foram citados como justificativas para essa alteração. A comida pode ser preparada em casa, devido à maior disponibilidade de tempo; comprada pronta, pela facilidade; ou degustada na casa de amigos e parentes por conta da sociabilização. Essa prática não é frequente, ocorrendo em um ou dois finais de semana, a cada mês.

Olha, às vezes eu procuro fazer alguma coisinha assim, porque daí tá todo mundo em casa. É um churrasco, uma lasanha, uma feijoada, uma panqueca, um bolinho caipira, essas coisas. Porque meio de semana é tanta coisa. Agora, o final de semana é mais a comida mesmo, não tem que pensar em outras coisas. Daí já tá mais tranquilo fazer uma coisinha diferente. (...) Não é todo final de semana que eu faço uma coisa diferente (...) (E1).

Geralmente a gente come a mesma coisa que comeu na semana. A não ser quando meu marido compra uma carne já pronta no final de semana. Mas isso é no almoço, porque na janta, geralmente é pizza ou esfirra (...). Em geral, é umas duas vezes por mês que a gente pede, mas só no final de semana (...). (E12)

No trecho abaixo (E8), é possível perceber a importância afetiva dada ao final de semana, cujo reflexo do que se sente pode ser transmitido simbolicamente ao que se come. O preparo da comida não envolve apenas o “saber fazer”, mas também está permeado de sentimentos como lembrança, carinho e saudade, os quais contribuem para que a comida seja apreciada de um modo diferente, ou mais significativo.

Ah, no final de semana eu vou fazer um macarrão ou vou fazer alguma coisa assim diferente, por ser final de semana. Eu faço comida que normalmente minha mãe faria no final de semana. Que é comida mais elaboradinha um pouquinho. (...). Eu acho que o que muda no final de semana é a expectativa. Final de semana, a minha filha chega em casa, que ela estuda durante a semana em outra cidade. Então, tem toda uma expectativa que acaba sendo mais gostosa a comida (...). (E8)

O hábito de comer fora de casa não é recorrente nas famílias entrevistadas. Eventualmente, saem para comer em restaurantes, lanchonetes ou casa de parentes por conta de passeio em família, evento especial ou reunião com outros familiares. Os gastos provenientes de comer em estabelecimentos comerciais e a falta de costume com esse tipo de atividade, foram mencionados por algumas famílias como barreiras para comerem fora de casa. O sabor da comida oferecida e a preferência dos filhos foram considerados para a escolha do local.

A gente vai mesmo porque as crianças gostam. Acho que gostam porque eu gostava muito de ir também. Não sei se é por isso, sei lá. Se a gente não fosse no Mc Donald's, a gente comeria um lanche também, mas sei lá, talvez não fosse no shopping. Seria em algum outro lugar. (E2)

Quando tem alguma coisa, sim. Casa de parente, amigo, assim, sabe? Mas é muito pouco. (E3)

(...) Assim, pra restaurante, essas coisas, é mais quando tem datas comemorativas e olha lá, ainda. A gente não tem o costume de sair pra comer fora. É mais em casa mesmo. Quando dá vontade de comer alguma coisa diferente, a gente pede pizza. (E4)

(...) Mas é muito raro a gente sair também porque tá tudo caro (...) (E10)

Na fala abaixo, o sentimento saudosista ao lembrar do passado, das comidas que eram feitas pelos familiares, está presente na escolha da comida, fortalecendo inclusive o “gostar” em comer especificamente a comida do restaurante referido.

(...) A gente escolhe de ir nesse restaurante por quilo porque lá a comida é caipira, caseira, diferente, no fogão à lenha. Daí você tem aquela saudade. Então eu levo em consideração o gostar mesmo. (E10)

De acordo com dados da POF, estudo conduzido por BEZERRA *et al.* (2013), a estimativa de pessoas no Brasil que comem fora de casa é de 40%, sendo o maior percentual entre os adolescentes da região Sudeste (51%). Os alimentos mais procurados em todas as regiões brasileiras, tanto nas áreas urbana e rural, em ambos os sexos e todas as faixas etárias foram bebidas alcoólicas, salgadinhos fritos e assados, pizzas, refrigerantes e sanduíches. Esses alimentos e bebidas caracterizam-se pelo valor nutritivo inadequado, ou seja, elevada densidade energética e escassez de micronutrientes. Segundo os autores, a participação de alimentos consumidos fora do lar tem aumentado no Brasil, conforme verificou-se após comparação entre a POF de 2008-2009 e a de 2002-2003.

Em geral, os alimentos oferecidos em restaurantes e lanchonetes não oferecem valor nutritivo equilibrado, podendo comprometer a saúde dos indivíduos, causando inclusive doenças crônicas não transmissíveis (KEARNEY *et al.*, 2001). Alguns estudos apontam que a participação da mulher no mercado de trabalho, aumento da renda familiar, urbanização,

escassez de tempo e oferta de alimentos industrializados ou prontos para o consumo com preço acessível, favorecem a aquisição de alimentos fora de casa, podendo influenciar na qualidade da dieta da população brasileira (CHOU *et al.*, 2004; STEWART e YEN, 2004; BEZERRA *et al.*, 2013).

No estudo de BEZERRA *et al* (2013), foi observado que os moradores das áreas rurais do país apresentaram maior consumo médio total para alimentos tradicionais na cultura alimentar brasileira (arroz, feijão, milho, inhame e mandioca), quando comparados ao restante do país. Os autores também observaram que a prática de comer fora de casa é menos frequente na zona rural do que na urbana. Entretanto, quando tal prática ocorre, verificou-se que o perfil dos alimentos consumidos é o mesmo para o restante do país, porém, a média de consumo é menor entre os residentes no campo (BEZERRA *et al.*, 2013).

Os adolescentes disseram que gostam de sair para comer fora de casa, mas nem sempre seus pais os levam, dadas as justificativas apontadas anteriormente. Às vezes, acabam indo em companhia de outros parentes, os quais acatam mais facilmente os seus pedidos em relação ao que desejam comer. Entre os locais que costumam ir, figuram pizzarias, restaurantes e lanchonetes. Observa-se, portanto, uma tendência dos filhos à prática de uma atividade não pertencente aos costumes dos pais.

Eu gosto de ir em restaurante lá do centro. Lá eu coloco só um pouquinho de arroz e feijão e um monte de mistura. (F1)

Tem vez que eu vou no shopping, no Barril, lá na Choperia do Gordo e no Baita Burger. E no Habib's, também. (F2)

É mais ela (filha) que sai com uma prima mais velha pra comer fora. Mas é muito difícil (...). (E1)

Restaurantes que oferecem comida cuja seleção fica a critério do cliente e, o preço é proporcional ao peso da quantidade adquirida no prato, podem ser alternativas viáveis para aqueles que realizam as refeições fora de casa. Isso porque, esses restaurantes costumam apresentar variedade de alimentos e preparações que comumente fazem parte da dieta

tradicional do brasileiro. Além disso, nesses locais há maior oferta de alimentos não industrializados, permitindo ao cliente mais opções de escolha (BRASIL, 2014).

Pode ocorrer também das famílias recorrerem ao serviço de entrega de comida pronta, como pizza, esfirra ou lanche, para o jantar. Muitas vezes, por conta da rotina dos pais com atividades para além do trabalho, a organização do preparo das refeições pode ser comprometida devido à falta de tempo ou planejamento. Uma mãe referiu solicitar esse tipo de serviço pois não consegue preparar o jantar dos filhos nos dias em que tem compromisso religioso. Contudo, essa prática normalmente acontece aos finais de semana.

Ocorre também, nos lares, a compra de alimentos ou preparações (industrializados ou não) prontos para comerem, muitas vezes em substituição aos itens tradicionais utilizados no almoço ou jantar, como arroz e feijão. Segundo BEZERRA *et al.* (2013), a participação desses alimentos ou preparações vem aumentando nos últimos anos nos lares brasileiros, podendo ser entendida como alternativa prática e cômoda para algumas pessoas. Os problemas advindos dessa situação são os mesmos apresentados para aqueles que comem fora de casa, pois tratam-se de alimentos ou preparações não equilibradas nutricionalmente.

A prática de se comer fora de casa foi mais relatada pelos estudantes do que mães, pois muitas vezes, aqueles saem para comer acompanhados de avós e tios. Mesmo não referindo o hábito de comerem em restaurantes ou similares, algumas mães relataram a compra de alimentos ou preparações, prontas para serem comidas em casa, especialmente aos finais de semana. As justificativas, em geral, não versaram tanto pela praticidade, mas sim pelo sabor e por ser algo diferente do que se come no dia a dia. As famílias, quando comem em estabelecimentos comerciais, o fazem normalmente devido a uma data especial ou evento familiar, diferentemente das pesquisas que indicam a realização de refeições fora do lar dado o ritmo de vida contemporâneo dos grandes centros urbanos, o deslocamento entre residência e local de trabalho, o tempo disponível para as atividades do dia a dia e questões como preocupação com a aparência física.

Os sujeitos desta pesquisa residem em região limítrofe à zona rural de São José dos Campos (SP), caracterizada historicamente por anos de isolamento ao centro da cidade. Isso permitiu que a identidade, valores e cultura, de alguma forma fossem preservados ao longo do tempo. Um dos possíveis reflexos dessa situação na dieta das famílias entrevistadas, foi a

preferência pelo arroz e feijão, como base para o almoço e jantar, e o comer em casa, diferentemente do que se observou para a população brasileira na POF 2008-2009. Interferências advindas do contexto atual de nossa sociedade, já mencionados, parecem atuar de modo mais brando na alimentação dos pais do que na dos filhos.

O fato de realizarem o café da tarde, terem horários definidos para comer e, não terem o costume de comer fora de casa, pode estar relacionado à tradição ou cultura da população que povoou a região norte – rural e mineira –, sendo hábitos mantidos até hoje. Em algumas famílias, esses hábitos podem estar preservados apenas entre os pais, não sendo estendidos aos filhos, justamente porque estes possuem uma rotina diária que compete com a dos pais: “(...) *a gente é da roça, almoça dez horas da manhã, onze horas. Então, comer meio dia e quinze é tarde (...) (E11)*” – justificativa de uma mãe, mineira, criada na zona rural, para não esperar o filho chegar da escola para almoçarem juntos. Ou então, o hábito ainda é mantido devido à tradição familiar: “(...) *Nessa hora, os quatro ficam ali na cozinha, na mesa, porque eu acho que um pouco já vem do que os meus pais passaram, né? (E13)*”.

4.5.2 Alimentação do Adolescente na Escola

A escola participante desta pesquisa oferece, por meio do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) o café da manhã, lanche da manhã, almoço e lanche da tarde para aqueles que estudam em período integral e, duas refeições para os que estudam meio período (manhã ou tarde). De acordo com o PNAE, a alimentação escolar deve contribuir para o crescimento e desenvolvimento biopsicossocial, aprendizagem, rendimento escolar e a formação de práticas alimentares saudáveis dos estudantes. Para isso, as refeições devem estar adequadas nutricionalmente para atender o bom crescimento e desenvolvimento de crianças e adolescentes no período letivo, e ações de educação alimentar e nutricional no ambiente escolar devem ser realizadas (BRASIL, 2009).

Em relação ao que os adolescentes comem no intervalo das aulas, eles podem trazer lanche de casa, comer a alimentação escolar ou comprar na cantina. Em geral, observou-se uma

tendência, em cada família, relativa a um determinado comportamento sobre esse tema. Conforme já mencionado, é comum entre os estudantes a omissão ou ingestão parcial do café da manhã em casa e, normalmente, as mães preferem que os filhos comam a comida oferecida pela escola ou algum alimento providenciado de casa para suprirem o que não comeram em casa.

Na escola, ela (filha) come. Come, mesmo às vezes que tá ruim, alguma coisinha ela come. Porque eu falo pra ela “não pode ficar sem comer, filha, nada, nada, nada”. De casa, ela não leva. Quando eu insisto, porque tem às vezes uma banana, uma fruta, uma bolacha, mas não é dela levar. (E3)

Em relação aos alimentos vendidos na cantina, nenhuma mãe os considera saudáveis, mas a compra é permitida por elas esporadicamente. São comprados quando há recurso financeiro disponível ou quando os filhos não comem a comida da escola ou algo trazido de casa.

(...) Eu não costumo dar dinheiro pra ela levar na escola, porque nem sempre eu tenho (...). (E3)

Quando eu não tomo café em casa, aí minha mãe dá dinheiro pra mim trazer pra escola, aí eu compro as coisas. (F1)

A entrevistada (E10) referiu preferir que a filha coma em casa antes de ir para a escola ao invés dela comprar algo na cantina. Porém, o pai, sentindo-se piedoso pelo fato da filha não ter comido pela manhã, lhe oferece dinheiro como forma de atenuar a situação, sobressaindo-se o componente emocional em relação à racionalidade.

(...) Mas ela não leva dinheiro todo dia pra escola. Mas, às vezes, o meu marido fica com dó e dá dinheiro pra ela comer um pão de queijo, alguma coisa. Mas não é todo dia, não (...). (E10)

Entretanto, se pudessem escolher o que gostariam de comer na escola, os estudantes citaram os alimentos vendidos na cantina ou algo providenciado de casa: “*Comer em casa. A comida da minha casa é muito, muito melhor. (F1)*”, “*Eu prefiro comprar da cantina. (M5)*”. Muitos pais, conforme referido, não são favoráveis aos alimentos vendidos na cantina por terem alta densidade energética.

Mas eu já cheguei a ver, eu já até mesmo já comprei um (hamburgão) pra experimentar. Ai, eu não sei. Eu acho que tem muitas coisas, porque é o pão, o hambúrguer e o queijo. É muito gorduroso. (E7)

Pensam que outros tipos de alimentos poderiam ser ofertados, como lanches feitos com pão integral, por exemplo. A irmã de um adolescente, que estava presente na entrevista com a mãe, opinou que a cantina é atraente aos olhos dos estudantes, pois a escola, às vezes, oferece no horário do intervalo da manhã (10 horas e 20 minutos) refeição a base de arroz e feijão, não despertando interesse nos estudantes devido ao horário em que é servida.

Aqueles hambúrgueres, aqueles negócios da escola lá, que eu acho que muita coisa ali nem deveria ter. Eu acho assim, se tá vendendo, a criança vai lá e compra mesmo. (...) Se tem lá vendendo besteira, tá incentivando a criança a comer. E aí, a escola dá arroz e feijão de manhã, quem come? A gente não come. Eu não consigo comer comida de manhã. (irmã - E11)

No relato abaixo (E3), é possível observar que o descontentamento de algumas mães sobre os alimentos vendidos na cantina pode ser amenizado por meio da mobilização dos pais para proporem melhorias quanto à alimentação dos filhos na escola, especificamente, a oferecida pela cantina. Entretanto, pode-se perceber que é pequena a participação dos pais na comunidade escolar, sendo poucos os que se interessam em atuar paralelamente à escola em questões relacionadas aos filhos.

Só que eu acho que aquela cantina é muita coisa que nada a ver. Eles tinham que fazer uns lanches mais naturais. (...) A professora falou que a gente consegue tirar aquela cantina dali, porque não tem nada que presta. Açaí,

sorvete, um hamburgão enorme. É uma coisa nada a ver. Mas é complicado, não adianta eu querer? A gente tem que ter mais pais que queiram isso. (E3)

As mães consideram a alimentação do PNAE “balanceada”, equilibrada nutricionalmente, e se sentem seguras dos filhos a receberem por ser “controlada”, supervisionada por nutricionista. Elas não referiram qualquer conhecimento sobre o PNAE, mas o fato de saberem que há um profissional da área responsável pela alimentação escolar, permitiu que se sentissem seguras sobre a comida oferecida na escola. Além disso, as mães são favoráveis à alimentação escolar por ser um facilitador de tempo e de criatividade. De acordo com o PNAE, os cardápios devem ser elaborados limitando-se a oferta e consumo de alimentos processados com alta densidade energética e baixo valor nutricional (FUNDO NACIONAL DE DESENVOLVIMENTO DA EDUCAÇÃO, 2016).

(...) Por que é prático pra gente também, que não tem aquela preocupação de ter que fazer, não tem que variar muito o cardápio. Lá eu sei que o cardápio é variado, tem nutricionista, é toda uma comida boa, baseada assim, no bem-estar mesmo da criança, na alimentação. (E6)

Mas pelo o que ele me diz, está dentro do que é esperado pra um café da manhã, simples mas com tudo que precisa. (E8)

Mas é porque lá na escola faz coisa controlada, é balanceada. (E9)

Entretanto, vários adolescentes não gostam de comer a alimentação escolar pelo seu sabor ou textura. São poucos os que a comem sem reclamações. Importante destacar que o estudo de intervenção realizado por OLIVEIRA (2015) foi feito em 2014, e os adolescentes estavam no sétimo ano em período integral, sendo a única opção para o almoço, a comida oferecida pela escola. Portanto, os estudantes tinham a opção de não comer o lanche da manhã, servido no intervalo da manhã e, assim, comer algo na cantina ou feito em casa. Já o almoço, muitos comiam mesmo não gostando por ser a única opção, ou, em alguns casos, ficavam sem comer. Nos trechos abaixo, os adolescentes manifestam obrigatoriedade e desagrado em relação à comida do PNAE.

Eu sou obrigada a almoçar aqui, ou então nem almoçava. (F2)

Às vezes o arroz tá duro. O arroz tá duro. O feijão, então, aguado. (F1)

Para a elaboração dos cardápios, segundo o PNAE, o nutricionista deve considerar a cultura, tradições e os hábitos alimentares saudáveis dos estudantes, atendendo as necessidades nutricionais de acordo com a idade e estado de saúde; o horário em que é servida a alimentação e o alimento adequado a cada tipo de refeição; e os aspectos sensoriais, como cor, sabor, textura, combinação de alimentos e técnicas de preparo (FUNDO NACIONAL DE DESENVOLVIMENTO DA EDUCAÇÃO, 2016). De acordo com os relatos de mães e adolescentes, o horário das refeições não era coerente com o que os adolescentes estavam acostumados a comer. Portanto, percebe-se que há um hiato entre o que preconiza a legislação e sua aplicabilidade no ambiente escolar.

(...) Ela (filha) fala assim “eu não vou comer, deram ‘comida’ na escola, eu vou comer comida de manhã? Eu não quero comer comida”. Por que às vezes, às vezes ela fala que dão comida de manhã. (E2)

A maioria das mães e adolescentes opinou negativamente sobre a alimentação escolar, seja pelo sabor desagradável ou pela incoerência entre horário e tipo de alimento servido para cada refeição. Diante de tantas reclamações, a coordenação da escola criou um veículo de comunicação entre pais, estudantes e a escola. Trata-se de uma “comissão do refeitório”, em que pais e estudantes são convidados a opinarem sobre a alimentação oferecida pelo PNAE. O intuito da comissão é promover melhoria na aceitabilidade da comida servida em todas as refeições por meio de informes à Secretaria de Educação do município.

Outro meio de participação dos pais no que se refere a alimentação dos filhos na escola, o Conselho de Alimentação Escolar (CAE), órgão fiscalizador, presente em nível federal, estadual e municipal, que visa à efetivação do PNAE, propõe-se à articulação entre representantes de poder executivo, profissionais da educação, estudantes, pais e sociedade civil (KLEBA et al., 2010). Além de fiscalizar a execução do PNAE, o CAE também deve garantir

a qualidade sanitária e aceitabilidade dos alimentos pelos estudantes (BELIK, 2009). Entre as entrevistadas, não houve nenhuma que participasse ou conhecesse o CAE.

A cantina escolar poderia ser uma opção, dentro da escola, para o consumo de alimentos pelos adolescentes, porém, todos os alimentos ou preparações ofertados apresentam alta densidade energética. O mesmo ocorre em outras cantinas escolares, fato que não favorece a prática de bons hábitos alimentares (SANTOS *et al.*, 2007). Outras propostas de alimentos aos estudantes podem ser encontradas dentro da própria escola deste estudo, com a venda realizada pelas mães dos estudantes, ou em frente à escola em pequeno comércio que permanece aberto somente nos horários de entrada e saída dos estudantes. A venda desses alimentos, com perfil nutricional idêntico ao relatado para os alimentos comercializados pela cantina, pode comprometer ações de educação alimentar e nutricional desenvolvidas na escola. Isso porque, tais alimentos competem com a alimentação oferecida pelo PNAE, dificultando a promoção da alimentação adequada para os adolescentes (GABRIEL *et al.*, 2009).

Entre os alimentos que os adolescentes preferem comprar na cantina estão refrigerante, doce (paçoquinha, Cremosinho e bolo, por exemplo) e salgados assados (hamburgão, por exemplo) e salgadinhos de pacote. Quando trazem algo de casa, costumam escolher fruta (eventualmente), bolacha, salgadinho de pacote, bolo ou pão com embutidos.

