

Universidade de São Paulo
Faculdade de Saúde Pública

**O ato de comer, a comensalidade e a classificação
NOVA de alimentos nas recomendações do Guia
Alimentar para a População Brasileira: contribuições
da pesquisa qualitativa**

Bruna Menegassi

**Tese apresentada ao Programa de Pós-
Graduação em Nutrição em Saúde
Pública da Faculdade de Saúde Pública
da Universidade de São Paulo para
obtenção do título de Doutora em
Ciências.**

**Área de concentração: Nutrição em
Saúde Pública**

**Orientador: Prof. Dr. Jean-Claude
Moubarac**

**São Paulo
2018**

**O ato de comer, a comensalidade e a classificação NOVA
de alimentos nas recomendações do Guia Alimentar para a
População Brasileira: contribuições da pesquisa
qualitativa**

Bruna Menegassi

Tese apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Nutrição em Saúde Pública da Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo para obtenção do título de Doutora em Ciências.

Área de concentração: Nutrição em Saúde Pública

Orientador: Prof. Dr. Jean-Claude Moubarac

**São Paulo
2018**

Autorizo a reprodução e divulgação total ou parcial deste trabalho, por qualquer meio convencional ou eletrônico, para fins de estudo e pesquisa, desde que citada a fonte.

Catálogo da Publicação

Ficha elaborada pelo Sistema de Geração Automática a partir de dados fornecidos pelo(a) autor(a)
Bibliotecária da FSP/USP: Maria do Carmo Alvarez - CRB-8/4359

Menegassi, Bruna

O ato de comer, a comensalidade e a classificação NOVA de alimentos nas recomendações do Guia Alimentar para a População Brasileira: contribuições da pesquisa qualitativa / Bruna Menegassi; orientador Jean-Claude Moubarac. -- São Paulo, 2018.

206 p.

Tese (Doutorado) -- Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo, 2018.

1. Guias Alimentares. 2. Pesquisa Qualitativa. 3. Práticas alimentares. 4. Classificação de alimentos. 5. NOVA. I. Moubarac, Jean-Claude, orient. II. Título.

DEDICATÓRIA

*À você, c(r)aro leitor:
que essa tese lhe acrescente algo novo em seu
processo de conhecimento e que a sua leitura ou o
seu “correr de olhos” por essas páginas contribua
para divulgar esse trabalho que ora vos apresento e
vos dedico.*

AGRADECIMENTOS

A que(m) devo agradecer? Sim, a que e a quem. Porque apesar de parecer sem sentido, devo agradecer as pessoas e aos fatos que me levaram a iniciar e a concluir essa tese.

Portanto, cito nomes de apenas algumas pessoas, mas recordando-me de alguns acontecimentos que me trouxeram até aqui, espero que todos os envolvidos sintam-se agradecidos.

Recordo-me da frase de Stanley Jones que escrevi na epígrafe da minha dissertação de mestrado em dezembro de 2009 “Se a vida me agredir, como seguramente fará, então eu vou dizer em que direção há de fazer isso. Farei com que me dê um pontapé para frente”. Recordo-me porque um dia a vida me agrediu, e eu fui demitida do meu cargo de supervisora de laboratório em uma indústria de nutrição animal em Maringá-PR, do qual gostava e aprendi muito. Recordo-me e não poderia deixar de agradecer por isso: se não fosse essa demissão em maio de 2013, muito provavelmente eu não teria pensado em “voltar a academia” e iniciado o doutorado em fevereiro de 2014.

Recordo-me também das muitas sessões de terapia que me ajudaram a entender o “eu”, o “outro” e o “caminho”. Devo então agradecer a isso e ao meu querido Nivaldo Mossato, a princípio meu psicólogo em Maringá-PR e hoje meu amigo, e a minha querida Camila de Veiga Lara (*In memoriam*) em Dourados-MS, também minha psicóloga e hoje uma estrela no céu.

Recordo-me de minha passagem pela UNICENTRO (Universidade Estadual do Centro-Oeste) como professora colaboradora no segundo semestre de 2014 e do meu cargo de professora assistente na UFGD (Universidade Federal da Grande Dourados) desde março de 2015. Então eu agradeço por esses lindos acontecimentos em minha vida e a todos os que, de

alguma forma, me incentivaram a continuar o doutorado, mesmo longe da USP (Universidade de São Paulo).