(cantina) Compro pastel de frango. (...) Ai, depois eu compro paçoquinha, geladão, essas coisas. (F2)

(casa) Eu trago salgadinho, bolacha. Tem vez que eu trago pãozinho com presunto e queijo. Às vezes eu trago um potinho com manga. (F2)

A escolha do que será levado para a escola pode ser feita pelas mães ou adolescentes, que costumam optar entre algo preparado em casa ou industrializado. Algumas mães se preocupam em preparar o lanche dos filhos, mesmo que a escolha dos alimentos não agrade aos filhos, como no trecho do adolescente do grupo focal M4.

(casa) (...) Mas sempre mando lanchinho pra ela, uma fruta, uma maçã com banana, ou é uma maçã com uma barrinha de cereal. (...) Às vezes eu faço um bolo, ela leva um pedaço de bolo. (E14)

Eu faço. Eu faço sozinha (meu lanche). Eu escolho o que vou trazer. (F2)

Às vezes eu que faço o meu lanche porque a minha mãe... Só vem verdura. (M4)

A respeito do que os filhos comem na escola (cantina, alimentação escolar ou algo providenciado de casa) e possíveis interferências no que se come em casa, a maioria das mães não percebeu problemas. Algumas delas consideram a alimentação escolar como complemento à alimentação oferecida em casa, especialmente nos casos em que o adolescente omite alguma refeição, conforme já foi visto. Porém, uma delas referiu que, se o filho comer no intervalo da manhã um prato com arroz, feijão, carne e salada, poderá interferir em sua saciedade no almoço em casa. Consequentemente, ele não almoçará e, durante a tarde, “beliscará” (comerá pequenas porções de alimentos, por exemplo, bolacha), interferindo novamente em sua saciedade e posterior recusa em comer no jantar.

(...) Porque tem dias que ele chega em casa, nem quer comer. Ele não quer almoçar. Daí eu pergunto “porquê?”, ele fala “hoje deu arroz”. (...) Então, aí ele fala que come aqui na escola e nem quer comer em casa. Eu acho que interfere sim no que ele vai comer em casa. É ruim pra ele, porque depois ele quer comer fora de hora, vai comendo de picadinho. Eu não gosto disso, porque depois, chega na hora de jantar, não quer comer. Acho que é ruim, numa parte, até que aqui se alimentam bem, mas por outro lado... Mesmo ele comendo bem a comida de casa, o dia que dão comida aqui na escola, ele começa a beliscar e não come direito. Não é porque ele não gosta da comida, é porque ele já tá satisfeito, né? (E7)

Os adolescentes, portanto, preferem comprar na cantina ou trazer algo de casa para comerem no intervalo entre as aulas, do que comerem a alimentação oferecida pelo PNAE. Haja

vista que a alimentação do PNAE segue recomendações nutricionais adequadas para o público, diferentemente das outras possibilidades de escolha. É preciso considerar também que cerca de 30% da necessidade energética diária provém de alimentos vendidos em cantinas ou oferecidos pelo PNAE (ABREU *et al.*, 2004). Assim, garantir a oferta de alimentos que assegurem boas práticas alimentares pelos estudantes, é papel da escola e dos pais, pois segundo AMORIM *et al.* (2012), a escola e a cantina devem propiciar espaços para disseminação do conhecimento, atitudes e práticas promotoras da alimentação adequada, afim de influenciar o comportamento alimentar dos estudantes (AMORIM *et al.*, 2012).

Especificamente sobre a alimentação escolar, os adolescentes a rejeitam devido ao sabor e textura. Alguns aceitam o que a escola oferece por falta de dinheiro para comprar na cantina ou por não terem trazido algo de casa. As mães confiam nos benefícios da alimentação do PNAE para os filhos, e inclusive declararam ser facilitadora em sua rotina diária, pois não precisam se preocupar com a comida dos filhos no período letivo. Do mesmo modo, os critérios para escolha dos alimentos trazidos de casa também corroboram para facilitar a rotina da mãe. Alimentos industrializados como bolacha e salgadinho de pacote não necessitam preparo, sendo práticos e viáveis dentro da rotina doméstica. Além do preço ser fator estimulante para o acesso a esses produtos. Percebe-se, portanto, uma analogia entre o que as mães consideram e praticam: se mostram preocupadas com a saúde dos filhos, porém, as exigências da sociedade atual as impedem de agirem como gostariam.

Ações de promoção da alimentação saudável são realizadas na escola por iniciativa de alguns professores. De acordo com seus relatos (a partir de conversar informais durante a observação do campo de estudo), a maioria não se sente capacitada para desenvolver o tema com os estudantes. Em geral, acreditam não possuírem informação suficiente ou correta sobre alimentação e nutrição, alegando que a presença de um nutricionista em sala de aula seria o ideal. Outro motivo alegado foi a indisponibilidade de tempo, dado que já realizam outras atividades na escola. O fato dos professores considerarem somente os pais como responsáveis nesse processo de educação sobre alimentação e nutrição, os distancia também do envolvimento dessa questão no ambiente escolar.

Contudo, alguns professores se sentem motivados, pois percebem a importância do tema no cotidiano dos alunos, haja vista as observações que os próprios fazem a respeito do que os estudantes comem e o impacto no estado nutricional. Entre as ações de alimentação e nutrição

preconizadas pelo PNAE na escola, está a realização de ações de educação alimentar e nutricional, articuladas com a coordenação pedagógica (FUNDO NACIONAL DE DESENVOLVIMENTO DA EDUCAÇÃO, 2016). No entanto, observou-se na escola apenas a realização de atividades isoladas, por iniciativa de poucos professores sensibilizados com a questão.

TORAL *et al.* (2009) refere que iniciativas na escola relacionadas à alimentação e nutrição são escassas, demonstrando que nem sempre o respaldo da legislação garante a execução de ações. Para garantir êxito em ações estratégicas no ambiente escolar, deve-se considerar durante todo o seu processo de desenvolvimento, percepções, crenças e comportamentos individuais e coletivos relacionados ao tema e ao contexto em que vivem os envolvidos.

4.5.3 O Cenário das Compras de Alimentos

O processo de compras de alimentos envolve variáveis relacionadas à escolha do local e do alimento que será comprado. Questões econômicas, culturais, sociais e demográficas podem ser citadas como condicionantes, as quais estão interligadas (OLIVEIRA e THEBAUD-MONY, 1998). Neste estudo, verificou-se que a maioria das mães prefere comprar alimentos em açougues, supermercados e quitandas ou feiras livres. Dependendo do alimento, diferentes critérios para seleção do local de compra, e do próprio alimento, são estabelecidos.

As carnes são preferencialmente compradas em açougues da região, pois segundo as mães, esses estabelecimentos oferecem um produto com qualidade superior ao vendido em supermercados, mesmo que o preço não seja menor. A periodicidade das compras é diária ou semanalmente, uma vez que evitam o armazenamento do produto sob congelamento, a fim de não prejudicar o seu frescor. Também foram mencionados o costume de comprar sempre no mesmo local, o conhecimento da procedência do alimento e as condições de higiene do estabelecimento comercial como critérios para a compra.

A carne eu compro todos os dias. Eu vou lá de manhã, compro já pro almoço e pra janta. Carne eu nunca compro lá (supermercado), só no açougue aqui mesmo do bairro. (...) A carne eu compro no açougue porque é mais fresca, o sabor é outro. (E5)

O açougue a gente compra em Santana. (...) Eu acho que a carne a gente tem que comprar na hora que a gente vai fazer. (...) Não pode você comprar hoje pra fazer daqui um mês. Mesmo estando congelada, eu não faço. Então, toda semana vou pro açougue. (E13)

(...) E a carne a gente compra aqui, acho que é por ser acostumado a comprar num lugar que você vê que é limpinho, tem higiene, seja isso. Pra mim é isso. Comprar aqui no bairro até que não é mais barato, porque em outros lugares sairia mais barato. (...) Eu já tentei ir em outros lugares, mas... Acho que é porque a gente já conhece o lugar, nem tanto pelo preço. (E7)

As compras de hortaliças e frutas são feitas em feiras livres ou estabelecimentos do bairro denominados hortifrútiis ou quitandas. A escolha pelas quitandas ou feiras livres se dá pela qualidade do produto e pela variedade que oferecem, diferentemente dos supermercados. O preço, muitas vezes, não é fator decisivo, embora duas entrevistadas tenham referido comprar em supermercados devido ao menor preço. A compra tem frequência diária ou semanal, pois são alimentos que também devem ser consumidos frescos, como as carnes. As quitandas e hortifrútiis também são uma opção às feiras livres, dado o seu funcionamento e localização próxima as residências. É possível perceber nas falas abaixo, que a feira é também local para socialização da família, ou seja, algumas famílias relataram que além das compras, costumam comer pastel e beber caldo de cana, promovendo um espaço para a família conversar.

(...) Verdura, legumes, algumas coisas eu comprava no Atacadão, mas lá nunca é bom pra comprar essas coisas. Agora, ultimamente, a gente tá comprando muito aqui numa quitanda, perto do ponto de ônibus. (...) Compra fruta, verdura... Compra na quitanda que é melhor, tá mais bonita. O preço deles é mais caro, mas só que tá bonita, vai render, vai durar mais dias. Não adianta comprar o barato e apodrecer tudo durante a semana. (E4)

(...) A gente gosta de ir pra feira, aproveita pra comer pastel, acha as coisas mais frescas, tem mais opção, e são mais bonitos também. (...) Na feira também tão caríssimas as coisas, mas você tem mais opção, de um mais caro pra um mais ou menos. Você tem como escolher melhor. Eu pego um produto um pouco mais barato, que não tá muito feio, que dá pra escolher. (...) algumas verduras que faltam, alguma fruta que eu pego (no mercadinho). É, fica fácil. Eu vou e pego. (E6)

A gente compra na feira porque eu acho que ela é mais natural. Eu acho que no supermercado, eu acho que, aquele negócio fica lá. (...) Toda quinta-feira eu já vou. Ou na quarta agora, que tem a noite perto do Parque da Cidade. Acho que essas coisas têm que ser frescas pra poder comer. Ficar ali mole, não vai também. (E13)

Poucas mães preferem comprar hortaliças e frutas no supermercado devido ao preço menor que na feira. Nesse caso, a qualidade não é limitante para a aquisição, prevalecendo também a praticidade, pois aproveitam o mesmo local para comprar todos os alimentos que necessitam.

Geralmente, às vezes quando eu faço compra lá no (supermercado) Piratininga, eu já compro também frutas, verduras... E também no Piratininga, dia de quarta, é a Quarta Verde, que os preços são mais acessíveis. (E12)

A compra de gêneros não perecíveis e alimentos refrigerados ocorre nos supermercados varejistas ou atacadistas, mensalmente. Diferentemente das frutas, hortaliças e carnes, a qualidade não é critério preponderante para a escolha da compra nesses locais, e sim, o preço. Localização, costume de comprar no mesmo lugar, possibilidade de entrega da compra na residência e formas de pagamento, também foram critérios considerados relevantes na decisão do local de compra. Tais critérios predominaram, em poucos casos, sobre o preço. Estabelecimentos menores de venda de alimentos, denominados ‘mercadinhos’, foram citados como opção para reposição de alimentos, enquanto a compra mensal não é refeita.

A compra do mês eu faço no Cooperhodia. Agora assim, tem uma coisinha que acaba (...) eu dou uma corrida no mercadinho daqui mesmo. Tem o Tenda também, eu já fui. É bem mais em conta, mas eles não fazem entrega. Eu trabalho com cheque do meu marido e dependo da data que vai cair a aposentadoria dele pra ir. E às vezes não bate. Por isso que eu não vou lá no Tenda, porque seria bem mais em conta. (E1)

Agora pra fazer a compra, aí eu vou no Atacadão, que já é um mercado bem maior e a gente acaba comprando a mais pra aproveitar as promoções, que aí vem em fardo fechado e o preço sai mais barato. (...) Eu acho que seria o preço, mesmo. Se for ver a qualidade, que nem pro arroz e feijão, por exemplo, dá no mesmo, acho que não interfere muito onde compra. (E2)

(...) A gente costuma ir na Coop. (...) O arroz, o feijão, é tudo comprado lá. (...) A gente compra porque é aqui próximo, acaba a gente ficando muito acomodado. Lá não é o melhor preço, mas acaba indo porque é perto. (E10)

As carnes, hortaliças e frutas costumam ser compradas devido à qualidade do produto oferecido pelo local, e usualmente, este é próximo às suas residências. Nesse caso, o preço não é considerado como fator limitante para a compra. O supermercado foi mencionado pela maioria das mães como o local mais acessível economicamente para compra de alimentos não perecíveis e refrigerados (lácteos e derivados). A qualidade e a localização também não foram fatores determinantes para a compra em supermercados.

Conforme foi verificado, há uma tendência a valorização do comércio regional pelas entrevistadas, fato que pode ser explicado devido as características socioculturais da região em que habitam e pelo hábito de sempre comprarem nos mesmos locais. OLIVEIRA e THEBAUD-MONY (1998) realizaram estudo na cidade de São Paulo com três populações socioeconômicas distintas, e verificaram que o supermercado foi o principal local de compra de alimentos. Já as feiras livres foram mais procuradas pelo grupo de menor poder aquisitivo, pois são locais onde se pode comprar em pequenas quantidades, pagando-se menos. Observaram também que a proximidade da residência ao local de compra e formas de pagamento, foram condicionantes para as compras.

Em pesquisa realizada por OLIVEIRA *et al.* (2005), na cidade de Ouro Preto (MG), os entrevistados referiram comprar alimentos frequentemente em supermercados, açougues, padarias e quitandas, ao invés de “mercadinhos”, feiras livres e sacolões. Nesse estudo, os autores observaram que o preço determinava a escolha dos alimentos e dos estabelecimentos para a maioria dos entrevistados. Itens como higiene do local, entrega em domicílio e qualidade do lugar foram critérios também citados. Já os principais critérios para escolha dos alimentos foram o preço e qualidade, seguidos de preocupação com a saúde, valor nutricional e hábito alimentar.

Na maioria das famílias, a mulher é responsável pela compra de hortaliças, frutas e carnes, salvo raras exceções. Em relação à ida ao supermercado, por vezes é acompanhada do marido ou filhos. Os maridos, quando participam, atuam como auxiliares (conduzindo o carrinho de compras ou ajudando a escolher os produtos), como pagadores (no caso das famílias em que a renda mensal provém apenas do marido) ou como responsáveis pela realização da compra.

Ele (marido) vai junto ou eu vou sozinha no supermercado. Feira e açougue é mais eu mesma que vou sozinha (...). (E2)

Meu marido costuma comprar a comida, fazer feira. Ele gosta, porque ele fala que eu fico olhando coisa que não tem nada a ver, não foco no que precisa. (...) Eu vou às vezes, mas ele é muito rápido pra pensar, pra fazer as coisas, então, ele prefere ir. Às vezes ele vai fazer compra no dia que eu tô indo trabalhar, daí não tem como eu ir (...). (E6)

A diferenciação entre o papel do homem e da mulher, por parte das mães, foi observada nos discursos. Para elas, cabe ao homem ser o responsável pela renda familiar da casa e pagamento das contas e despesas (luz, água, aluguel, compra de alimentos, por exemplo). E a mulher deve se responsabilizar pelas tarefas domésticas (limpar a casa, cozinhar, lavar roupa, por exemplo) e cuidar dos filhos. Uma entrevistada referiu que não costuma realizar a compra no supermercado por sentir-se inábil para tal atividade. Entretanto, ela reconhece que fazer as compras da casa deveria ser tarefa da mulher, e não do marido: “É ele que pega tudo. Nessa hora ele é a mulher da casa. (...). Ele faz a compra sozinho, tranquilo. Eu não faço sozinha. Eu

não sei fazer de jeito nenhum (...). (E4)”. A ideia de que o marido deve ser o provedor financeiro da casa, pode ser identificada nesse trecho: “(...) Então é o seguinte, quando ele (marido) vê que tá acabando alguma coisa e eu não tiver dinheiro, ele tem que dar os pulos dele, ele é o homem. (E5)”. A mesma mãe (E5) reitera o estereótipo de que o homem não teria afinidade (ou disposição) para algumas tarefas domésticas como ela própria tem, sendo o responsável por algumas tarefas somente quando a mulher não pode atuar: “(...) Mas quem vai mais comprar, sou eu. Meu marido não gosta, ele não tem paciência. (...) Mas se eu pedir, ele vai lá e traz, se não tiver jeito de eu ir buscar. (...) Ele não esquentava muito a cabeça de ficar trazendo (comida) pra casa, não. (E5)”.

Ainda sobre a participação do marido nas compras, nota-se muitas vezes que a escolha dos alimentos a serem comprados depende do consentimento ou autorização do responsável pelo pagamento. A maioria das mães não tinha emprego fixo, sendo dependente do marido financeiramente. O fato da mulher não ter sua própria renda financeira, a limita em relação a sua participação na decisão de qual alimento comprar. No trecho a seguir, a mãe não exercia atividade remunerada. Seu marido é dono de um “mercadinho” no bairro em que moram, e ela realiza tarefas domésticas e cuida dos filhos. Segundo essa mãe, a compra dos alimentos é baseada nas preferências daquele que paga pela compra: “(...) Mas como ele (marido) que dá o dinheiro, tem que comprar o que a pessoa quer, né? Aí quando é meu dinheiro, eu compro o que eu quero. (E9)”. E mesmo quando ela (E9) precisa de algum alimento do “mercadinho” do marido, ele impõe restrições como “pegar somente o que precisa pra fazer a comida (do almoço e jantar, por exemplo)”, justificando que não se deve gastar de modo desnecessário.

No próximo trecho, é possível perceber a ausência de autonomia em outra mãe durante a escolha dos alimentos, ficando àquele que paga a conta, a decisão final do que será levado para casa. Essa mãe também tem uma rotina de atividades relacionados à casa e aos filhos, sendo dependente do marido financeiramente para todas suas necessidades.

(...) Às vezes tenho liberdade pra escolher o que quero. Às vezes, meu marido já fala “não, não vai pegar”, e pronto, acabou. Às vezes meu filho fala “mãe, traz uma coisinha diferente”. Aí, às vezes eu trago, mas é difícil também. (...) E meu marido fala assim “vamos até um limite pra não ultrapassar”. Ele corta por causa do limite do cartão. (E13)

A entrevistada, cujo trecho abaixo (E14) explicita certa autonomia durante a compra de alimentos, trabalha como cabelereira em salão próprio, contribuindo financeiramente para as despesas da casa. De acordo com ela, o marido participa da compra de alimentos auxiliando na escolha dos produtos. Ela, às vezes, aceita a sugestão. Nessa família, cada integrante (mãe, pai e filha) tem a liberdade de escolher o que deseja comprar no supermercado, e o fator financeiro não interfere no que será levado para a casa.

Quando a gente tá fazendo a compra, sou eu (mãe) que decido o que comprar na maioria das vezes. Meu marido vai junto, mas sou eu que pego as coisas, eu que vou pegando. Na hora de pagar, os dois pagam, eu e meu marido. (E14)

Quando trata-se de filhos e compras de alimentos, a maioria das mães revelou que há o interesse deles em participar no intuito dos pais comprarem algo que desejam. Os filhos também costumam auxiliar os pais durante a compra, seja escolhendo e retirando os produtos da prateleira, observando a qualidade, preço e validade ou conduzindo o carrinho. Demonstram, portanto, interesse para além da obtenção de alimentos, podendo ser inclusive, um momento de aprendizado para os adolescentes.

Eu vou por causa de comida, mesmo. Porque senão, o meu pai não compra bolacha pra mim, nem bala. (M4)

Quando ela (filha) ia, ela ajudava, sabia fazer compra igual eu. Ela chega lá, sabe olhar qualidade, preço, sabe olhar tudo. Ela sabe as marcas que eu gosto, ela pega tudo igual eu pego (...). (E5)

Ele (filho) participa da compra, vai perguntando o que é, porque que a gente não tá comprando, e vai junto. Vai colocando no carrinho o que a gente pede, isso aí. (E8)

Algumas mães relataram que por serem adolescentes, os filhos já não se interessavam tanto pela ida às compras, diferentemente de quando eram crianças. Possivelmente, os

interesses nessa fase da vida são diferentes de quando tinham idade menor. Importante ressaltar, conforme será visto adiante, que alguns adolescentes não manifestam interesse em acompanhar os pais às compras, entretanto, solicitam e cobram dos pais para que tragam determinados alimentos.