Agradeço aos meus pais, Daniel Menegassi e Terezinha de Jesus Menegassi; à minha irmã, Daniela Menegassi; aos meus familiares; ao meu noivo, Ítalo Sinigalia Amorim, e aos meus colegas e amigos. Agradeço ao meu orientador prof. Dr. Jean-Claude Moubarac e à minha co-orientadora (“informal”) prof. Dra Fernanda Baeza Scagliusi; aos primeiros pelo incentivo e apoio e aos dois últimos pela orientação e pelos ensinamentos. Da mesma forma agradeço à nutricionista e pesquisadora Priscila de Moraes Sato pela ajuda em uma das etapas do estudo, e pela colaboração de todos os participantes.

Agradeço ao projeto de Internacionalização UCH 1566 para os Programas de Doutorado em Ciências Sociais - Doutorado em Estudos Latinoamericanos - Doutorado em Saúde Pública para a realização de uma estadia de investigação científica de quinze dias na *Escuela de Salud Pública de la Universidad de Chile* sob a supervisão da prof. Dra Alejandra Fuentes Garcia.

Por fim, devo me lembrar que todas essas pessoas não passariam pela minha vida e todos esses fatos não teriam acontecido se não fosse a vontade divina e, por isso, agradeço à Deus pela sua infinita bondade e pelos seus propósitos em minha vida.

O paradoxo da prática do cientista acontece na medida em que ele é interpelado pela sua própria teoria.

A autora

RESUMO

Menegassi B. O ato de comer, a comensalidade e a classificação NOVA de alimentos nas recomendações do Guia Alimentar para a População Brasileira: contribuições da pesquisa qualitativa [tese]. São Paulo: Faculdade de Saúde Pública da USP; 2018.

Introdução - A segunda edição do Guia Alimentar para a População Brasileira ganhou proeminência no cenário nacional e internacional por apresentar algumas de suas recomendações baseadas na classificação NOVA de alimentos bem como no ato de comer e na comensalidade. **Objetivo** - Compreender o que pensam e fazem adultos brasileiros sobre a recomendação “comer com regularidade e atenção, em ambientes apropriados e em companhia” e conhecer o que pensam acerca da classificação NOVA. **Métodos** - Nesse estudo transversal e de natureza qualitativa selecionamos professores, técnicos administrativos e estudantes (n=24) da Universidade Federal da Grande Dourados, no Brasil. Conduzimos uma entrevista semiestruturada e duas atividades de classificação de alimentos também guiadas por entrevista; na primeira, por meio de técnica de *pile sort*, os participantes classificaram livremente, em grupos, um conjunto de 24 figuras de alimentos e bebidas (com exemplos dos quatro grupos da NOVA), na segunda, foi proposto que classificassem os mesmos alimentos de acordo com os nomes dos grupos da NOVA, dados a eles em um cartão de papel. Analisamos as entrevistas por análise de conteúdo; os dados da primeira atividade de classificação por escalonamento multidimensional seguidos de análise hierárquica de cluster; e os dados da segunda por escalonamento multidimensional. **Resultados** - Os participantes apresentaram em média 30 ($\pm 9,4$) anos de idade. Alguns participantes entendem comer com regularidade como *ter horário*; e comer com atenção como *sem distração, comer devagar* e prestar atenção aos *sinais do corpo*. Outros entendem regularidade como *equilíbrio*

e *quantidade adequada*; e atenção como observar as *características dos alimentos* e a *quantidade dos alimentos*. Em relação ao local apropriado para comer, a maioria o entende como *à mesa, lugar agradável, sem interferências e lugar limpo*. Em relação à pergunta sobre comer em companhia, o tema *bom* foi o mais recorrente, mas os temas *prefiro sozinho(a)* e *indiferente* também emergiram na análise. A análise da atividade de classificação livre resultou em seis agrupamentos, dos quais dois relacionaram-se a temas contrastantes como *comida e bobagens, refeições e alimentos prontos, alimentos saudáveis e alimentos não saudáveis, consumo alimentar e restrição alimentar*. A classificação NOVA de alimentos é compreendida pelos participantes em termos de *processamento, produção e químicos*. Os alimentos do grupo in natura ou minimamente processados e do grupo ultraprocessados foram compreendidos pela maioria dos participantes como pertencentes a tais grupos; já os alimentos do grupo de ingredientes culinários e do grupo de alimentos processados estiveram entre as suas dúvidas em relação à classificação NOVA. **Conclusões** - Os pensamentos dos participantes sobre “o ato de comer e a comensalidade” estão refletidos em algumas de suas práticas e vão ao encontro das recomendações do Guia; as suas compreensões acerca da classificação NOVA vão ao encontro do que essa quer comunicar. Esse é o primeiro passo para que o Guia logre êxito em suas recomendações. Esses resultados podem ser usados por pesquisadores brasileiros no sentido de otimizar a comunicação entre as recomendações do Guia e a comunidade-alvo a que se destinam; e por pesquisadores de outros países para aprimorar as recomendações de seus guias alimentares.