Quem vai só mesmo é a menina. Às vezes ele (filho do meio) vai também, eu convido, mas, assim, como já tá adolescente, acho que não se preocupa muito em querer ir junto, não. Mas eu convido de vez em quando e ele vai. (E7)

Ia quando era pequenininha, agora não vai mais. (...) Ela ia e ajudava a gente a fazer compra, mas agora não quer. Desde os onze anos mais ou menos ela não vai mais com a gente. (E10)

Outro motivo pelo qual os adolescentes não participam das compras é determinado pelos próprios pais, e não por eles. Em geral, a recusa se dá devido aos filhos insistirem para que seja comprado aquilo que o filho deseja. Como alguns pais não toleram esse comportamento, acabam proibindo a companhia dos filhos, ou os próprios já não se interessam mais por saberem que não obterão aquilo que queriam. Tal situação, como pode ser observada na fala da adolescente (F1), pode ser permeada por conflito, gerando às vezes briga, devido ao incômodo causado aos pais pelo comportamento da filha.

Ela (filha) ia, mas de uns meses pra cá, não quer ir mais, não. (...) Então, hoje em dia ela não vai porque ela quer comprar só as bobearas dela e eu ando cortando. (E5)

Às vezes minha mãe não deixa porque eu também fico pedindo muita coisa pra ela, e ela fica brava comigo. (F1)

Independente da ida ou não dos filhos às compras, estes acabam solicitando aos pais para trazerem alimentos de sua preferência, como sobremesa e bebida lácteas, refrigerante, salgadinho de pacote, bolacha, chocolate e bala, os quais são considerados pelos adolescentes como “besteiras”: “Bala, chocolate, salgadinho, cereal (açucarado), bolacha, refrigerante,

suco. Só besteira mesmo. (M4)”. Há aqueles que também solicitam fruta, não considerada como “besteira”, e sim um “alimento saudável”, pelos adolescentes: “Ah, eu gosto de comprar as frutas, mas às vezes eu compro com meu irmão Sucrilhos (...) (M5)”. A postura dos pais pode variar diante do desejo dos filhos, havendo aqueles que cedem sem impor limite “Eu faço toda vez compra com a minha mãe. Eu vou e trago bastante coisa. (M4)”, e aqueles que impõem restrições.

No trecho da fala da entrevistada E2, o preço do alimento solicitado, pela filha pode ser um fator impeditivo para a compra. Entretanto, percebe-se em sua fala a tentativa de se estabelecer controle aos pedidos da filha, porém, nem sempre mantém sua decisão em não comprar. No trecho seguinte (E6), nota-se que o pai também oscila entre limitar e permitir ao filho que obtenha o alimento solicitado.

Às vezes salgadinho ela quer, aí salgadinho eu já dou uma brecada, porque eu não gosto daquele negócio fedido. É, mas ela pede. É, Toddynho é coisa que ela gosta demais, ela pede, a gente compra. (...) Às vezes a gente compra, porque que não é sempre que ela vai, e não sendo alguma coisa que saia totalmente fora (do orçamento), a gente acaba comprando sim. (E2)

Ah, às vezes “pai, posso pegar isso?”, daí o pai às vezes fala “não, não pode filho, hoje não dá, não pega”. Não é todo dia. Mas tem dias que ele (marido) libera “vai, escolhe um chocolate aí, pega um chocolate”, e ele (filho) pega. (...) Ele não é muito de ficar pedindo não, mas vira e mexe ele pede. Meu marido, de vez em quando, compra e deixa aí (...). (E6)

Acordos preestabelecidos entre pais e filhos também foram citados pelas mães como um meio para atender ambas as partes. Porém, algumas mães disseram que os acordos eram mais fáceis de serem cumpridos, pelos filhos, quando crianças. Na fala abaixo, o acordo versava entre a filha escolher apenas um alimento, não sendo possível a compra de um segundo item. A mesma mãe demonstra que quando a filha tinha idade menor, respeitava o acordo, diferentemente do que ocorre atualmente. A filha, diante de sua insatisfação com a atitude da mãe, sente-se revoltada ou indignada.

Então, desde pequenininha, como ela sempre ia com a gente, ela sempre pedia as coisas. Aí o que eu fazia? Ou era uma ou era outra. (...) Então, a gente sempre ensinou isso e ela entendia. Agora é mais difícil, porque quer pegar e eu não deixo. (...) Ela pede e daí eu falo que não. E fica lá com o biccão lá, entendeu? (...). (E10)

No trecho da fala da entrevistada E4, observa-se que o limite estabelecido pelos pais também tem relação com o preço do alimento solicitado pela filha e o dinheiro disponível pelos pais para a compra dos alimentos para a família. Essa mãe referiu que o acordo foi estabelecido a partir do momento que percebeu-se o impacto da “comprinha” da filha no valor final da compra no supermercado. A partir desse momento, a mãe começou a limitar os pedidos da filha, a qual aceitou sem discussão.

(...) Ela, quando era menorzinha, gostava de fazer a comprinha dela. Daí não. Epa, daí era acordo, imagina? Se fosse deixar pegar tudo o que queria, tá lascado. A compra já fica um absurdo de caro. A gente falava pra ela “tem que ser um desses daí, alguma coisa desses daí” (...). E4

A entrevistada E8, referiu que sempre foi estabelecido um limite ao filho durante as compras. Segundo relato dessa mãe, quando o filho começou a ir ao supermercado com os pais, demonstrou tamanha excitação na variedade de alimentos expostos, que sua reação foi pedir tudo o que lhe interessava. Então, o pai conversou com o filho e disse que ele poderia escolher apenas um item, independentemente do preço. O acordo foi aceito e atualmente é praticado de forma harmoniosa. O único problema, relatado pela mãe, é a indecisão do filho em escolher o que mais lhe agrada.

(...) Ele pede pra comprar alguma coisa pra ele, alguma guloseima. Aí o pai dele fala que ele pode escolher uma. Ele vai ver o que ele quer. Às vezes ele tá lá “não, eu acho que eu quero outra coisa”. Vai e volta lá, e vai procurar o que ele quer. Porque o pai também não estipula nem o preço. É uma. Ele tem lá o universo. (E8)

Porém, no relato abaixo (E11), percebe-se a ausência de restrições ao filho durante as compras. Para a entrevistada, as crianças (o filho é adolescente mas ela se referiu a ele como criança) devem comer as “besteiras” (doce, refrigerante, salgadinho de pacote, por exemplo), pois fazem parte do universo delas. Essa mãe tem um poder aquisitivo diferenciado das demais, atuando como empresária do setor de construção civil, e o marido é aposentado. Ambos contribuem para a renda familiar, porém a parte dela é maior. Assim, o preço dos alimentos não é fator limitante nessa família, apesar dela referir que o filho deve “pegar aquilo que quiser, dentro do valor que caiba no bolso”. Outro ponto a destacar, é que ela não estabelece limites ou restrições ao filho, ou a ela própria, mesmo identificando problemas na alimentação dele (por exemplo: o filho come exageradamente alimentos com alta densidade energética - salgadinho frito, batata frita, pizza e lanche – e ela gostaria que ele comesse menos). Portanto, há o enfrentamento entre aquilo que a mãe pensa ser o “correto” para o filho, e aquilo que ela efetivamente faz, sendo suas atitudes reflexo de outras variáveis (por exemplo, desejo maternal de satisfazer ou agradar o filho).

Quando ele vai, ele tem liberdade de pegar o que quiser. Não tem jeito. Ele pega, dentro do valor que cabe no bolso. Ele pega, todas às vezes que ele vai comigo, que uma vez ou outra ele vai. Ele não deixa de trazer uma caixa de bombom só pra ele, uma caixa de BIS só pra ele, várias bolachas recheadas. (...) Eu acho que deve deixar comer o que tem vontade de comer. Eu acho que não deve proibir, não. Mas eu penso um pouquinho na saúde. Mas eu deixo ele comer a vontade o que ele tem vontade de comer. (...) Eu acho que é normal. Não sei se é, mas eu acho que é. Eu deixo ele pegar à vontade. Não tenho problema com isso. (E11)

A fala abaixo (E13) ilustra a ideia da E11 (parágrafo anterior) sobre crianças e adolescentes comerem aquilo que desejam. Enquanto a E11 não impõe limite ao filho, a E13 tenta controlar de alguma forma o que a filha come, pois “comer muito” ou “exageradamente”, poderá ocasionar algum problema de saúde (E8).

“(...) Não sei, acho que criança tem que comer um pouco também dessas coisas. Mas eu pego no pé. A gente decide comprar essas coisas, mas sempre controlado. Controlado é não comer muito. (E13)

(...) A gente acha que tudo em excesso faz mal (...), porque tudo isso daí faz mal se você (filho) for comer tudo”. (E8)

Conforme mencionado, a decisão sobre qual alimento comprar nem sempre é baseada apenas na racionalidade dos pais. O componente emocional pode, algumas vezes, prevalecer nas atitudes dos pais, caracterizando a intenção de agradar os filhos ou a fragilidade em manter os limites impostos no momento da escolha. Segundo ANNIE HUBERT, citada por DORIA (2012), o comer está associado ao amor maternal, o que impede a recusa das mães a um pedido do filho, mesmo sabendo que isso será prejudicial a ele. Tal influencia foi observada tanto em pais quanto mães.

(...) A gente acaba comprando mesmo quando eles (filhos) não vão. Eu acho que é o costume de você chegar e trazer aquilo mesmo, pra tá agradando a criança. Pra mim é isso. O meu marido, ele não gosta (...). E quando a gente vai, a gente dá um jeito e traz o que ficou pra trás (...). (E7)

O meu marido sempre lembra do que ela (filha) gosta e ele compra. Ele sempre lembra mais do que eu. Mais bolacha mesmo, que ele vai lá na parte de bolachas e ele vê as que ela gosta. (...) Ele compra essas coisas porque ela gosta. Ele marca também assim, às vezes, se ela comeu e ela gostou. Daí ele vai e ele compra. (E10)

Foram observadas também, situações em que os filhos não costumam pedir alimentos enquanto acompanham os pais às compras. Dessa forma, algumas mães disseram que sugerem aos filhos para comprarem algo que lhes agrade. Em geral, essas mães se mostraram mais tolerantes aos filhos em relação aos seus pedidos, possivelmente pelo fato deles não requisitarem muitos alimentos aos pais.

Ela nunca foi assim aquela criança de ir em mercado, ir em feira “ai mãe, compra isso, compra aquilo”. E até hoje ela é assim. Às vezes eu tenho que falar pra ela “pega uma bolacha pra você”, “ai mãe, não quero”. De vez em

quando, ela pede alguma coisa no supermercado, (...) e daí a gente compra (...). (E14)

Ou então, independentemente do pedido dos filhos, os pais decidiam comprar certos alimentos por conhecerem as preferências dos mesmos ou por ser costume comprá-los. Algumas mães referiram que compravam tais alimentos a fim de não privar os filhos de comê-los. A entrevistada E5 mencionou que não costuma ceder aos pedidos da filha, pois isso impacta no valor final da compra, além dela julgar que tais alimentos (chocolate e bala) solicitados não são benéficos à saúde. Entretanto, ela referiu que se a filha comesse tais alimentos de modo equilibrado (não comprometendo a ingestão de outros alimentos oferecidos nas refeições), não seria necessário restringi-los de sua compra. A entrevistada E13, no entanto, referiu que costuma comprar determinados alimentos que a filha geralmente come, sem questionar preço, qualidade ou tipo de alimento.

Eu trago alguma coisa, sempre trago. Sempre trago. Não vou privar eles (filhos) das coisas, mas não quero que exagere. (E5)

(...) E essas coisas, ela (filha) nem precisa pedir, já é automático. Já vai, a hora que passa perto, ela já pega. (E13)

Assim como foi mencionado anteriormente, sobre os adolescentes recorreram a outros parentes para irem a restaurantes ou lanchonetes, o mesmo ocorre em relação a compra de alimentos, devido à ausência de restrições quanto ao tipo, preço, qualidade ou quantidade dos alimentos por parte de outros familiares. Trata-se de uma estratégia reconhecida pelos adolescentes para superar os limites impostos pelos pais e, além disso, esses parentes talvez não padeçam das mesmas preocupações que afligem os pais (exemplo: limite para o valor total da compra e excesso de alimentos com alta densidade energética).

Eu gosto de ir com a minha tia, porque daí a minha tia deixa eu pegar tudo o que eu quero. (F2)

Quando eu vou no mercado com a minha vó, eu pego duas cestas e encho de tudo o que eu quero. (F2)

Em relação ao acesso dos filhos aos alimentos em casa, observou-se que algumas mães tentavam exercer algum tipo de controle quando os filhos não o faziam por conta própria. Entre as estratégias utilizadas, pode-se citar a compra limitada de determinado alimento a cada mês (a maioria das famílias compra mensalmente no supermercado), havendo reposição do mesmo apenas no próximo mês.

É só aquele que o pai compra. Acabou, acabou. (...) É aquele pacotinho só e pronto. Não tem estoque, entendeu? (...) (E9)

(...) De vez em quando eles (filhos) pedem (salgadinho de pacote), aí a gente vai, compra. Só que eu falo “divide”. Eu não compro nem um saco pra um, nem pra outro. É um pros dois. (E12)

Outras mães referiram não conseguir controlar o acesso dos filhos aos alimentos em casa. A entrevistada E13 mencionou que a filha sempre come escondida no quarto, e por trabalhar o dia todo, não consegue “vigiar” a filha em relação ao que ela come. Talvez a filha tenha esse comportamento por temer alguma reação negativa da mãe.

(...) Enquanto tiver cookie lá, ela vai abrindo e comendo com leite. Sobre isso, eu não tenho controle. Não sei porque não tenho controle, porque é que nem eu falei, ela pega escondido, vai pro quarto e come (...). (E13)

Há outras situações em que os pais escondem o alimento para que o filho não o coma por completo de uma única vez. Entretanto, pode-se observar no trecho abaixo (E7), novamente o sentimento de querer agradar o filho prevalecendo sobre a racionalidade da mãe, a qual acaba cedendo aos pedidos dos filhos. Talvez a falta de paciência dos pais e a insistência dos filhos possam contribuir para que os pais cedam, pois assim, evita-se um possível conflito ou irritação. No trecho abaixo (E10), percebe-se o clima de discussão entre pais e filha. Eles optam conversar

na perspectiva de mudança de comportamento da filha, entretanto, ela não parece concordar com os pais.

Tem que esconder. Porque se não, como eu falei, é rapidinho, porque são três (filhos), se você compra, come tudo de uma vez. Eu acabo escondendo, um dia, só que depois pede e fica insistindo tanto, eu falo “toma”. Não tem assim, sabe, a gente não tem um... Como é que eu posso falar? Um pulso firme pra falar “não, não”. Então, de tanto insistirem, a gente acaba dando. (E7)

(...) Às vezes eu falo pra ela “não come tudo de uma vez, deixa pra você comer depois. Você come tudo e depois acaba”. E ela fala assim “ah, tá aqui, eu tô com fome, eu vou comer”. É assim, sabe? Ela come a hora que ela quer. Meu marido fica bravo com ela porque ela não pensa na gente. A gente fala, conversa com ela pra ver se ela respeita. (E10)

Em geral, os pais tentam exercer controle sobre os alimentos que eles consideram serem prejudiciais à saúde dos filhos, como chocolate, bala, salgadinho de pacote e bolacha, pois acreditam terem alta quantidade de açúcar e gordura. Além disso, algumas mães disseram que tais alimentos interferem na saciedade dos filhos no almoço ou jantar: “*Se for doce, eu tento controlar. Eu falo “filho, não come se for próximo do almoço. Não come agora, não. Espera o almoço”. Porque se não, vai tirar a fome (...).*” (E6).

Poucas foram as mães que declararam não exercer qualquer tipo de controle sobre o acesso aos alimentos em casa. Interessante observar que, no trecho a seguir (E2), a mãe referiu que a filha não apresenta o comportamento de comer “exageradamente”, como as mães relataram em trechos anteriores, e por isso não necessita controlar o que ela come: “*Mas é que nem eu falei, ela (filha) não é de comer muito essas coisas (...). Tem acesso pra pegar a hora que quiser. (...) A gente não fica controlando, não. (E2)*”. Será que ao se estabelecer um controle, o desejo pelo “proibido” surge? A entrevistada E7 ilustra essa ideia: “*(...) Acho que é porque já não come muito, a gente não compra muito, e quando tá ali, acho que já quer aproveitar (...).*”. Esse controle talvez poderia ser realizado de outra forma, a fim de se estabelecer acordos ou regras entre pais e filhos, a partir do diálogo. Ou o caráter impositivo a partir de uma ordem vertical (de pais para filhos) é a única solução? Provavelmente, os pais

podem não saber lidar com outras condutas, e repetem modelos vivenciados quando eram crianças. Ou, por falta de paciência e persistência, optam pelo caminho da “ordem dada, ordem obedecida”, por perceberem, talvez, ser a solução menos desgastante emocionalmente.

Na fala abaixo, a mãe questiona o próprio comportamento em relação à filha, pois segundo ela, a ideia de estabelecer controle aos pedidos dos filhos é importante para eles estipularem os próprios limites.

Ah, eu não sei. Acho que a gente dá um costume. Eu acho assim, que a gente dá um costume muito errado. Porque se tudo que quiserem, por exemplo, principalmente na parte da comida, a gente comprar, nunca vão parar de comer aquilo. Mesmo com o tempo, vai ser difícil. (E1)

A rotulagem nutricional apresenta um conjunto de informações que nem sempre são esclarecedoras, atrativas e compreensíveis pelos consumidores, mas pode ser utilizada para definir hábitos alimentares e determinar a escolha dos alimentos exercendo um papel educativo. Entretanto, é preciso entender tais informações para que não haja interpretações equivocadas. A qualidade da informação sobre o produto alimentício deve ser primazia, considerando que equívocos intencionais para atender um propósito comercial podem expor uma população a um risco à saúde (FREIRE, 2011).

No ato da compra, as mães relataram verificar com frequência a data de validade e avaliar as condições da embalagem dos alimentos. Observar a lista de ingredientes e a informação nutricional presente no rótulo, para fim específico ou não, também foi relatado como prática usual por três mães. Entre essas, que referiram ler os rótulos e a informação nutricional dos alimentos, há uma com formação universitária em química e duas com ensino médio incompleto. Todas utilizam as informações contidas nas embalagens para decidirem, de alguma forma, entre um ou outro alimento. A entrevistada E4 foi orientada por uma nutricionista a verificar a autenticidade de um alimento por meio da lista de ingredientes. A outra, E7, faz a leitura do rótulo baseando-se no conhecimento adquirido sobre o tema em revistas sobre saúde e beleza. Para essa mãe (E7), a decisão sobre qual alimento comprar é feita por comparação entre as quantidades ou porcentagens de nutrientes presente em cada alimento, não importando o preço.

Eu vejo as embalagens, a validade. Eu vejo, se tá tudo certinho, se não tá rasgado, não tá furado, alguma coisa assim, e mais nada. Vejo se o (pão) integral é cem por cento mesmo, porque tem uns que é falso. (...) Aí tem que ir lá nos ingredientes. E no caso da minha filha, eu tenho sempre que tá olhando pra ver se tem leite, porque ela tem intolerância à lactose. (E4)

Tudo o que eu vou comprar, eu olho a validade. Quando compra a bolacha, eu vejo o que tem, coisas de sódio... Até mesmo a margarina que a gente compra, eu olho as porcentagens (de gordura, por exemplo) que tem. Eu já gosto de ler tudo, já vejo tudinho. (...) Muitas vezes não importa o preço, porque a gente compra pra tá se alimentando. (...) Mas não olho tudo. É pouca coisa. (E7)

Entre os adolescentes, a prática de observar embalagens de alimentos não é frequente. Entre os que a fazem, a maioria diz observar a data de validade e, a minoria, desenhos, cores, receitas, preço, condições da embalagem, instruções de preparo e informação nutricional.

Eu vejo a data de validade, só. Vai que você compra uma coisa cara e já passou da validade. E se estiver rasgando, eu não compro. (M4)

É, tem os desenhinhos que vem na embalagem. As figuras deixam a gente com fome. A cor chama a atenção. (M5)

Tanto mães quanto adolescentes possuem o hábito de verificar a data de validade dos alimentos. Entre as mães, atenção às condições da embalagem foram relatadas como itens de verificação no ato da compra. Poucas referiram usar as informações nutricionais como critérios para seleção dos alimentos. Ademais, a preocupação em verificar a data de validade pode estar relacionada ao instinto em não ingerir um alimento que possa causar mal-estar (por exemplo, intoxicação alimentar) devido a sua deterioração ou comprometimento da qualidade.

Estudo realizado no estado da Bahia em supermercado varejistas, foi observado que 81% dos entrevistados informaram ler os rótulos dos produtos alimentícios e 19% não os liam

nunca. Entretanto, 91% daqueles que liam, atentavam-se apenas ao prazo de validade e, 5%, ao valor energético do produto (MACHADO *et al.*, 2006). Em supermercado no estado do Paraná, 68% dos entrevistados referiram ler as informações nutricionais dos rótulos dos produtos alimentícios, especialmente o valor energético e a quantidade de gordura, colesterol e fibra (CASSEMIRO *et al.*, 2006).

Outra pesquisa realizada no estado do Rio de Janeiro, avaliou o hábito de leitura e compreensão dos rótulos de produtos alimentícios dos frequentadores de supermercados, evidenciando que os principais problemas na compreensão referiam-se à desconfiança das informações, utilização de linguagem técnica, pouca informação sobre componentes alimentares alergênicos e excesso de propagandas veiculadas (MARINS *et al.*, 2008). Portanto, pode-se inferir que a leitura dos rótulos não é interessante às mães e adolescentes deste estudo por tratar-se de uma linguagem técnica e de difícil entendimento, não despertando o interesse nesse tipo de informação. Além disso, algumas mães referiram que não costumam ler os rótulos devido ao tamanho das letras ser pequeno, dificultando sua visualização. Percebe-se que ações visando informar e esclarecer a população sobre os rótulos de alimentos são necessárias para que os indivíduos possam se apropriar do verdadeiro conteúdo daquilo que estão ingerindo.

Em sua pesquisa sobre rotulagem de alimentos, SMITH (2010) concluiu que o acesso à educação nutricional é uma alternativa viável para o melhor entendimento dos rótulos pelos consumidores que, com melhores informações a respeito da composição dos alimentos, apresentam condições de fazer escolhas coerentes com suas necessidades.

A exposição de um produto à grande mídia pode causar um impacto considerável nos hábitos alimentares de crianças e adolescentes. DIETZ e GOTMAKER (1985) já alertavam para a influência de comerciais de televisão no comportamento alimentar de crianças, pois o hábito de assistir à televisão está diretamente relacionado à solicitação de compra e ingestão de alimentos anunciados. Em estudo conduzido por O'DOUGHERTY *et al.* (2006) em 11 supermercados de uma cidade norte-americana, observou-se a influência dos filhos menores de 8 anos na escolha e aquisição de alimentos no momento da compra, sendo os itens mais solicitados o cereal matinal açucarado, salgadinho de pacote e refrigerante.

De acordo com estudo de ALMEIDA *et al.*, (2002), que objetivou conhecer a quantidade e a qualidade de produtos alimentícios veiculados pelas principais redes de televisão de canal

aberto do país, verificou-se que a categoria ‘alimentos’ apresentou maior frequência (22 a 27%) de todas as propagandas e, 58% dos produtos alimentícios veiculados apresentavam alta densidade energética. Além disso, os autores identificaram ausência de propaganda de frutas e hortaliças.

Observou-se, entre os adolescentes, a ausência de pedidos de compra de alimentos em consequência direta da visualização de propagandas de alimentos veiculadas em televisão. Eles, eventualmente, fazem referência a comerciais de lanchonetes e, conseqüentemente, pedem aos pais para levá-los.

Comercial de tevê? Não pede. É difícil. O que ele gosta, assim, que ele vê, é aquele tal do Subway. Às vezes ele fala “mãe, vamos lá comer?”. (...) Mas também não é sempre, não. (E12)

Do Habib's. Passa aquele (comercial) mini churros. Eu tava com vontade. Daí a minha tia foi e comprou. Nossa, eu comi mais de dez churros. (F2)

Nos grupos focais, os adolescentes referiram pedir aos pais para comprarem celulares ou brinquedos veiculados pela televisão. Talvez a faixa etária (entre 10 e 12 anos) não seja tão persuasiva como ocorre com crianças menores de 8 anos, conforme observado por McGINNIS *et al.* (2006), ou as variáveis de escolha sejam outras. Em estudo realizado por NETO e MELO (2013), com estudantes de 10 a 12 anos de idade, do ensino fundamental de uma escola pública do município de Natal (RN), os autores concluíram que a escolha dos produtos comprados pelos estudantes se dava primordialmente pelo sabor e qualidade, do que pelos estímulos de promoções e publicidade dos alimentos. Ademais, pode-se privar a criança ao acesso à propaganda na televisão, mas tal procedimento não garante a ausência do alimento em casa, ou que o adquira na escola (HAWKES, 2007).

Entre as justificativas citadas pelos adolescentes para os pais não comprarem alimentos ou não os levarem aos locais (lanchonetes) veiculados pela televisão, estão a questão financeira e o fato de não serem alimentos “saudáveis”. Importante ressaltar que também pode contribuir para esse comportamento dos pais o fato de haver na região norte apenas uma lanchonete pertencente à rede norte-americana, especializada em sanduíches e saladas, cuja propaganda é

veiculada em televisão. Outras lanchonetes de mesmo perfil, estão em shoppings, localizados em outra região do município. Além disso, os pais não têm o costume de comerem fora de casa.

Eles (pais) compram quando eles têm dinheiro. Quando eles não têm, eles não compram. (F1)

Eu peço pra minha tia. Agora, se eu pedir pra minha mãe, ela não compra, porque ela fala que é muita bobeira. (F2)

O oferecimento de lanches como recompensa ou prêmio foi referida por uma mãe (E6). Quando seu filho tinha idade menor, o pai sempre dava o lanche ao filho como um prêmio pela nota boa obtida na escola, por exemplo. Segundo a mãe, isso já não ocorre pois o filho, à época, estava mais interessado nos brinquedos que acompanhavam o lanche, do que o próprio lanche. Inclusive, o filho atualmente prefere comer em outra lanchonete pelo sabor do lanche.

A gente levava ele (filho) no Mc Donald's quando ele pedia, que era uma vez por mês. Aí teve uma época que o pai colocava o lanche como um prêmio. E ele ficava esperando o lanche já. Então já sabia que ele ia ganhar o lanche. Aí era meio que, também às vezes alguma coisa em troca também. Tipo, fazer alguma coisa, uma tarefa, fazer alguma coisa, ele ganhava o lanche. A gente negociava, sabe? (E6)

A propaganda de alimentos é apenas uma das variáveis que interferem na saúde e nutrição. Opções alimentares equilibradas nutricionalmente também necessitam ser incentivadas, apoiadas e protegidas. Não existem bons ou maus alimentos, mas uma dieta bem ou mal equilibrada. O alimento, em sua perspectiva individual, não é nocivo, da mesma forma que não aumentará os riscos às doenças. Entretanto, hábito alimentar e dieta inadequados, oferecerem riscos à saúde. Além disso, para compor uma alimentação equilibrada, todos os nutrientes são necessários (SANTOS e BATALHA, 2010).

4.5.4 Da Escolha ao Preparo dos Alimentos

A escolha do que comer não é tarefa meramente instintiva, e sim, permeada por valores e significados próprios de quem os prepara e de quem os recebe. Não se trata, portanto, de escolha aleatória nem baseada apenas em preferências individuais. Segundo WARDE, citado por BARBOSA (2007), o momento de escolha e decisão do que preparar para as refeições pode envolver três dimensões da vida cotidiana, sendo elas praticidade e improvisação em paralelo ao planejamento e preferências individuais; restrição e liberdade, que pode ser entendida também como prazer e sabor em paralelo com extravagância; rotina e tradição em paralelo com variedade e novidade. Isso significa que a decisão não obedece, dentro de uma refeição, a um mesmo fator, podendo no almoço, por exemplo, se decidir sobre o prato principal dada a praticidade do preparo, mas considerar o sabor, independente do preparo, como sobremesa.

De acordo com as entrevistadas, cabe à mãe escolher o que será servido nas refeições, especialmente no almoço e jantar. Em geral, costumam escolher com base em dois critérios: agradar a todos da família e utilizar os alimentos disponíveis em casa.

No geral, costumo pensar naquilo que o pessoal aqui de casa gosta de comer e no que tem em casa. Às vezes eu falo assim “não, hoje não tem, tem que ser isso. Se não gosta, vai ter que comer”. Entendeu? De preferência é o que tem, e acabo fazendo o que eles gostam. Mas tem hora que não tem jeito. (E10)

E quem escolhe é mais eu mesmo. (...) Eu penso pra fazer pra todos, mas eu sei que nem sempre dá pra agradar a todos. (E3).

Entretanto, a tarefa de atender às preferências individuais em uma mesma refeição, nem sempre é realizada de modo simples e tranquilo. Para a maioria das mães, existe a preocupação em diversificar as preparações tanto no almoço, quanto no jantar, e entre os dias da semana: “(...) Às vezes você tem que inventar alguma coisa diferente, me incomoda, tipo, eu comer arroz, feijão e bife, arroz, feijão e bife, arroz, feijão... (E2)”. Percebe-se, além do incômodo manifestado por essa mãe, a dificuldade em variar as preparações as quais devem ser de preparo

rápido e prático a partir dos alimentos disponíveis em casa: “(...) *Às vezes, se eu tô na correria de manhã, eu não deixei nada assim preparado no dia anterior, é arroz, feijão e ovo. Se tiver na geladeira, é salsicha. (...) Então tem que ser uma coisa fácil, rápida. (E2)*”. Nesse caso, a mãe considera principalmente preparar algo que facilite sua rotina diária, não sendo uma preocupação a mais. Durante a entrevista, ela referiu gostar muito de comer hortaliças, porém, não é todo dia que as prepara devido à indisponibilidade em sua casa (para ela, hortaliças devem ser compradas e preparadas no mesmo dia) e por serem de preparo menos prático e rápido do que cozinhar uma salsicha ou fritar um ovo.

Porém, nem todas as mães pensam apenas em realizar algo que facilite sua rotina diária, com preparações de fácil preparo. A entrevistada E3 revelou que sempre procura preparar algo benéfico à saúde de todos da família. Como benéfico, ela considera oferecer nas refeições hortaliças e adicionar pouca quantidade de óleo e açúcar nas preparações, por exemplo: “(...) *Mas eu penso em algo que fosse nutritivo, que fosse bom pra saúde deles também, pra mim e pra eles também. (E3)*”.

É possível observar que o momento de escolha das preparações pode ser permeado de dúvida, desconforto, angústia e irritação: “(...) *Então, às vezes eu fico ‘nossa, que que eu faço?’ Eu quebro um pouco a cabeça. (...) Mas assim, a mistura mesmo é um tormento (...). (E6)*”. Talvez esses sentimentos aflorem pela expectativa em preparar algo para agradar à família ou pela dificuldade existente na tarefa de escolher as preparações.

Em apenas uma família, o responsável pela escolha e como será preparada a carne é o marido. A entrevistada E12 disse que o marido tem o costume de comprar a carne desde criança, quando ia com seu pai ao açougue. O marido tem esse comportamento apenas com a carne, sendo as demais preparações, das refeições, escolhida por ela. Nota-se, na fala da mãe, que a “carne” é assunto do marido, o qual ela pouco opina.

Geralmente é meu marido que escolhe. Porque é ele que vai ao açougue, ele que compra as carnes dele, (...) daí ele já fala “faz isso e isso pra nós hoje”. (...) Às vezes eu vou com ele comprar carne e escolho algumas coisas, mas no geral é ele (...). (E12)

Diante das dificuldades expostas, algumas mães encontraram soluções como a elaboração de um cardápio semanal ou a realização de um curso de culinária. Dessa forma, elas poderiam ampliar sua criatividade e diminuiriam, talvez, os incômodos causados durante a escolha do que preparar. Entretanto, elas estão ainda em fase de contemplação dessas iniciativas, não as colocando todavia em prática.

(...) Eu falo, às vezes eu sinto falta de ter um cardápio. Eu falei “vamos fazer um cardápio”, assim eu deixo pra cada dia da semana, pra ficar mais fácil, porque às vezes você não sabe o que fazer, é um quebra-cabeça (...). (E6)

(...) Eu tenho até vontade mesmo de fazer um curso diferente pra tá aprendendo, fazer comida diferente, coisa diferente (...). (E7)

Uma mãe (E9) disse que a escolha da preparação poderia ser responsabilidade do marido, dado que ela, em geral, se baseia principalmente no que ele gosta de comer. A mesma mãe referiu que a escolha das preparações sempre ocorre em um ambiente de conflito, pois o marido geralmente não fica satisfeito com a comida preparada por ela. Há vezes em que ele descarta no lixo a comida de seu prato por não considera-la saborosa (os filhos gostam da comida). Ela, portanto, se sente descontente e frustrada, tornando o momento de preparo das refeições uma tarefa à qual se sente desconfortável para executar.

(...) O ideal seria assim, que eu acho que resolveria o problema aqui em casa é, se ele (marido) fizesse e comprasse aquilo que ele quer que seja feito. Aí eu sei o que eu vou fazer. Eu faço sossegada. (E9)

Outra mãe recorreu às orientações de um profissional de saúde, (médico), cuja solução apresentada não lhe ajudou. Provavelmente, por não se tratar de um especialista na área de nutrição, possíveis alternativas para sua “ausência de criatividade” da mãe deixaram de ser indicadas. Um profissional de nutrição poderia auxiliá-la nesse processo, considerando o contexto referente à alimentação da família e as experiências sobre o tema vivenciadas pela mãe.

(...) Até agora, não achei solução pra isso. Eu busquei com a médica, a médica falou “mas tenta inventar, usa a criatividade”. Mas eu, com criatividade, eu sou péssima. (E13)

Em estudo realizado por BARBOSA (2007), sobre os hábitos alimentares da população brasileira em 10 cidades do país, verificou-se que 70% da tarefa de preparar a comida cabia à mulher, e a maioria revelou o sentimento de desagrado com a tarefa obrigatória e diária de escolher e preparar o que as pessoas irão comer. O mesmo estudo identificou que a praticidade era o fator considerado pela maioria dessas mulheres para a decisão.

BARBOSA (2007) também identificou em seu estudo que 71% dos entrevistados, os quais preparam a comida, declararam não haver planejamento de um cardápio para as refeições, contudo, 55% consideram os alimentos presentes em casa e 19%, consultam os membros da família ou levam em consideração o que propriamente gostariam de comer. Assim, o estudo mostrou que para quem prepara a comida, há o desafio em variar as preparações a partir dos alimentos costumeiramente consumidos pela família e, paralelamente, atender às preferências individuais da família.

Segundo as narrativas apresentadas pelas mães e adolescentes, a mulher também predomina como responsável pelo preparo das refeições. Eventualmente, ocorre do pai ou avó serem os que preparam, dada a reorganização das tarefas em família por conta do trabalho dos pais. A participação dos homens ocorre eventualmente na execução de pratos mais elaborados aos finais de semana (como moqueca ou feijoada), ou então, no preparo de pratos simples, que não requerem muita técnica. Alguns também cozinham na ausência da esposa. No trecho abaixo (E4), é possível observar que o marido cozinha especialmente nos dias em que a família recebe visita. Segundo a mãe, o marido tem habilidade para preparar comida para muitas pessoas e sabe “dar o ponto do sabor da comida”. Ela, também referiu que aprecia a atitude do marido por ser uma preocupação a menos para ela, dado que se sente inábil para assumir tal tarefa.

Sempre sou eu sozinha que cozinho. Meu marido gosta muito de fazer quando vem muita gente, sabe? Que nem feijoada mesmo, é ele que faz e eu fico ajudando. Eu ajudo a picar as coisas, mas é ele que chega no pontinho do

tempero. (...) Acho uma maravilha. Ele gosta quando é bastante quantidade porque não gosta de fazer pouca coisa. Aí ele vai lá e assume a cozinha. (E4)

A entrevistada E5 referiu que o marido não tem o costume de cozinhar em casa, a não ser quando ela se ausenta. Sua postura, quando não está em casa, é não deixar comida pronta, pois o marido, que não tem emprego fixo, deve “se virar” e preparar algo, pois sabe cozinhar. Ela revelou inclusive que costuma passar alguns dias fora da cidade em visita a sua mãe, e o marido fica responsável pelo preparo da comida em casa (para ele e 2 filhos). Entretanto, quando ela está ausente, mas próxima a sua residência, o marido se mostra dependente e lhe solicita para que volte e faça a comida. E ela, sem usar de “sacanagem”, prepara a comida para todos. No trecho posterior (M5), observa-se a também a situação do pai que cozinha devido à ausência da esposa.

Sou eu que cozinho. Ele (marido) não ajuda em nada. Não lava um copo. Ele só faz alguma coisa quando eu não tô em casa. Daí, quando eu saio, eu não deixo (nada pronto) de sacanagem mesmo. “Se vire nos trinta”. Mas ele cozinha bem. (...) Ele faz um macarrão branco com linguiça que fica muito gostoso. (...) Às vezes, quando vou em algum lugar, demora, eu ligo “ah, não vão deixar a gente chegar pra fazer”. Aí ele dá os pulos dele. Mas se ele souber que eu tô aqui na esquina, no meu trabalho, ele liga “não vai ter janta hoje, não?”. Eu tenho que sair de lá, deixar o meu trabalho e vir aqui arrumar janta pros ‘bebês’ (marido e filhos). (E5)

Tipo, a minha mãe quando ela tá lá, ela faz. Agora, quando ela tá precisando trabalhar, daí meu pai que faz. (M5)

A entrevistada E11 referiu que seu marido “assumiu a cozinha” desde que se aposentou. E ela não tem disponibilidade de tempo para cozinhar pois trabalha fora de casa. Durante a entrevista, ela elogiou a comida preparada pelo marido diversas vezes. Nesse caso, pai e mãe se reorganizaram em relação às tarefas domésticas dado que a rotina de cada um sofreu modificações (anteriormente, era a mãe quem cozinhava e o pai trabalhava fora de casa). A fala do adolescente do grupo focal M4, mostra que nem sempre o pai prepara a comida de sabor

agradável como a mãe, como no caso anterior.

Quem faz a comida aqui é o meu marido, ele que cuida das comidas da casa. Porque ele aposentou muito cedo e ele não deixa ninguém vir pra cá trabalhar. Ele fica aqui e eu vou trabalhar, que eu sou autônoma. Eu trabalho e ele faz a comidinha. Uma delícia, todo mundo gosta. Aí ele faz a comidinha sem sal, sem gordura, ele faz do jeitinho. Muito difícil eu cozinhar. De vez em quando. Mais dia de domingo e olhe lá (...). (E11)

Às vezes, raramente, o meu pai faz comida. Mais a minha mãe. A comida que meu pai faz é maior ruim. (M4)

Alguns adolescentes também participam do preparo da comida, seja auxiliando ou como responsáveis pela elaboração completa de uma preparação. Em geral, as mães referiram que os adolescentes não têm o costume de ajudarem no preparo da comida voluntariamente, conforme ilustra a frase de um adolescente: “*Depende. Se minha mãe pede pra eu ajudar, eu ajudo a cozinhar. (M4)*”. No trecho abaixo, observa-se que as mães pedem aos filhos, independente do gênero destes, colaboração no preparo de pratos que não requerem muita técnica, como arroz cozido, salada de folhas e suco. Notou-se também que os pedidos costumam ser feitos quando “o negócio está apertado”, ou seja, na situação em que a mãe dispõe de pouco tempo para fazer a comida do almoço, por exemplo. O receio de ocorrer algum acidente doméstico com os filhos, na cozinha, foi referido por algumas mães como limitador ao incentivo da prática de cozinhar.

(...) Eu sou mais de pedir. Ela não é muito de oferecer pra ajudar. (...) Só quando eu vejo que o negócio tá apertado, eu peço e ela me ajuda fazendo um suco, picando um legume, fazendo um arroz, temperando um feijão. A gente tem que pedir. (E1)

Algumas estratégias são usadas pelas mães a fim de estimularem os filhos a ajudarem no preparo da comida. Entre elas, há o recurso de pedir auxílio quando estão preparando algo que os filhos gostam de comer: “*(...) eu sei que ela gosta de ovo, daí eu falo “vem descascar o ovo, vem me ajudar aqui”.* Aí eu dou coisa que eu sei que ela gosta de comer pra ela me ajudar

a fazer. Daí ela vem e ajuda, mas só quando eu chamo. (E2)". Por vezes, as mães usam da insistência, pedindo aos filhos para permanecerem na cozinha ajudando-as, sem imposição, mas por meio do diálogo: *"(...) Às vezes ele fica 'ah, vou ficar aqui com vocês (na cozinha)', mas a vontade passa logo. Então, às vezes tem que dar uma forçada, aí ele fica (...). (E6)"*.

Entre os adolescentes, percebeu-se que há os que costumam cozinhar voluntariamente, cujo estímulo advém do desejo em comer algo agradável, como ilustra a fala: *"Ela (filha) gosta muito de mexer na cozinha quando cisma de fazer alguma coisa diferente. Que nem, ela faz bolo, faz bolinho. Aí não precisa nem falar. (E1)"*; ou simplesmente porque gostam de cozinhar: *"Eu cozinho. Eu gosto. Eu frito ovo, frito hambúrguer, é... Eu faço salada. (F2)"*. No trecho da fala da entrevistada E12, observa-se que o próprio filho se interessou por aprender a cozinhar, pois segundo a mãe, ele quer ser dono de restaurante: *"Porque ele falava assim 'mãe, deixa eu fazer o arroz'. Ele que se interessou. (...) Ele gosta de fazer. E eu também gosto. (E12)"*. Mas como nem todos os adolescentes desejam ter um restaurante, há aqueles que aprenderam a cozinhar por estímulo da mãe: *"(...) E ela aprendeu porque eu falava 'filha, quer aprender como é que faz o arroz?', ela 'quero' (E1)"*, *"Minha mãe tá me ensinando a fazer arroz. (M5)"*. De acordo com as entrevistadas, os filhos devem adquirir habilidades diversas, entre elas cozinhar, para serem independentes no futuro: *"(...) E eu acho isso importante pra ela (filha) não passar apertado aonde ela estiver. (E1)"*.

Sobre a participação dos filhos no preparo da comida, as mães também consideram ser uma atividade importante para que eles possam se aproximar e reconhecer o alimento que irão comer, estimulando-os em uma melhor aceitação durante as refeições.

Eu acho legal, eu acho muito importante pra ela (filha). Acho que pra ela aprender, pra ela saber a importância da comida que ela tá fazendo. Pra ela ver o que ela tá fazendo, que aquilo não é nada daquilo que ela imagina ser, um bicho de sete cabeças, a comida. Porque eu não sei o que passa na cabeça dela. (...) Pra ela poder comer essas coisas. Então, eu gosto muito que ela faça essas coisas pra ela poder começar a experimentar as coisas por iniciativa dela. (E13)

Neste estudo, verificou-se que as mulheres são responsáveis pela seleção e preparo dos alimentos em suas casas. Exceto em algumas famílias, o marido participa desse processo. Porém, isso se dá, em geral, em situações adversas, como ausência da esposa ou o preparo de algo especial. Mesmo em famílias em que o casal exerce trabalho fora do lar, a responsabilidade recaía sobre a mulher. Algumas famílias, porém, conseguiram se reorganizar diante da mudança de rotina da mãe ou pai, de modo a conciliar o preparo da comida com a jornada de trabalho do marido e esposa. Em relação aos critérios de escolha do que será preparado, as entrevistadas referiram considerar as preferências da família, a disponibilidade dos alimentos em casa e a praticidade na execução dos alimentos. Sobre o que lhes desagradavam nesse momento, ela referiram a falta de criatividade como fator principal, e talvez a elaboração de um cardápio ou determinação por alguém da família sobre o que deve ser feito, seriam soluções possíveis para amenizar essa inquietude.

Sobre o papel da figura feminina e masculina no que diz respeito ao preparo do alimento, DORIA (2012) refere às sociedades e às práticas tradicionais, a distinção de papéis entre ambos no cenário da cozinha, cujas atuações se reorganizam conforme a cultura e época em que vivem. Sabe-se que diante das transformações na sociedade, que permitiram a inserção da mulher no mercado de trabalho, houve a necessidade de reestruturação das tarefas domésticas, por exemplo. Porém, parece ainda recair sobre a mulher, o maior peso na execução dessas tarefas. Além disso, as mulheres se apropriam mais do papel de promover a adoção de novos hábitos alimentares pela família, pois são elas que decidem os alimentos que serão oferecidos nas refeições FONSECA *et al.* (2011).

FONSECA *et al.* (2011) também destacam a importância da mulher na transmissão do saber e habilidades culinárias aos filhos, sendo essa prática feita, em geral, de mãe para filha, de modo a preservar a tradição entre gerações. Neste estudo, observou-se que algumas mães estimulam seus filhos ou filhas a cozinhare, mas nem sempre é do agrado dos filhos realizar essa atividade. As mães solicitam aos filhos ou filhas que lhes ajudem a preparar algo de simples execução, como salada ou arroz. Elas justificam esse aprendizado como benéfico para os filhos, pois futuramente eles serão responsáveis pelo preparo de seu próprio alimento.

4.6 PREFERÊNCIAS ALIMENTARES

4.6.1 Da Família e dos Adolescentes

O homem, ao escolher um alimento para comer, inicialmente o identifica para depois classificá-lo como próprio ou não para seu consumo. Esse processo, aparentemente simples, porém complexo, envolve uma combinação de fatores que atuam na determinação daquilo que será comido, como cultura, meio ambiente, relacionamentos sociais, história de vida, aspectos psicológicos e nutricionais, entre outros. Deve-se considerar, portanto, os significados que permeiam essa relação de identificação do homem com o alimento (FALK *et al.*, 2001; POULAIN, 2002; JOMORI *et al.*, 2008; NETO e MELO, 2013).

No que diz respeito às preferências alimentares da família, as preparações mais citadas pelas mães foram a lasanha e o estrogonofe. A justificativa pela preferência é a combinação de ingredientes e o modo como são preparados que agradam a todos: *“Eu não sei porque gostam tanto da lasanha. Por causa do queijo, o molho, a massa... É tudo isso, eu acho que tudo. (E10)”*, *“(...) Não sei porque (a família) gostam. Deve ser porque é bom mesmo, eles gostam porque é bom. (E11)”*. O fato de serem alimentos ou preparações os quais a família está acostumada a comer desde há muito tempo, contribuiu também para a preferência: *“(...) Macarrão, nhoque, uma lasanha. (...) É porque a gente come desde pequeno (...). (E1)”*, *“Acho que por começar (a comer) desde pequena. Acho que é o hábito. (E13)”*.

Entre os adolescentes, os alimentos que mais gostam foram lasanha, estrogonofe, batata frita, lanche, refrigerante e doce. Alguns referiram gostar de hortaliças e frutas, apesar de terem sido citados como os menos apreciados por eles. O sabor é o principal fator que contribui para a aceitação desses alimentos, mesmo alguns reconhecendo que não são bons para a saúde: *“Porque lanche, doce, essas coisas, é bom. Não é bom pra saúde, mas... (M4)”*. Uma estudante mencionou que os alimentos considerados por eles saudáveis (hortaliças e frutas) apresentam um sabor não agradável, sendo portanto, recusados: *“(...) Mas assim, o certo é a gente comer comida saudável. Mas tem algumas comidas saudável que é muito ruim. (F2)”*.

Conforme mencionado anteriormente, as hortaliças foram citadas pelos adolescentes como os alimentos menos preferidos por eles, principalmente devido ao odor e sabor não agradáveis: *“O brócolis é muito ruim, pelo amor de deus. Eu não gosto do gosto. É meio amargo, o cheiro também é ruim. (M4)”*. A aversão também pode estar relacionada a evento desagradável ocorrido em relação ao alimento: *“Não gosto de banana porque a primeira vez que eu fui comer, eu soltei tudo pra fora. (F2)”*, provocando uma rejeição instintiva àquilo que poderia causar mal-estar novamente. A recusa por algum alimento não experimentado anteriormente, dado que este não é atraente (seja pelo cheiro ou cor, por exemplo), e a ausência ou pouca exposição ao alimento, podem contribuir para a rejeição dos estudantes: *“Porque algumas coisas, a gente não experimenta pra saber. Já sabe logo de cara, pelo cheiro. (M5)”*, *“Eu não gosto de verdura. Sei lá, o gosto é ruim e porque não acostumou a comer. (F2)”*.

Quando mencionaram os alimentos que a família não gosta de comer, odor e sabor foram as características mais citadas pelas mães como uma barreira para sua aceitação: *“(…) Berinjela é uma coisa que não entra aqui em casa. É muito amarga. (E3)”*, *“Dobradinha, eles (família) não gostam. É mais o cheiro. (...) Meu marido fala que o cheiro é muito ruim. (E2)”*. Preparações como dobradinha, sopa, couve flor, frango cozido, fígado, berinjela e carne de porco figuram entre as menos apreciadas pelas famílias. Assim como o modo de preparo e a frequência com que se comem certos alimentos ou preparações podem contribuir para uma boa aceitação, podem também provocar a recusa em comê-los: *“Olha, não gosta muito do frango cozido. Cozido, porque assado ainda passa. (E1)”*, *“Ah, será que é porque eu não era muito de fazer sopa? Eu deduzo, mas eu creio que era porque eu não fazia muito. (E1)”*.

Outros fatores, menos citados, para a aversão a certos alimentos foram a ausência de saciedade e a quantidade de gordura. Percebe-se, na fala da entrevistada E10, referência à sopa como um prato que não confere “sustância” a quem come. Para as entrevistadas, a sopa ou caldinho, como também é chamada no município, não seria tão nutritiva como um prato de arroz, feijão e “mistura”: *“Eles não gostam de sopa, eles gostam de sustância. (E10)”*. E por último, percebeu-se que o sentimento de compaixão e tristeza, experimentados diante daquilo que a sua comida, podem também interferir na aceitação de determinados alimentos: *“(…) Quando eu era pequena, a minha mãe matava frango. Não sei se é por isso que eu não gosto. (...) Desde pequena eu não gosto de frango. (E8)”*.

Desse modo, as preferências ou aversões alimentares de quem prepara a comida podem ser determinantes do que será servido, ou não, para a família. E, conforme descrito anteriormente, a frequência no oferecimento de determinadas preparações ou alimentos pode contribuir para sua aceitação, ou não. No parágrafo anterior, a entrevistada E8 referiu não comer frango, no entanto, não se recusa a prepara-lo para a família, e ainda reforça aos filhos que “está preparando o frango mais gostoso que eles já comeram”: “(...) Não gosto de frango, mas eu faço pra eles (família). (E8)”. Para ela, essa atitude é necessária para estimulá-los a não recusarem o alimento, uma vez que ela não o come.

Observa-se, em outra entrevistada, a percepção do reflexo do comportamento dos pais frente à aceitação dos filhos. Sua fala demonstra preocupação a partir do momento em que o marido deixou de comer salada (ele parou de comer pois não percebe atualmente, nas hortaliças, o mesmo sabor que tinham quando as comia na época em que vivia na roça), e os filhos então, deixaram de comê-la também.

Antes aqui em casa eu fazia aquela saladona com alface, tomate, repolho. Colocava milho, cenoura, beterraba. (...) Gente, as crianças comiam porque viam o pai comendo e comia. Meu marido parou de comer, as crianças pararam de comer (...). E as crianças viam, se espelhavam nele, e comiam. Porque os filhos comem aquilo que os pais comem. Mas, eles veem você comer, eles falam “é gostoso, vou comer”. Agora, se olhar no teu prato, se não tem, aí também não vai comer. E se você manda, eles falam assim “você não tá comendo, pai não tá comendo, eu vou comer por que?” (...). (E5)

Estratégias para a aceitação de determinados alimentos pela família são utilizadas pelas mães, como modificar o modo de preparo ou “disfarçá-los” em meio a outras preparações. Às vezes, essas estratégias podem funcionar, conforme os trechos das falas de mães e adolescentes:

Então, eu procuro desfiar o frango e coloco numa torta, por exemplo. (...) Vamos supor, umas três vezes no mês, eu procuro fazer assado, porque daí o assado eles (família) comem melhor. (...) Eu acho que fazer de forma diferente poderia ser uma solução. (E1)

Não, a cebola, nossa senhora. (...) A cebola eu tenho que esconder ela na comida. Mas eu consigo pôr. (E3)

Ah, eu adoro berinjela. Muito bom. Eu só gosto quando minha mãe faz no forno com molho. É muito bom! Aí eu como. (F1)

Contudo, nem sempre a estratégia funciona. Algumas mães como limitador, a falta de conhecimento para preparar os alimentos de modo diferente e atraente. Ademais, o sentimento de desânimo e falta de estímulos podem mediar as tentativas de solucionar a questão. No trecho abaixo, a entrevistada (E3) referiu ser uma característica própria a desistência em refazer algo que não tenha obtido êxito em sua realização. No trecho posterior (E4), a mãe se queixa de procurar alternativas para o preparo dos alimentos, porém, não consegue agradar sua família. Importante observar que ambas recorrem a fontes de informação, como livros, revistas e sítios da *internet* para suprirem a falta de conhecimento sobre diferentes modos de preparo.

(...) Acho que o que falta pra eu aprender é incentivo ou falta da gente mesmo... Às vezes deixar pra lá, falar “não deu certo, então eu não vou mexer mais, não vou fazer”. Mas esses dias mesmo eu vi uma receita também na televisão com berinjela e eu falei “ai meu deus, deve ser gostoso”. (E3)

Você não sabe nem o que que faz mais, porque é muito limitado. Tipo, eles (família) não gostam de quase nada. (...) Eu fico olhando, pensando. Às vezes eu busco, eu vejo, compro caderno de receitas, de coisa diferente, mas eu desanimo. Vou fazer pra mim? (E4)

As famílias também apresentam particularidades em relação a experimentar novos alimentos ou preparações, assim como os adolescentes. Algumas mães sugerem aos filhos para experimentarem, outras, acabam insistindo ou até mesmo obrigando-os, justificando tal conduta para os filhos opinarem somente após terem provado o alimento. Nem todos os adolescentes se sentem confortáveis com a experiência de comer algo pela primeira vez.

Eu não gosto muito, mas eu procuro falar pra ele “filho, tem que experimentar”, ele fala “mãe, eu não quero, não gosto”. Eu insisto, mas ele não prova. Eu já cheguei a falar assim “nem que seja pra você cuspir se você não gostar, mas você vai experimentar”. Daí já aconteceu dele experimentar e não gostar ou falar que tava bom. Mas tem que insistir muito (...). (E6)

Tem vezes que eu bato o olho e já não gosto, porque eu acho que é ruim. Mas às vezes, eu tento comer. Eu experimento e, às vezes, eu gosto. (M5)

A cebola eu comi só uma vez pra ver se era bom e não gostei. Daí não comi mais. (M5)

Os motivos utilizados pelos pais para convencerem os filhos a comer determinados alimentos, retratam a preocupação daqueles com a saúde destes, conforme os trechos das falas dos adolescentes:

Meu pai fala que eu tenho que comer salada. Ele fala “ah, você tem que comer isso pra crescer bem”. (F1)

Minha mãe fala pra eu comer feijão, mas eu não gosto. Ela fala que é saudável. (F2)

Minha mãe insiste até eu comer. Porque alguns alimentos fazem bem pra gente, se a gente não comer, a gente passa fome. (M5)

A alimentação dos adolescentes apresentou mudanças ao longo do seu crescimento e desenvolvimento, com a inclusão ou exclusão de alguns alimentos. Segundo as mães, a maioria dos filhos aceitava os alimentos oferecidos à época da alimentação complementar, seguindo dessa forma até 2 ou 3 anos de idade. A partir disso, elas relataram que os filhos começaram a selecionar os alimentos que lhes eram oferecidos. Essa seletividade, contudo, se acentuou no início da adolescência. Percebe-se que algumas mães reconhecem essa seletividade como uma característica de determinada fase do desenvolvimento dos filhos.

Aí, depois de um tempo, que ele começou a selecionar né, daí ele já tava grandinho. Acho que dois, um ano e meio pra dois, ele já começava a selecionar um pouquinho as coisas. Não lembro exatamente, mas já escolhia mais o que queria comer, sabe? Mas no geral, na época da papinha mesmo, ele comia tudo. (...) É, teve uma fase, né? Tem uma fase que eles começam a não gostar de algumas coisas, né? (E6)

A recusa dos adolescentes em comer determinados alimentos, por vezes causava momentos de conflito entre pais e filhos, desde que eram crianças. A mãe (E14) referiu que às vezes brigava com a filha (à época com 3 anos) para que comesse, e quando a filha não comia, lhe oferecia alimentos “que roda criança gosta” (gelatina, pudim, bolacha, por exemplo), e a filha aceitava. Segundo a mãe, oferecer esses alimentos, lhe causava conforto e despreocupação por saber que a filha estaria “alimentada”.

Ela (filha), pra comer, eu tinha que brigar com ela, que não comia. (...) Eu ficava preocupada, né. Aí, eu acabava dando mais de outras coisas, que nem Sustagen pra ela, fruta, porque fruta ela gosta. As coisas salgadas ela comia muito pouco. Fazia bastante salada de fruta e gelatina, essas coisas que criança gosta. Aí ela acabava comendo. (E14)

Em outros casos, estratégias para convencer os filhos a comerem eram utilizadas pelas mães, com estímulos por meio de diálogo, demonstração de que o alimento é saboroso e comer no mesmo horário que o filho. Para isso, como referiu a entrevistada (E13), era preciso ter muita paciência. Porém, quando a filha era criança, essas estratégias funcionavam, diferentemente de hoje, em que a briga figura como única estratégia que (pode) funcionar. Percebe-se, nesse caso, que mesmo utilizando-se de estratégias diferentes, a filha sempre apresentou o comportamento de rejeição a determinados alimentos. A entrevistada E5 reforça o cenário, em algumas famílias, de imposição, obrigação, conflito, briga entre pais e filhos.

(...) Mas eu tentava. Eu dava de novo. Eu conversava com ela e falava pra ela que não era pra ela cuspir e colocava de novo. Conversava, falava que era muito bom, que era gostoso, que ela tinha que comer. Daí eu comia junto

com ela, mas ela foi rejeitando que foi largando mão. Era muita paciência. (...) Quando eu dava pra ela, ela comia. Mas agora... (...) com treze anos, né, que ficou moça, não tem como você ir enfiando as coisas. (...) Hoje, é muito difícil ela comer mesmo, só na base da briga mesmo. (E13)

Insiste, briga, faz pôr, faz comer, fica de olho. Até hoje. Vai fazer quatorze anos. Tem que ser na base de muita insistência, muita briga. E ela só quer estrogonofe, lasanha, batata frita. Ela resmunga, xinga, ela fala que ela não quer, que ela não gosta, que ela não é obrigada. A gente faz ela comer. (E5)

Algumas causas das rejeições ou predileções a certos alimentos foram alegadas pelas mães, sendo elas: as próprias preferências dos pais que podem ter sido transmitidas aos filhos – no trecho a seguir, a mãe se culpa, e ao marido, por terem incentivado à filha a terem o mesmo costume que eles: “(...) Tudo que é bobeira, ela come. Eu acho que foi um pouco culpa da gente, eu e o pai dela. A gente saía, ia pra lanchonete. Então, eu acho que aquele negócio encantou ela de uma tal forma que ela não consegue largar. (...). (E13)”;

o caráter apelativo de certos alimentos (açaí, doce, batata frita, lanche, por exemplo) atraindo a atenção dos adolescentes: “(...) E hoje em dia também, as comidas que tem hoje, (...) É açaí, é batata frita... Então eles (filhos) largam um pouco de comer o que é essencial porque essas coisas chamam mais a atenção. (E3)”;

A preferência individual por determinados alimentos: “(...) É porque sempre eu fiz. Sempre teve carne em casa, eu sempre dei. Mas ela (filha) nunca quis comer. (...) É uma coisa da pessoa mesmo. (E1)”;

autonomia para escolher diante dos alimentos disponíveis em casa: “(...) Não sei dizer porque ela (filha) não gosta das verduras. Eu acredito que é porque hoje em dia tem mais facilidade de ter mais opção, né. Não sei, Às vezes tem a batata frita, ou alguma coisa assim, aí “ah, não gosto desse” vai pra batata (...). (E2)”;

o incentivo dos pais para os filhos comerem determinados alimentos: “(...) Não sei também porque que ela (filha) não gosta. Não sei se é por eu não ter incentivado mais a comer? Acho que poderia ter incentivado (...)”. (E14)

Duas mães acreditam que a mudança de comportamento dos filhos surgirá a partir da conscientização dos mesmos, porém, a longo prazo. Elas não se percebem como possíveis participantes nesse processo e, portanto, não vislumbram soluções. Uma delas (E11) não

estabelece nenhuma restrição ao filho em relação à alimentação, e afirmou que o mesmo precisa “comer qualquer coisa” para precisa se alimentar, não importando o tipo de alimento. Assim, ela crê que o filho mudará seu comportamento quando adulto, possivelmente, dado que atualmente se mostra irredutível a aceitar os alimentos “saudáveis”. A segunda mãe (E5), referiu que já utilizou diversas formas de estimular a filha a comer, contudo, desistiu de incentivá-la, sendo sua única esperança a mudança de comportamento da filha com o passar dos anos.

Eu não sei como eu vou resolver. Eu acredito que vai mudar. Tem que mudar. Eu peço muito a deus que mude, que ela mude, que as ideia dela se transformem, porque acaba transformando, né? A gente, às vezes, é limitado em algumas coisas quando é menor e aí vai mudando. (E4)

Ele não come as coisas que são saudáveis. Tem que ser o que ele quer, porque se não, ele não come, ele é muito teimoso. Mas isso aí vai mudar. Vai mudar só a hora que ele estiver maiorzinho. Igual o meu filho de 27 anos que hoje come saudável. (E11)

Observou-se que as preferências alimentares da família e dos adolescentes eram semelhantes, exceto pelas “besteiras”, referidos por eles. Possíveis causas de recusa a determinados alimentos, foram referidas pelas mães, como a indisponibilidade em casa, a pouca insistência dos pais para que os filhos comam e também o fato dos próprios pais não gostarem do alimento. Como tentativa para que os filhos comam esses alimentos, as mães referiram utilizarem estratégias: diferenciar o modo de preparo dos alimentos para melhora da aceitação, disfarce dos alimentos em meio a outros alimentos e sugestões ou diálogos, às vezes permeados por conflitos, brigas e preocupações.

Para Fischler, citado por JOMORI *et al.* (2008), necessidade e desejo balizam a aceitação humana frente a diversidade de alimentos disponíveis para que sejam comidos, entretanto, apenas aquilo que é aceito culturalmente será preferido. A necessidade humana em se alimentar contempla o anseio em experimentar o novo e, ao mesmo tempo, pode temer ou rejeitar aquilo que não lhe é familiar. O gosto, que compreende a interiorização cultural do indivíduo, se inicia na infância com a criança observando o outro e tentando imitá-lo. Quando

tal prática de aprendizado se reproduz várias vezes nos grupos sociais, contribui-se para a formação das preferências alimentares desde a infância, sendo o gosto e as preferências alimentares suscetíveis a adaptações de acordo com o meio social (JOMORI *et al.*, 2008).

4.7 CONHECIMENTOS E CRENÇAS

4.7.1 Relação entre Alimentação e Saúde

Para a maioria das mães, a alimentação está relacionada à saúde, pois aquele que tem uma “boa alimentação” terá o corpo funcionando fisiologicamente de modo adequado (ausente de doenças e com disposição para realizar as atividades diárias). “Boa alimentação”, segundo as mães, é aquela ausente (ou escassa) de alimentos com alta densidade energética, especialmente os industrializados (bolacha, chocolate, salgadinho de pacote, refrigerante, bala, por exemplo), e oferta de alimentos *in natura* (como hortaliças e frutas, por exemplo). No trecho da entrevistada (E7), percebe-se a ideia de ação e reação entre o que se come no presente *versus* consequências no futuro para a saúde: *“Ah, eu acho que tudo que a gente ingere de errado, mais tarde tem consequência. (...) Tenho medo de um colesterol, um diabetes, uma coisa mais séria mais tarde. (E7)”*. A entrevistada E8, referiu que a alimentação contribui para diversas funções no corpo: *“(...) Então, a alimentação é boa pra tudo, pra circulação, pro sangue, pro cabelo, pra tudo. (E8)”*. E no trecho da fala da E12, a ideia de “comer certo”, ou seja, alimentos *in natura* ao invés de industrializados, promove benefícios ao corpo: *“(...) Se você estiver com a alimentação certa, seguindo tudo certinho, não saindo fora, que é tá comendo muito dessas bobeiras, se estiver mantendo naquilo que é mais natural, você sempre vai tá com uma boa saúde. (E12)”*. Na fala da E12, percebe-se que ela faz distinção entre alimentos “certos” e “errados”, devendo aqueles se sobressaírem sobre estes.

As preocupações das mães, no tocante a saúde e alimentação dos filhos, versaram sobre uma alimentação adequada e saudável a fim de garantir o crescimento e desenvolvimento dos

filhos, sobretudo evitando-se doenças. Seja pela ausência ou excesso de algum nutriente, estado nutricional, quantidade e qualidade insuficiente dos alimentos ingeridos ou pelo longo período sem se alimentar, todos esses fatores foram observados.

Eu falo assim, que ela (filha) tem que se alimentar direito porque ela tá em desenvolvimento. Até certa altura, ainda cresce. Então, tem que tá ali, absorver tudo o que o corpo precisa pra desenvolver assim forte, saudável. Não ter algum desvio pelo caminho, assim, falta de cálcio no osso, falta disso, falta daquilo. Isso aí eu me preocupo. (E1)

Dela comer muita porcaria e ficar muito tempo sem comer. Eu acho que é só isso mesmo. (E10)

Então, eu me preocupo porque a médica falou que o colesterol dele estava alto e que ele tinha que diminuir as frituras e massas. Eu fico muito preocupada. (E11)

A fim de propiciar uma alimentação com menor participação de alimentos industrializados, foi possível observar algumas estratégias realizadas pelas mães. Elas procuram alternativas ao refrigerante, cuja compra, quando ocorre, é aos finais de semana ou em saídas esporádicas da família a lazer. Algumas mães, inclusive, se recusam a comprar o refrigerante para suas famílias. Como substituto à bebida, é oferecido água; suco preparado a partir da própria fruta ou da polpa da fruta congelada (vendida em supermercado); ou em pó (por conter menor quantidade de açúcar que o refrigerante, por ser de preparo fácil e com preço mais acessível, segundo as mães).

(...) Só tem final de semana. Durante a semana, a gente não toma refrigerante. Durante a semana a gente toma água, suco de saquinho. De vez em quando eu faço algum suco diferente (...). Mas em geral é o suco de saquinho, em pó. (E2)

Durante a semana a gente bebe suco. (...) Mas assim, agora eu tô comprando polpa, sabe? Antes era aquele de caixinha, e no final de semana, aqui em

casa, a gente não toma refrigerante. Só quando sai. Eu não costumo comprar, não. (E4)

Durante a semana, a gente tenta evitar ao máximo. O meu filho adora Coca-Cola. A gente evita tomar refrigerante. Daí, eu faço, procuro fazer suco natural, da fruta mesmo. Vira e mexe eu faço suquinho natural. (E6)

A presença do refrigerante, aos finais de semana, parece ter lugar de destaque nas refeições, como algo reservado apenas para um momento diferenciado. Isso porque, é no sábado ou domingo que as famílias costumam se reunir à mesa para comerem todos juntos, sendo oferecida uma preparação diferente da servida de segunda à sexta-feira, conforme será visto adiante. Em outros casos, o refrigerante pode ser visto como um prêmio ou algo a ser oferecido no intuito de agradar a quem recebe.

Nos dois relatos abaixo, percebe-se que ambas as mães tentaram eliminar o consumo de refrigerante em suas casas. Uma delas referiu ter revertido tal situação por meio da conscientização dos malefícios da bebida para a saúde, evitando assim a sua compra. Com a ausência da compra, ela crê que os filhos acostumaram à ausência do refrigerante nas refeições. Porém, a outra ainda não logrou êxito. Em ambas as situações, o componente emocional esteve presente no momento de decisão da compra.

Antes o meu esposo comprava refrigerante pra agradar meu filho. Daí, eu conversei com o meu esposo pra ele parar com isso, que refrigerante é caloria vazia. Agora não tem mais refrigerante na minha casa. (...) Acostumaram. Agora não tá nem pedindo mais não (...). (E8)

Então, lá em casa é o bendito guaraná que o meu marido compra. (...) Agora diz ele que não vai mais tomar refrigerante. Ontem, a minha vó chegou a comprar, porque o menorzinho (filho) tava pedindo. Daí ela ficou com dó e acabou comprando. (...) Então, sempre tem refrigerante em casa, no almoço ou na janta. Mas eu acho que tomar refrigerante todo dia não é muito bom. Eu falo pra ele (marido) não comprar (...). Mas meu marido é assim, ele fala “não vou comprar”. Mas chega uma certa hora, ele volta a comprar. (E12)

4.7.2 A Alimentação da Família sob a Perspectiva das Mães

No que diz respeito a alimentação da família, as mães tiveram opiniões divergentes. Algumas consideram que o que é servido em casa está adequado, pois inclui alimentos necessários para uma alimentação equilibrada (arroz, feijão, carne e hortaliça, por exemplo), favorecendo o bom funcionamento do corpo. A mãe (E8), que é química e administradora pública, referiu sempre preparar o almoço ou jantar segundo os grupos alimentares, de modo a garantir uma oferta equilibrada de nutrientes em cada refeição. Em ambas, nota-se que estratégias para uma alimentação saudável são utilizadas: a E1 baseia-se em conhecimentos empíricos (familiares, colegas, televisão, revistas, por exemplo), e a E8, tem conhecimento adquirido por meio de curso superior, que lhe permite discernir sobre informações empíricas.

Olha, eu procuro pôr tudo o que é necessário, né? Embora o suco natural não seja sempre, mas eu compenso sempre oferecendo uma fruta no lugar do suco. Eu procuro ter sempre legume e verdura. Eu procuro sempre ter uma proteína de uma carne. (...) Eu não sou de variedades, mas o necessário que o ser humano precisa ingerir, eu acho que eu procuro ter em casa. (E1)

A gente tenta equilibrar a alimentação, comendo um pouco de tudo, incluindo os grupos de alimentos na alimentação diária. Por exemplo, vamos fazer um prato: arroz e feijão, a verdura e legume, aqui é a carne e uma fruta. Eles (filhos) até podem não colocar (no prato) dessa forma, mas a hora que eu preparo, eu vou tentar que tenha isso tudo que eu falei. E na hora que vai colocar também, não encher o prato. Porque se não, tem uma coisa muito gostosa, você vai comer só aquilo (...). (E8)

No entanto, outras mães percebem que a alimentação da família não está adequada, pois deveriam comer mais hortaliças e frutas e, diminuir alimentos fritos e massas. A entrevistada E9, gostaria que houvesse maior diversidade de alimentos em sua casa. Referiu que isso não ocorre porque ninguém de sua família, especialmente o marido (quem paga pelas compras de alimentos) aprecia comer algo diferente do trivial. A E9, demonstra, a partir dos seus

conhecimentos empíricos (principalmente transmitidos pela irmã mais velha, muito preocupada com a saúde) o que deveria ser mudado na alimentação da família. Entretanto, percebe-se novamente a dicotomia entre os alimentos “certos” e “errados”, permeada pelo dilema da obrigação em comer o “certo”, mesmo que à custa do prazer proporcionado em comer o que se gosta.

Ruim de comida. Fraco, bem fraco. Ah, eu acho que tinha que ter mais variedade, entendeu? Então a gente aqui em casa fica mais é no arroz, feijão, uma carnhinha, uma alface, um tomate, um repolho... (...) Mas não tem assim muita variedade, não. Fica só no trivial mesmo. Então eu acho que poderia melhorar, poderia ser mais variada, ter mais opção (...). (E9)

Que come mal. Mal porque a gente mais é massa, né? Arroz mesmo, teria que ser o integral, que dizem. Se pudesse mudar, o integral. Açúcar refinado, diz que é um veneno. Boa é aquela cristal. Mas a gente usa aquela cristal. Então, algumas coisas eu até mudo. Que eu consigo. O leite desnatado, mas é horrível. Ninguém merece aquele leite. Muita coisa que a gente tem que mudar. De três em três horas a gente comer. O certo é comer de três em três horas, né? (E3)

4.7.3 A Alimentação dos Adolescentes sob a Própria Perspectiva

Em relação aos adolescentes, muitos percebem sua alimentação como regular ou ruim, pois comem frequentemente alimentos com alta densidade energética (doce, bolacha, refrigerante e lanche, por exemplo) e, às vezes, hortaliças (considerados por eles como alimentos saudáveis). Apenas um aluno considera sua alimentação saudável pois come hortaliças no almoço e jantar.

Minha alimentação tá mais pra mau do que pra bom. Porque a gente come muito lanche, açaí, essas coisas. Lanche, toda noite eu como. (M4)

Mais ou menos. Porque a gente come, eu como verdura, legumes, essas coisas, mas também a gente come bobeira. Às vezes a gente escapa. (M5)

Sobre como poderiam ter uma alimentação saudável, as respostas versaram sobre o equilíbrio da dieta, ou seja, comer menos dos alimentos considerados por eles “não saudáveis”, e incluir mais dos “saudáveis”. A ideia de que alimentação saudável é sinônimo de alimentos com sabor ruim, foi retratada por uma adolescente (F2).

Ah, por mim, assim, a gente não pode comer muita bobeira. A gente não pode abusar. (F2)

Comer bastante salada. Comer legumes. Coisas saudáveis. Comer bastante fruta, laranja, banana. (M4)

Comer as coisas que a gente não gosta (referindo-se a hortaliças). (F2)

Como os adolescentes referiram que para ter uma alimentação saudável, deveriam comer menos “besteiras”, soluções e dificuldades sobre essa questão foram discutidas entre os adolescentes. Entre as dificuldades, referiram a retirada ou diminuição dos alimentos que mais gostam: “*Tirar a batata frita, a lasanha, o estrogonofe. Tirar as gorduras. Tirar tudo o que a gente gosta... (F1)*”, “*Nossa, parar de tomar Coca Cola. Vai ser difícil. (M5)*”. Inclusive, compararam esses alimentos à droga, que causa vício e não é benéfica para a saúde. Outro adolescente (M4) referiu que se esses alimentos fossem retirados de sua dieta, sobrariam poucos para serem comidos ao longo do dia, notando-se a presença acentuada dessas “besteiras” no dia a dia dos adolescentes: “*O vício do lanche. Diminuir as besteiras. Comer menos doce. Ai você vai ter que parar de comer tudo. (M4)*”. Alguns disseram que seria mais fácil comer menos (ou retirar) as “besteiras” do que comer mais hortaliças: “*É, as besteiras pode tirar, mas comer verduras, essas coisas, ia ser mais difícil. (M5)*”. Entre as justificativas para as dificuldades, figuraram o costume em comer as “besteiras” e seu gosto agradável, quando comparado ao gosto das hortaliças: “*Ah, porque eu já tô acostumada. Porque quando a gente fica sem comer, o organismo vai começar a sentir falta (...). (F2)*”, “*Porque tem um gosto bom e a gente já tá acostumado a comer. A gente já tá viciado nisso. (M4)*”.

4.7.4 O Papel dos Pais na Alimentação dos Filhos

Em relação à percepção das mães sobre o papel da família na alimentação dos filhos, todas referiram que o comportamento dos filhos é reflexo do comportamento dos pais, e não apenas do que os pais falam aos filhos. Segundo as mães, os pais devem orientar os filhos sobre o que devem ou não comer, estimulando-os para que eles façam escolhas, consideradas por elas, boas ou certas em relação à alimentação. Porém, referiram que às vezes, particularidades dos filhos devem ser consideradas, pois conforme já discutido, as escolhas alimentares são influenciadas por variáveis ambientais, psicológicas, econômicas e socioculturais.

Se na família, os pais não têm o costume de comer certos alimentos, os filhos com certeza também não vão comer. Porque não tem ali pra comer. Eu acredito que seja por aí. Aqui em casa, a gente tenta influenciar pelo lado bom de comer, eu tô sempre comendo perto deles. Sempre tem e eu como. Eles me veem comendo. Só que aí, às vezes é alguma resistência já deles, né. Influencia... (...) O que você coloca à mesa, o que você compra, o que você põe dentro de casa, é o que vai influenciar os seus filhos a comerem ou não. Acho que é isso. (E2)

(...) Que eu vejo a minha filha. Ela tem os mesmos costumes nossos. Não tem um ditado japonês, o filho cresce às costas dos pais”. Tipo assim, não é o que você fala, é o que você faz que ele grava. Tipo assim, eu como salada, eu falo “filha, simplesmente come”. O hábito faz o monge, daqui a pouco você tá comendo, daqui a pouco você adora alface, daqui a pouco você adora pepino. É assim que funciona. Você comeu, comeu, comeu, o organismo seu tem uma rejeição no início, mas depois... (...) (pai - E14)

Sobre possíveis mudanças a serem feitas para melhorar a alimentação da família e, conseqüentemente, dos filhos, as mães referiram aumentar a disponibilidade, em casa, dos

alimentos não preferidos (hortaliças e frutas, por exemplo) e diminuir a disponibilidade, em casa, dos alimentos preferidos (lanche, doce, refrigerante).

Acho que comprando e deixando à vista. A hora que passar, se de repente sentir vontade. A gente come porque sente vontade ou não de comer (...). (E2)

Só se tirar as outras opções e fazer, é, fazer mais salada. (Filho) “o que tem hoje pra comer?”, (ela) “salada”, e incrementando as coisas na salada que ele gosta de comer, e fazer mais salada, eu acho. (E6)

É mais o final de semana que eu falo. Cortar a bobeira do final de semana. Porque durante a semana eu não posso falar, porque não tem bobeira. Então é o danado dos lanches que ele (filho) pede, a pizza, a esfirra. Porque se tiver, você não vai deixar de comer. (E12)

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O comportamento alimentar dos pais pode exercer influência sobre a alimentação dos filhos, entretanto o ato de comer é complexo e envolve outras variáveis não relacionadas à família. Pelas falas das mães e dos filhos, percebeu-se que há uma consciência e julgamento sobre aquilo que comem. Entretanto, a fala muitas vezes está distante da prática, seja por negligência, dificuldade em perceber possibilidades de ação, questões emotivas (como as descritas aqui sobre o afeto mãe-filho) ou pelo próprio hábito formado, o qual, segundo mães e filhos, é uma das barreiras mais difíceis de ser modificada.

Como foi visto, os pais podem contribuir para que algumas práticas se incorporem à rotina da família, promovendo bons hábitos para todos. A começar pela organização das refeições, em que adequações nos horários, nos tipos de alimentos oferecidos, na companhia à mesa e no ambiente em que se come, possam ser feitas de modo diário e frequente, com paciência e persistência. Durante as compras de alimentos, ajustes como acordos preestabelecidos entre pais e filhos sobre o que comprar, controle do acesso dos alimentos em casa e, como as mães reportaram, exercer autoridade e racionalidade diante dos pedidos dos filhos, podem promover certo equilíbrio entre os alimentos saudáveis e não saudáveis, segundo concepção de mães e estudantes. Ao preparar o alimento, considerar a diversidade do preparo, pois tal estratégia foi reconhecida como benéfica pelos adolescentes na maioria das vezes. E por último, ponderar as preferências alimentares e os fatores que a influenciam, respeitando-as, mas sempre que possível, estimular familiares e filhos para aprenderem a comer o novo.

Deve-se considerar principalmente, o contexto em que essas famílias estão inseridas e os locais que frequentam. O ambiente, às vezes, pode não expressar meios que facilitem a adoção ou execução de boas práticas alimentares. A escola, por exemplo, deve ser espaço de promoção da saúde, com atividades de educação alimentar e nutricional aos estudantes. Contudo, a venda de alimentos dentro da própria escola pode interferir em ações dessa natureza. Isso porque, a escolha alimentar não depende apenas do uso de informações, que cada indivíduo possui, para uma dieta equilibrada nutricionalmente.

Este estudo contribui para a literatura em nutrição e saúde pois apresenta possibilidades de compreensão do comportamento alimentar de adolescentes a partir da perspectiva da mãe. Dados foram apresentados e discutidos considerando-se os aspectos simbólicos envolvidos no ato de comer. Sua contribuição, é a apresentação de falas de mães e adolescentes sob a perspectiva social, cultural, ambiental e psicológica a respeito do que sentem, pensam, consideram, ponderam, hesitam, temem, sugerem, creem e valorizam na relação com o alimento. Importante ressaltar que uma limitação deste estudo refere-se às mães participantes, pois foram elegidas em reunião de pais e mestres, a qual costumeiramente é composta pela minoria dos pais e mães.

O processo de mudança de comportamento alimentar requer tempo e planejamento, pois as práticas alimentares estão além da esfera biológica. Profissionais de saúde devem estar atentos para essa complexidade que envolve as preferências alimentares e o papel dos pais na alimentação dos filhos. Cabe aos nutricionistas, orientar e educar os pais e adolescentes sobre alimentação e nutrição afim de adequar a dieta às necessidades fisiológicas individuais. Porém, devem sempre associar a investigação dos significados que o ato de comer representa para cada um.

6 REFERÊNCIAS

ADA - American Dietetic Association. Brigg IM, Satari S, Beal IDL. Position of ADA, Society for Nutrition Education, and American School Food Service Association. Nutrition Services: an essential component of comprehensive school health programs. *J Am Diet Assoc.* 2003; 103:505-14.

Almeida SS, Nascimento PCBD, Quaioti TCB. Quantidade e qualidade de produtos alimentícios anunciados na televisão brasileira. *Rev Saúde Pública.* 2002;36(3):353-5.

Anjos, MI. Análise do processo de ocupação urbana em São José dos Campos, aferindo o papel das políticas públicas na produção do espaço. [dissertação]. São José dos Campos: Universidade do Vale do Paraíba; 2004.

Barbosa L. Feijão com arroz e arroz com feijão: o Brasil no prato dos brasileiros. *Horizontes Antropológicos.* 2007;13(28):87-116.

Belik W, Chaim NA. O Programa Nacional de Alimentação Escolar e a gestão municipal: eficiência administrativa, controle social e desenvolvimento local. *Rev Nutr* 2009;22(5):595-607.

Berkey CS, Rockett HRH, Gillman MW, Field AE, Colditz GA. Longitudinal study of skipping breakfast and weight change in adolescents. *Int J Obes Relat Metab Disord.* 2003;27(10):1258-66.

Bezerra IN, Souza AM, Pereira RA, Sichieri R. Consumo de alimentos fora do domicílio no Brasil. *Rev Saúde Pública* 2013;47(1Supl):200S-11S

Birch LL, Fisher JA. Appetite and eating behavior in children. *Pediatr Clin North Am.* 1995;42(4):931-53.

Brasil. Ministério do Planejamento, Orçamento e Gestão. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Pesquisa de Orçamentos Familiares 2008-2009: Antropometria e estado nutricional de crianças, adolescentes e adultos no Brasil. Rio de Janeiro: IBGE, 2010.

Brasil. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas. Brasília, 2012. Disponível em: <http://fs.unb.br/opsan/consulta-publica/pdf/Marco_referencia_Textocompleto.pdf>. Acesso em: 14 novembro de 2012.

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

Canesqui AM, Garcia RWD. Uma introdução à reflexão sobre a abordagem sociocultural da alimentação. In: Canesqui AM, Garcia RW. Antropologia e nutrição: um diálogo possível. Rio de Janeiro: Editora FIOCRUZ, 2005. (Coleção Antropologia e Saúde).

Carmo MB, Toral N, Silva MV, Slater B. Consumo de doces, refrigerantes e bebidas com adição de açúcar entre adolescentes da rede pública de ensino de Piracicaba, São Paulo. *Rev Bras Epidemiol*. 2006;9(1):121-30.

Carvalho AP, Oliveira VB, Santos LC. Hábitos alimentares e práticas de educação nutricional: atenção a crianças de uma escola municipal de Belo Horizonte, Minas Gerais. *Pediatrics* (São Paulo). 2010; 32(1):20-7.

Casemiro IA, Colauto, NB, Linde GA. Rotulagem nutricional: quem lê e por quê? *Arq Ciênc Saúde Unipar*. 2006;10(1):9-16.

Castro IRR, Souza TSN. Formação de multiplicadores para a promoção da alimentação saudável: projeto culinária, saúde e prazer. In: Diez-Garcia RW, Cervato-Mancuso AM, Vannucchi H. *Mudanças alimentares e educação nutricional*. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan; 2011. p. 231 – 244. (Nutrição e metabolismo).

Chou SY, Grossman M, Saffer H. An economic analysis of adult obesity: results from the Behavioral Risk Factor Surveillance System. *J Health Econ*. 2004;23(3):565-87.

Crockett JS, Sims LS. Environmental influences on children's eating. *Soc Nutr Educ*. 1995;27(5):235-49

Daniel JMP, Cravo VZ. Valor social e cultural da alimentação. In: In: Canesqui AM, Garcia RW. *Antropologia e nutrição: um diálogo possível*. Rio de Janeiro: Editora FIOCRUZ, 2005. (Coleção Antropologia e Saúde).

Diez-Garcia RW. Mudanças alimentares: implicações práticas, teóricas e metodológicas. In: Diez-Garcia RW, Cervato-Mancuso AM, Vannucchi H. *Mudanças alimentares e educação nutricional*. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan; 2011. p. 113-17. (Nutrição e Metabolismo).

Dietz WH. Childhood weight affects adult morbidity and mortality. *J Nutr*. 1998 Supl 2;128:411-4.

Dietz WH, Gortmaker SL. Do we fatten our children at the television set? Obesity and television viewing in children and adolescents. *Pediatrics*. 1985;75:807-12.

Doria CA. Flexionando o gênero: a subsunção do feminino no discurso moderno sobre o trabalho culinário. *Cadernos Pagu*. 2012;(39):251-71.

Falk LW, Sobal J, Bisogni CA, Connors M, Devine CM. Managing health eating: definitions, classifications and strategies. *Health Educ Behav*. 2001;28(4):425-39.

Fonseca AB, de Souza SN, Frozi DS, Pereira RA. Modernidade alimentar e consumo de alimentos: contribuições sócio antropológicas para a pesquisa em nutrição. *Ciênc e Saúde Coletiva*. 2011;16(9):3853-62.

Freire C. Alimentação na mídia impressa: uma análise de conteúdo da revista Boa Forma. [Trabalho de Conclusão de Curso de Especialização em Saúde Pública]. Porto Alegre: Faculdade de Medicina da Universidade Federal do Rio Grande do Sul; 2011.

Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação. PNAE. Acesso em: 24 jan 2015. Disponível em: <http://www.fnde.gov.br/programas/alimentacao-escolar/alimentacao-escolar-alimentacao-e-nutricao>

Furst T, Connors M, Bisogni CA, Sobal J, Falk LW. Food choice: a conceptual model of the process. *Appetite*. 1996;26:247-66.

Gabriel CG, Vasconcelos FA, Andrade DF, Schmitz BAS. First Law regulating school canteens in Brazil: evaluation after seven years of implementation. *Arch Latinoam Nutr*. 2009; 59(2):128-38.

Gambardella AMD, Frutuoso MPF, Franchi C. Prática alimentar de adolescentes. *Rev Nutr*. 1999;12(1): 55-63.

Garcia RWD. Reflexos da globalização na cultura alimentar: considerações sobre as mudanças na alimentação urbana. *Rev Nutr*. 2003;16(4):483-92.

Guizzo BS, Krzimirski CO, Oliveira DLLC. O Software QSR NVIVO 2.0 na análise qualitativa de dados: ferramenta para a pesquisa em ciências humanas e da saúde. *Rev Gaúch Enferm*. 2003;24(1):53-60.

Hawkes C. Marketing food to children: changes in the global regulatory environment, 2004-2006. Geneva: World Health Organization; 2007.

Hernández JC. Patrimônio e globalização: o caso das culturas alimentares. In: Canesqui AM, Gacria RW. *Antropologia e nutrição: um diálogo possível*. Rio de Janeiro: Editora FIOCRUZ, 2005. (Coleção Antropologia e Saúde).

IBGE - Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Cidades: São José dos Campos. Acesso em: 01 ou 2015. Disponível em: <http://cidades.ibge.gov.br/xtras/perfil.php?codmun=354990>.

Iervolino AS. Escola promotora de saúde: um projeto de qualidade de vida. [Dissertação de mestrado]. São Paulo: Faculdade de Saúde Pública da USP; 2000.

Jomori MM, Proença RPC, Calvo CM. Determinantes de escolha alimentar. *Rev Nutr*. 2008;21(1):63-73.

Kleba ME, Matielo A, Comerlatto D, Renk E, Colliselli L. O papel dos conselhos gestores de políticas públicas: um debate a partir das práticas em Conselhos Municipais de Chapecó (SC). *Ciênc Saúde Coletiva*. 2010;15(3):793-802.

Laus MF, Nascimento PCBD, Almeida SS, Costa TMB. Determinantes ambientais do comportamento alimentar. In: Diez-Garcia RW, Cervato-Mancuso AM, Vannucchi H. *Mudanças alimentares e educação nutricional*. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan; 2011. p. 118-27. (Nutrição e metabolismo).

Leal GVS, Philipi ST, Matsudo SMM, Toassa EC. Consumo alimentar e padrão de refeições de adolescentes. *Rev Bras Epidemiol*. 2010;13(3):457-67.

Levy RB, Castro IRR, Cardoso LO, Tavares LF, Sardinha LMV, Gomes FS *et al.* Consumo e comportamento alimentar entre adolescentes brasileiros: Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE), 2009. *Ciência e Saúde Coletiva*. 2010;15(Supl. 2):3085-97.

Machado SS, Santos FO, Albinati FL, Santos LPR. Comportamento dos consumidores com relação à leitura de rótulos de produtos alimentícios. *Alim Nutr* 2006;17(1):97-103.

Maciel ME. Introdução. *Comida. Horiz Antropológicos*. 1996;4:7-8.

Marins BR, Jacob SC, Peres F. Avaliação qualitativa do hábito de leitura e entendimento: recepção das informações de produtos alimentícios. *Ciênc Tecnol Aliment*. 2008;28(3):579-85.

Martins Filho JM. Masculino x feminino: os diferentes hábitos alimentares de crianças e jovens. *Nutrição Saúde e Performance*. 2001; 3(10): 31.

McGinnis JM, Gootman JA, Kraak VI. Food marketing to children and youth: threat or opportunity? Washington, D.C.: National Academies Press; 2006.

Mello SL. Família: perspectiva teoria e observação factual. In: Carvalho MCA, organizador. *A família contemporânea em debate*. São Paulo: Cortez; 1995. p. 66.

Minayo MCS. O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde. 12ed. São Paulo: Hucitec; 2010.

Monteiro CA, Levy RB, Claro RM, Castro IR, Cannon G. Increasing consumption of ultra-processed foods and likely impact on human health: evidence from Brazil. *Public Health Nutr*. 2011;14(1):5-13.

Neto ARV, Melo LGNS. Fatores de influência no comportamento de compra de alimentos por crianças. *Saúde Soc São Paulo*. 2013;22(2):441-55.

Neumark-Sztainer D, Story M, Resnick M, Blum EW. Lessons learned about adolescents nutrition from the Minnesota Adolescent Health Survey. *J Am Diet Assoc*. 1998;98:1449-56.

Neumark-Sztainer D, Wall M, Story M, Fulkerson JA. Are family meal patterns associated with disordered eating behaviors among adolescents? *J Adol Health*. 2004;35:350-9.

Neutzling MB, Araújo CLP, Vieira MFA, Hallal PC, Menezes AMB. Frequência de consumo de dietas ricas em gordura e pobres em fibra entre adolescentes. *Rev Saude Pública*. 2007;41(3):336-42.

O'Dougherty M, Story M, Stang J. Observations of parent-child co-shoppers in supermarkets: children's involvement in food selections, parental yielding, and refusal strategies. *J Nutr Educ Behav*. 2006;38(3):183-8.

Oliveira JOS, FILHO URP, Demétrio CMC, Oliveira JBS. Sant'Anna: São José dos Campos: evolução histórica e diretrizes urbanas. 1999. São José dos Campos.

Oliveira JR. Promoção da alimentação adequada e saudável na escola: limites e possibilidades de uma proposta educacional. [tese]. São Paulo: Faculdade de Saúde Pública da USP; 2015.

Oliveira SI, Oliveira KS. Novas perspectivas em educação alimentar e nutricional. *Psicologia USP*, São Paulo. 2008; 19(4): 495-504.

Oliveira SP, Muniz LB, Marlière CA, Freitas SN, Fonseca KZ, Carvalho LR *et al.* Hábitos de compra de alimentos da população de Ouro Preto (Minas Gerais). *Segurança Alimentar e Nutricional*. 2005;12(1):1-9.

Oliveira SP, Thebaud-Mony A. Hábitos e práticas alimentares de três localidades da cidade de São Paulo. *Rev Nutr PUCCAMP*. 1998;11(1):37-50.

OPAS - Organización Pan-Americana de la Salud. Rede Latinoamericana de Escuelas Promotoras de la Salud. Washington, DC: FAO; 1999.

Pope C, Mays N. Pesquisa qualitativa na atenção à saúde. 3e. Porto Alegre: Artmed; 2009.
Poulain JP. The contemporary diet in France: “de-structuration” or from commensalisms to “vagabond feeding”. *Appetite*. 2002;39(1):43-55.

Prefeitura São José dos Campos. Escolas. Acesso em: 01 out 2015a. Disponível em: http://www.sjc.sp.gov.br/secretarias/educacao/ensino_fundamental.aspx).

Prefeitura de São José dos Campos. Horas de trabalho complementar. Acesso em: 01 out 2015b. Disponível em: http://www.sjc.sp.gov.br/media/426072/portaria_10_sme_2014_regulamentacao_do_htc.pdf

Quaioti TCB, Almeida SS. Determinantes psicobiológicos do comportamento alimentar: uma ênfase em fatores ambientais que contribuem para a obesidade. *Psicologia USP*. 2006;17(4):193-211.

Pacheco SSM. O hábito alimentar enquanto um comportamento culturalmente produzido. In: Freitas MSC, Fontes GAV, Oliveira N. Escritas e narrativas sobre alimentação e cultura. Salvador: EDUFBA; 2008. 217-237.

Ramos M, Stein LM. Desenvolvimento do comportamento alimentar infantil. *J Pediatr*. 2000 Supl 3;76:229-37.

Ramos WS. Reflexos das políticas de zoneamento urbanos no bairro de Santana: São José dos Campos (1920-1950). 2009. Dissertação de mestrado. Universidade do Vale do Paraíba.

Rampersaud GC, Pereira MA, Girard BL, Adams J, Metz J. Breakfast habits, nutritional status, body weight, and academic performance in children and adolescents. *J Am Diet Assoc*. 2005;105:743-60.

Rodrigues VM, Fiates GMR. Hábitos alimentares e comportamento de consumo infantil: influência da renda familiar e do hábito de assistir à televisão. *Rev Nutr*. 2012;25(3):353-62.

Roque EMST. Estudo das famílias de crianças e adolescentes, vítimas de violência, que sofreram intervenção da justiça, em comarca de vara única – Estado de São Paulo – Brasil [tese]. Ribeirão Preto: Escola de Enfermagem da Universidade de São Paulo; 2006.

Rossi A, Moreira EAM, Rauhen MS. Determinantes do comportamento alimentar: uma revisão com enfoque na família. *Rev Nutr.* 2008;21(6):739-48.

Santos LMP, Santos SMC, Santana LAA, Henrique FCS, Mazza RPD, Santos LAS, *et al.* Avaliação de políticas públicas de segurança alimentar e combate à fome no período 1995-2002. Programa Nacional de Alimentação Escolar. *Cad Saúde Pública.* 2007;23(11):2681-93.

Santos LAS. O fazer educação alimentar e nutricional: algumas contribuições para reflexão. *Ciênc Saúde Coletiva,* 2012;17(2):453-62.

Santos SL, Batalha MO. Propaganda de alimentos na televisão: uma ameaça à saúde do consumidor? *R Adm.* 2010;45(4):373-82.

SEADE – Fundação Sistema Estadual de Análise de Dados – São José dos Campos. Acesso em: 27 out de 2015. Disponível em: <http://www.imp.seade.gov.br/frontend/#/perfil>

Schmitz BAS, Recine E, Cardoso GT, Silva JRM, Amorim NFA, Bernardon R, *et al.* A escola promovendo hábitos alimentares saudáveis: uma proposta metodológica de capacitação para educadores e donos de cantina. *Cad Saúde Pública.* 2008; 24(supl2):S12-S22.

Schwartz MB, Puhl R. Childhood obesity: a societal problem solve. *Obes Rev.* 2003;4:57-71.

Smith ACL. Rotulagem de alimentos: avaliação da conformidade à legislação e propostas para a sua melhoria. [dissertação]. São Paulo: Faculdade de Ciências Farmacêuticas, USP, 2010.

Sobal J, Nelson MK. Commensal eating patterns: a community study. *Appetite.* 2003;41:181-90.

Souza AM, Pereira RA, Yokoo EM, Levy RB, Sichieri R. Alimentos mais consumidos no Brasil: Inquérito Nacional de Alimentação 2008-2009. *Rev Saúde Pública.* 2013;47(1):190-9.

Stewart H, Yen ST. Changing household characteristics and the away-from-home food market: a censored equation system approach. *Food Policy.* 2004;29(6):643-58.

Toral N, Conti MA, Slater B. A alimentação saudável na ótica dos adolescentes: percepções e barreiras à sua implantação e características esperadas de materiais educativos. *Cad Saúde Pública.* 2009;25:2386-94.

Trad LAB. Grupos focais: conceitos, procedimentos e reflexões baseadas em experiências com o uso da técnica em pesquisa de saúde. *Physis.* 2009;19(3):777-96.

Utter J, Scragg R, Mhurchu CN, Schaaf D. At-home breakfast consumption among New Zealand children: Associations with body mass index and related nutrition behaviors. *J Am Diet Assoc.* 2007;107(4):570-6.

Videon TM, Manning CK. Influences on adolescent eating patterns: the importance of family meals. *J Adolesc Health* 2003;32(5):365-73.

WHO-World Health Organization. Prevalence of overweight and obesity in children and adolescents. Geneva; 2009.

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Prezados pais / responsáveis,

a escola do (a) seu (sua) filho (a) foi selecionada para participar da pesquisa “**Alimentação saudável para adolescentes: proposta educacional**” sobre a promoção da alimentação saudável em adolescentes de escolas públicas de São José dos Campos (SP). É um projeto do Departamento de Nutrição da Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo, da Prof.^a Dr.^a Ana Maria D. Gambardella (*e-mail*: gambarde@usp.br, telefone: (11) 3061-7705), e das alunas de doutorado da Instituição, Jéssica Rodrigues de Oliveira (*e-mail*: jerodrigues@usp.br) e Fernanda Nascimento Pereira (*e-mail*: fenasper@usp.br). O **objetivo** da pesquisa é avaliar o impacto de atividades práticas e elaborar materiais educativos pelos próprios alunos, para a promoção de práticas alimentares saudáveis entre os adolescentes dos 6^{os} anos do ensino fundamental. Os alunos participantes responderão a um questionário sobre hábitos alimentares e percepção corporal e serão medidos e pesados no início e ao final do estudo, na escola, por pesquisadores treinados, durante os anos letivos de 2013 e 2014.

Caso a turma do seu (sua) filho (a) seja selecionada para o estudo de intervenção, participará de atividades práticas em grupo sobre alimentação saudável na própria escola.

A participação no estudo implicará em riscos mínimos e não implicará em custos para o aluno ou pais, nem o impedirá de assistir as aulas ou prejudicará suas atividades na escola. As interrupções durante as aulas para a realização das entrevistas e atividades serão realizadas com a autorização da diretoria da escola e dos professores. A pesquisa trará **benefícios** como conhecer o estado nutricional do seu filho e oferecerá informações sobre uma alimentação saudável.

O Sr. (a) poderá obter informações dos procedimentos durante o estudo e tem a liberdade de não colaborar ou desistir da participação do seu filho a qualquer momento da pesquisa.

Privacidade: os pesquisadores garantem que as informações de cada adolescente são confidenciais, e apenas o resultado do grupo poderá ser publicado em congressos e revistas científicas, sem revelar a identidade dos participantes.

Este projeto foi submetido ao Comitê de Ética da Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo, situado a Av. Dr. Arnaldo, 715 - São Paulo (SP) - Brasil - CEP: 1246-904 - *e-mail*: coep@fsp.usp.br - telefones: (11) 3061-7779 / 7742.

Caso o (a) Sr. (a) autorize a participação do (a) seu (sua) filho (a) no estudo, solicita-se a leitura, preenchimento e assinatura deste Termo de Consentimento. Solicita-se também que, em caso de autorização da participação do adolescente no estudo, sejam preenchidas as questões abaixo que auxiliarão na pesquisa.

Assinando o Termo de Consentimento, o (a) Sr. (a) concorda com a participação do seu filho (a) na pesquisa, caso ele deseje.

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Eu, _____, responsável pelo (a) aluno (a) _____, da escola _____, matriculado no _____ ano, turma _____, declaro que entendi e não tenho qualquer dúvida a respeito da carta de informação desta pesquisa. Assim sendo, autorizo-o (a) a participar deste estudo.

Prof.^a Ana Maria Dianezi Gambardella

Responsável pela pesquisa

Assinatura do responsável pelo aluno

Data: ____/____/____

Qual a renda mensal total da família (somando salários, pensões e outras fontes de renda)? R\$ _____

Incluindo você, quantas pessoas moram na casa? _____ pessoas

APENAS PARA AS MÃES

Qual o seu peso? _____ kg E a sua altura? _____ m

Quantos anos a senhora estudou? _____ anos

ROTEIRO - GRUPO FOCAL

- 1) Quais alimentos vocês gostam de comer?
 - a) Por quê?
- 2) Quais alimentos vocês não gostam de comer?
 - a) Por que vocês não gostam desses alimentos?
- 3) Qual a diferença entre este (s) alimento (s) que vocês não gostam com esse (s) que vocês gostam?
 - a) O que eles têm de diferentes?
 - b) Por que existe essa diferença?
- 4) Quantas vezes vocês comeram esses alimentos que não gostam?
 - a) Alguma mudança poderia fazer vocês gostarem desses alimentos?
- 5) Vocês experimentam alimentos novos?
 - a) Quando alguém lhe oferece algum alimento que nunca experimentou, vocês experimentam?
 - b) Por quê?
 - c) Ou depende do que? Aparência, cheiro, cor...
- 6) Seus pais fazem vocês comerem alguma coisa que vocês não gostam?
 - a) Se sim, o que?
 - b) Por que vocês acham que eles fazem isso?
- 7) Quem faz comida na casa de vocês?
 - a) Vocês ajudam a preparar a comida?
 - b) Com quem vocês costumam comer quando estão em casa?
 - c) Vocês costumam comer sempre no mesmo horário?
- 8) Vocês saem com suas famílias?
 - a) Onde vocês costumam comer?
- 9) Para a escola: Vocês levam lanche de casa, comem na escola (merenda) ou compram na cantina?
 - a) O que preferem? Por quê?
 - b) (SE ALGUÉM CITAR) O que costumam comprar na cantina?
 - c) (SE ALGUÉM CITAR) O que costumam levar de casa para escola?
 - d) Com quem vocês costumam comer na escola?
- 10) SE ALGUÉM CITAR QUE LEVA LANCHE DE CASA...
 - a) Quem prepara o lanche que você leva na escola?
 - b) Você ajuda ou escolhe o que levar?
- 11) Vocês vão ao mercado quando seus pais vão fazer compras?
 - a) Vocês gostam?
 - b) O que gostam de comprar? (alimentos)

- 12) Quando vocês veem algum comercial na tevê de alguma comida, vocês pedem para seus pais comprarem?
- a) Eles costumam comprar?
- 13) Pensando nas embalagens dos alimentos que vocês comem...
- a) Vocês olham? Prestam atenção?
 - b) O que tem nas embalagens?
- 14) Vocês acham que têm uma alimentação saudável?
- a) Por quê?
 - b) O que acham que devemos fazer para termos uma alimentação saudável?
 - c) O que precisamos fazer para ter saúde?
- 15) O que é dieta / regime?
- a) Quando uma pessoa diz que está fazendo dieta, o que quer dizer?
 - b) Vocês têm algum conhecido que está fazendo dieta?
 - c) Por que acham que ele está fazendo dieta?
 - d) O que vocês acham?
- 16) O que é *fast food*?
- a) Citem alguns exemplos.
 - b) O que vocês acham do *fast food*? É bom ou ruim? Por quê?
 - c) Tem algo ruim? O que?
- 17) Se vocês precisassem mudar a alimentação de vocês, o que seria mais difícil?
- a) Por quê?
 - b) Como vocês poderiam solucionar esta questão?
 - c) E outras pessoas? Como poderiam ajudar?
- 18) O que vocês gostam de comer quando estão felizes?
- a) E quando estão tristes?

**UNIVERSIDADE DE SÃO PAULO
FACULDADE DE SAÚDE PÚBLICA
DEPARTAMENTO DE NUTRIÇÃO**

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Prezado familiar / responsável,

a escola do (a) seu (sua) filho (a) foi selecionada para participar da pesquisa “**Alimentação saudável para adolescentes: proposta educacional**” sobre a promoção da alimentação saudável em adolescentes de escolas públicas de São José dos Campos (SP). É um projeto do Departamento de Nutrição da Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo, da Prof^a. Dr^a. Ana Maria Dianezi Gambardella (*e-mail*: gambarde@usp.br, telefone: (11) 3061-7705), e das alunas de doutorado da Instituição, Jéssica Rodrigues de Oliveira (*e-mail*: jerodrigues@usp.br) e Fernanda Nascimento Pereira (*e-mail*: fenasper@usp.br). O **objetivo** desta pesquisa é compreender os fatores relacionados à família que influenciam na prática e no comportamento alimentar dos seus filhos, a fim de contribuir para a alimentação saudável de seu (as) filho (as). Cada familiar ou responsável pelo estudante será entrevistado por meio de um questionário semiestruturado sobre hábitos, costumes e práticas alimentares, pelas pesquisadoras referidas acima, durante o primeiro semestre de 2015.

A sua participação no estudo implicará em riscos mínimos e não implicará em custos para o aluno ou pais.

O Sr. (a) poderá obter informações dos procedimentos durante o estudo e tem a liberdade de não colaborar ou desistir da participação a qualquer momento da pesquisa.

Privacidade: os pesquisadores garantem que as todas as informações são confidenciais, e apenas o resultado do grupo poderá ser publicado em congressos e revistas científicas, sem revelar a identidade dos participantes.

Este projeto foi submetido ao Comitê de Ética da Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo, situado a Av. Dr. Arnaldo, 715 - São Paulo (SP) - Brasil - CEP: 1246-904 - *e-mail*: coep@fsp.usp.br - telefones: (11) 3061-7779 / 7742.

Assinando o Termo de Consentimento, o (a) Sr. (a) concorda em participar desta pesquisa.

Eu, _____, declaro que entendi e não tenho qualquer dúvida a respeito da carta de informação desta pesquisa. Assim sendo, autorizo a minha participação neste estudo.

Prof.^a. Ana Maria Dianezi Gambardella
Responsável pelo estudo

Assinatura do familiar / responsável

Data: ____/____/____

ROTEIRO ENTREVISTA - MÃES

Nome e idade

Escolaridade

Local de residência. Há quanto tempo reside nesse local.?

Profissão. Local que trabalha. Já trabalhou antes? Em que local?

Renda mensal familiar (quem contribui para a renda)

Número de filhos. Quantos moram na casa?

Realiza outras atividades?

1. Como foi sua infância e alimentação nessa época?
2. Como foi sua gestação e alimentação nesse período?
3. Conte sobre a alimentação do seu filho na época em que ele era bebê (considerar amamentação e alimentação complementar e explorar sentimentos, preferências, dificuldades, e soluções).
4. Conte como é a alimentação do seu filho (a) desde que começou a comer a alimentação da família até hoje (explorar sentimentos, preferências, dificuldades e soluções)
5. Como é a alimentação da família? (explorar o que comem, horários, preferências, dificuldades, soluções, local das refeições, dinâmica das refeições).
6. Quem escolhe o que será servido nas refeições? O que é levado em conta para essa escolha?
7. Quem compra os alimentos em casa? O que é levado em conta para essa escolha? (explorar quais alimentos são comprados, o local de compra, a periodicidade, se há dificuldades, soluções, quem participa das compras)
8. Costumam olhar a embalagem dos alimentos? O que veem?
9. Preparo da comida: o que considera, dificuldades, soluções. Os filhos ajudam nesse processo?
10. Alimentação fora do lar: onde vão, frequência, critérios para escolha do local e do que comem.
11. Alimentação na escola: o que comem, quem escolhe, critérios para escolha, filhos participam da escolha, o que comem interfere na alimentação em casa
12. Informações sobre nutrição, alimentação e saúde: como, porque se interessam por esses temas, colocam em prática? Como? Há resultados?
13. Orientação de profissional de saúde sobre a alimentação dos filhos: quando foi, o que orientaram e quais os resultados após a prática?
14. Orientação de parente sobre a alimentação dos seus filhos: quando foi, o que orientaram, e quais os resultados após prática?

15. Opinião sobre o que a família come: precisa mudar algo, como essa mudança poderia ser feita, dificuldades e soluções?
16. Alimentação da família é saudável: por que, dificuldades para se ter uma alimentação saudável, conceito de alimentação saudável?
17. Saúde dos filhos: o que é preciso para ter saúde, o que a alimentação tem a ver com a saúde, preocupações com a alimentação dos seus filhos?
18. Papel dos pais na alimentação dos filhos: como, a família de vocês influencia na alimentação dos filhos, como, o que pensam sobre isso?
19. Tem algo a acrescentar? Gostaria de perguntar algo?

Obrigada.

COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA - COEP

Faculdade de Saúde Pública
Universidade de São Paulo

OF.COEP/010/14

26 de fevereiro de 2014.

Prezadas Pesquisadora e Orientadora

O Comitê de Ética em Pesquisa da Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo, **analisou** em sua 1.ª/14 Sessão Ordinária, em 21/02/14, de acordo com a Resolução n.º 466/12 do Conselho Nacional de Saúde e suas complementares, o protocolo de pesquisa n.º **01280812.2.0000.5421**, intitulado "**ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL PARA ADOLESCENTES: PROPOSTA EDUCACIONAL**", do **grupo III**, sob responsabilidade da pesquisadora **Jéssica Rodrigues de Oliveira** e orientação da Professora **Ana Maria Dianezi Gambardella**, considerando-o **HOMOLOGADO**.

Cabe lembrar que, de acordo com a Res. CNS 466/12, são deveres do(a) pesquisador(a): **1)** Comunicar de imediato qualquer alteração no projeto e aguardar manifestação deste Comitê de Ética em Pesquisa para dar continuidade à pesquisa; **2)** Manter sob sua guarda e em local seguro, pelo prazo de 5 (cinco) anos, os dados da pesquisa, contendo fichas individuais e todos os demais documentos recomendados pelo COEP, no caso eventual auditoria; **3)** Comunicar formalmente a este Comitê por ocasião do encerramento da pesquisa; **4)** Elaborar e apresentar relatórios parciais e final; **5)** Justificar perante o COEP interrupção do projeto ou a não publicação dos resultados.

Atenciosamente,

Prof.ª Tit. Sandra Roberta Gouvea Ferreira Vivolo
Coordenadora do Comitê de Ética em Pesquisa - FSP/USP

Ilm.ª Sr.ª

Prof.ª Assoc. Ana Maria Dianezi Gambardella
Departamento de Nutrição da FSP/USP

c.c.: Jéssica Rodrigues de Oliveira

PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: Influência familiar sobre práticas e comportamentos alimentares de adolescentes de São José dos Campos (SP)

Pesquisador: Fernanda Nascimento Pereira

Área Temática:

Versão: 1

CAAE: 15730713.1.0000.5421

Instituição Proponente: Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo - FSP/USP

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 312.901

Data da Relatoria: 17/05/2013

Apresentação do Projeto:

A adolescência apresenta necessidades energéticas específicas diante do acelerado crescimento e desenvolvimento. Vários fatores interferem no consumo alimentar do adolescente como valores e regras socioculturais, autoimagem corporal, convivência social, desenvolvimento psicossocial, situação financeira familiar, alimentação fora de casa, mídia, modismos etc. Investigações multidisciplinares auxiliam na compreensão do fenômeno, possibilitando que programas sejam desenvolvidos baseados na realidade psicossocial e cultural do indivíduo, promovendo adequação dos padrões alimentares. Há escassez de estudos nacionais nesta linha, usando metodologia qualitativa. Este estudo empregará dados do projeto "Alimentação saudável para adolescentes: proposta educacional" que está sendo desenvolvido com estudantes do ensino fundamental de escolas de São José dos Campos, SP, sendo uma delas submetida à intervenção e outra será controle. Serão coletados dados dos adolescentes sobre percepção, conhecimento, comportamento e barreiras para uma alimentação saudável, por meio de grupos focais, antes da intervenção. Entrevista semiestruturada individual será realizada com a mãe ou responsável pelo estudante participante do estudo qualitativo para compreender os fatores relacionados à família sobre prática e comportamento alimentar do adolescente.

Endereço: Av. Doutor Arnaldo, 715

Bairro: Cerqueira Cesar

CEP: 01.246-904

UF: SP

Município: SÃO PAULO

Telefone: (11)3061-7779

Fax: (11)3061-7742

E-mail: coop@fsp.usp.br

Continuação do Parecer: 312.901

Objetivo da Pesquisa:

Esta pesquisa busca compreender os fatores relacionados à família que influenciam a prática e o comportamento alimentar de adolescentes residentes no município de São José dos Campos, SP.

Avaliação dos Riscos e Benefícios:

Riscos:

A participação no estudo implicará em riscos mínimos e não implicará em custos para o aluno ou pais, nem o impedirá de assistir às aulas ou prejudicará suas atividades na escola. As interrupções durante as aulas para a realização das entrevistas e atividades serão realizadas com a autorização da diretoria da escola e dos professores.

Benefícios:

A pesquisa trará benefícios como oferecer informações sobre uma alimentação saudável, tanto para pais, quanto para os filhos, após a realização das entrevistas e do grupo focal.

Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

A pesquisa multidisciplinar aborda tema relevante: fatores que podem interferir no comportamento alimentar de adolescentes, podendo auxiliar na compreensão do fenômeno e no desenvolvimento de programas de prevenção baseada na sua realidade psicossocial e cultural. Há escassez de estudos nacionais nesta temática, usando metodologia qualitativa. Esta pesquisa - respeitando os preceitos éticos - pode contribuir para o conhecimento sobre a determinação das práticas e comportamentos alimentares de adolescentes, com foco na família.

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

Esclarece sobre os riscos mínimos da pesquisa. O TCLE encontra-se adequado.

Recomendações:

Nenhuma

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

Projeto relevante sem pendências éticas.

Situação do Parecer:

Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:

Não

Endereço: Av. Doutor Arnaldo, 715

Bairro: Cerqueira Cesar

CEP: 01.246-904

UF: SP

Município: SAO PAULO

Telefone: (11)3061-7779

Fax: (11)3061-7742

E-mail: coop@fsp.usp.br

FACULDADE DE SAÚDE
PÚBLICA DA UNIVERSIDADE
DE SÃO PAULO

Continuação do Parecer: 312.901

Considerações Finais a critério do CEP:

SAO PAULO, 24 de Junho de 2013

Assinador por:
Claudio Leone
(Coordenador)

Endereço: Av. Doutor Arnaldo, 715

Bairro: Cerqueira Cesar

CEP: 01.246-904

UF: SP

Município: SAO PAULO

Telefone: (11)3061-7779

Fax: (11)3061-7742

E-mail: coep@fsp.usp.br

Quadro 1 – Resumo das características das mães entrevistadas. São José dos Campos, 2015

Id	Bairro	Estado civil, idade, filhos	Ocupação	Moradores da casa	Escolaridade da mãe	Renda familiar mensal	Gasto mensal com alimentação	Duração da entrevista
E01	Altos de Santana	casada, 55 anos, 3 filhos	tarefas domésticas	marido, ela, 3 filhos	EM completo	R\$ 3000,00	R\$ 1300,00	1h49m
E02	Altos de Santana	casada, 40 anos, 2 filhos	tarefas domésticas	marido, ela, 2 filhos	EM completo	R\$ 4000,00	não soube mensurar	57m
E03	Altos de Santana	casada, 39 anos, 6 filhos	tarefas domésticas	marido, ela, 6 filhos	2º ano EM completo	R\$ 1600,00	não soube mensurar	1h20m
E04	Altos de Santana	casada, 41 anos, 2 filhos	tarefas domésticas	marido, ela, 2 filhos	cursando supletivo para EM	R\$ 3000,00	não soube mensurar	1h11m
E05	Altos de Santana	União estável, 47 anos, 2 filhos	cuidadora	companheiro, ela, 2 filhos	2º ano EM completo	R\$ 1100,00	R\$ 800,00	1h35m
E06	Altos de Santana	casada, 49 anos, 1 filho	auxiliar de enfermagem (hospital)	marido, ela, 1 filho	técnico em auxiliar de enfermagem	R\$ 3000,00	R\$ 500,00	2h00m
E07	Altos de Santana	casada, 35 anos, 3 filhos	tarefas domésticas	marido, ela, 3 filhos	3º ano EM incompleto	R\$ 1800,00	R\$ 500,00	1h15m
E08	Altos de Santana	casada, 51 anos, 2 filhos	agente de organização escolar (escola)	marido, ela, 2 filhos	superior completo (química e administração pública)	R\$ 3200,00	R\$ 600,00	1h31m

E09	Portal de Minas	casada, 48 anos, 3 filhos	tarefas domésticas	marido, ela, 2 filhos	magistério completo	não soube mensurar	R\$ 800,00	1h46m
E10	Altos de Santana	casada, 44 anos, 1 filha	compradora (comércio)	marido, ela, 1 filha	EM completo	R\$ 3000,00	R\$ 600,00	1h32m00s
E11	Altos de Santana	casada, 50 anos, 4 filhos	empresária (construção civil)	marido, ela, 2 filhos	3º ano EM incompleto	R\$ 3500,00	R\$ 1200,00	1h13m04s
E12	Altos de Santana	casada, 34 anos, 2 filhos	tarefas domésticas	marido, ela, 2 filhos	EM completo	R\$ 1500,00	R\$ 600,00	1h47m25s
E13	Vila Cristina	casada, 32 anos, 2 filhas	cabeleireira (salão próprio)	marido, ela, 2 filhas	1º ano graduação incompleto (administração)	R\$ 3000,00	R\$ 1000,00	1h58m44s
E14	Portal de Minas	casada, 49 anos, 1 filha	cabeleireira (salão próprio)	marido, ela, 1 filha	3º ano magistério incompleto	R\$ 2500,00	R\$ 600,00	2h24m15s
E15	Jardim Ouro Preto	casada, 48 anos, 1 filho	motorista de transporte escolar	marido, ela, 1 filho	1º ano graduação incompleto (engenharia)	R\$ 2000,00	R\$ 500,00	55h33m

Ana Maria Dianezi Gambardella

Endereço para acessar este CV: <http://lattes.cnpq.br/1510248097484351>
Última atualização do currículo em 05/10/2015

ANA MARIA DIANEZI GAMBARDELLA, É PROFESSORA LIVRE DOCENTE DA FACULDADE DE SAÚDE PÚBLICA, DA UNIVERSIDADE DE SÃO PAULO DESDE 1980. NO CURSO DE NUTRIÇÃO, DA FSPUSP, MINISTROU VÁRIAS DISCIPLINAS OBRIGATÓRIAS, ENTRE AS QUAIS DESTACAM-SE, ADMINISTRAÇÃO DE UNIDADES DE ALIMENTAÇÃO E EDUCAÇÃO NUTRICIONAL. NO PROGRAMA DE PÓS GRADUAÇÃO NUTRIÇÃO EM SAÚDE PÚBLICA MINISTRA AS DISCIPLINAS, NUTRIÇÃO NA ADOLESCÊNCIA E EDUCAÇÃO EM NUTRIÇÃO. DESENVOLVE PESQUISAS, PRINCIPALMENTE, SOBRE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO DE ADOLESCENTES. **(Texto informado pelo autor)**

Identificação

Nome	Ana Maria Dianezi Gambardella
Nome em citações bibliográficas	GAMBARDELLA, A. M. D.; GAMBARDELLA, ANA MARIA DIANEZI

Endereço

Endereço Profissional	Universidade de São Paulo, Faculdade de Saúde Pública. AV. DR ARNALDO, 715 CERQUEIRA CESAR 01246-904 - Sao Paulo, SP - Brasil Telefone: (11) 30617705 Fax: (11) 30617771
------------------------------	---

Formação acadêmica/titulação

1990 - 1996	Doutorado em Saúde Pública (Conceito CAPES 6). Universidade de São Paulo, USP, Brasil. Título: ADOLESCENTES ESTUDANTES DE PERÍODO NOTURNO: COMO SE ALIMENTAM E GASTAM SUAS ENERGIAS, Ano de obtenção: 1996. Orientador: SABINA LEA DAVIDSON GOTLIEB. Palavras-chave: adolescentes; Alimentação; DISPÊNDIO ENERGETICO.
1984 - 1990	Mestrado em Saúde Pública (Conceito CAPES 6). Universidade de São Paulo, USP, Brasil. Título: O PAT FRENTE AS RECOMENDAÇÕES NUTRICIONAIS PARA ESSE SEGMENTO ESPECÍFICO DA POPULAÇÃO, Ano de Obtenção: 1990. Orientador: ROSA NILDA MAZZILLI. Palavras-chave: TRABALHADOR; Alimentação.
1984 - 1984	Especialização em Especialização Em Saúde Pública. Universidade de São Paulo, USP, Brasil.
1972 - 1975	Graduação em Nutrição. Universidade de São Paulo, USP, Brasil.

Livre-docência

2013	Livre-docência. Universidade de São Paulo, USP, Brasil. Título: Restaurantes Sustentáveis: um futuro comum, Ano de obtenção: 2013.
-------------	--

Fernanda Nascimento Pereira

Endereço para acessar este CV: <http://lattes.cnpq.br/2436393365222701>
Última atualização do currículo em 07/01/2016

Possui graduação em Nutrição pela Faculdade de Saúde Pública, USP (2008) e mestrado em Nutrição em Saúde Pública pela Faculdade de Saúde Pública, USP (2011). Atualmente é aluna de doutorado pelo Programa de Pós-graduação em Nutrição e Saúde Pública, da Faculdade de Saúde Pública, USP. **(Texto informado pelo autor)**

Identificação

Nome	Fernanda Nascimento Pereira
Nome em citações bibliográficas	PEREIRA, F. N.

Endereço

Endereço Profissional	Universidade de São Paulo, Faculdade de Saúde Pública. Avenida Doutor Arnaldo, 715 Cerqueira César 01246904 - São Paulo, SP - Brasil Telefone: (11) 30617705 Fax: (11) 30617705 URL da Homepage: http://www.fsp.usp.br
------------------------------	--

Formação acadêmica/titulação

2012	Doutorado em andamento em Nutrição em Saúde Pública. Faculdade de Saúde Pública, USP, FSP/USP, Brasil. Título: Família à mesa: com a palavra, mães e filhos, Orientador: Ana Maria Dianezi Gambardella.
2009 - 2011	Mestrado em Nutrição em Saúde Pública. Faculdade de Saúde Pública, USP, FSP/USP, Brasil. Título: Percepção corporal e fatores associados em estudantes do ensino fundamental de Vitória (ES), Ano de Obtenção: 2011. Orientador: Ana Maria Dianezi Gambardella. Grande área: Ciências da Saúde Grande Área: Ciências da Saúde / Área: Nutrição / Subárea: Análise Nutricional de População.
2004 - 2008	Graduação em Nutrição. Faculdade de Saúde Pública, USP, FSP/USP, Brasil.
1996 - 1999	Curso técnico/profissionalizante. Escola Técnica Estadual Presidente Vargas, ETEPV, Brasil.