Descritores: Guias alimentares; Recomendações nutricionais; Pesquisa qualitativa.

Palavras-chave: Práticas alimentares; Classificação de alimentos, NOVA.

ABSTRACT

Menegassi B. [The act of eating, the commensality and the NOVA food classification in the recommendations of the Dietary Guidelines for the Brazilian Population: contributions of the qualitative research] [thesis]. São Paulo: Faculdade de Saúde Pública da USP; 2018. Portuguese.

Introduction - The second edition of the Dietary Guidelines for the Brazilian Population gained prominence in the national and international media by presenting some of its recommendations based on the NOVA food classification as well as on the act of eating and commensality. **Objective** - Understand what Brazilian adults think and do about the recommendation “eating regularly and carefully, in appropriate environments and in company” and know what they think about the classification NOVA. **Methods** - In this cross-sectional qualitative research we selected a sample of teachers, administrative technicians and students (n = 24) from the Federal University of Grande Dourados, Brazil. We conducted a semi-structured interview and two food classification activities also guided by interview. In the first activity, using the pile sort method, the participants were asked to freely classify 24 pictures of food (sourced from examples of the four food groups specified in the NOVA) into food groups meaningful to them; in the second, it was proposed that they classify the same foods according to the names of the groups of the NOVA, given to them on a paper card. We analyzed the interviews by content analysis; the data of the first classification activity by multidimensional scaling followed by cluster hierarchical analysis; and the data of second classification activity by multidimensional scaling. **Results** - Participants in this study had an average age of 30 years (± 9.4 years). Some participants understand eating regularly as *time to eat*; and eating carefully as *without distraction, eat slowly* and pay attention to *body signals*. Others understand eating regularly as *balance* and *proper quantity*; and eating carefully as *to*

observe the characteristics of food and the quantity of food. Most participants understand the appropriate environments to eat as *eat at the table, enjoyable place, without interference and clean place.* Regarding eating in company, the theme *good* was the most recurring, but the themes *I prefer alone* and *indifferent* also emerged in the analysis. The analysis of the free classification activity resulted in six clusters, of which two related to contrasting themes, such as *real food and junk foods, meals and ready-made foods, healthy foods and unhealthy foods, consumed foods and restricted foods.* The NOVA is understood by the participants in terms of *processing, production and chemicals.* The foods of the groups in natura or minimally processed and ultraprocessed were understood by the majority of participants as belonging to such groups; already the foods of the groups of culinary ingredients and processed foods were among their doubts regarding the classification NOVA. **Conclusions** - The participants' thoughts about "eating and commensality" are reflected in some of their practices and conform, with the recommendations of the Dietary Guidelines; their understandings of the NOVA classification are in line with what it wants to communicate. These are the first steps for the Dietary Guideline to succeed with its recommendations. These results can be used by Brazilian researchers in order to optimize the communication between the recommendations of the Guide and the target community for which they are intended; and researchers from other countries to improve the recommendations of their food guides.

Descriptors: Food guide; Recommended dietary allowances; Qualitative research.

Keywords: Food practices; Food classification; NOVA.

SUMÁRIO

APRESENTAÇÃO	18
1. INTRODUÇÃO	19
1.1. O ato de comer e a comensalidade.....	24
1.2. Acerca de representações e práticas das práticas alimentares	39
1.3. Classificações de alimentos no Brasil: da Pirâmide dos alimentos à classificação NOVA.....	42
2. JUSTIFICATIVA.....	50
3. OBJETIVOS	52
3.1. Objetivo geral	52
3.2. Objetivos específicos	52
4. METODOLOGIA	54
4.1. Local do estudo	54
4.2. Tipo de estudo.....	56
4.3. Referencial teórico metodológico	58
4.4. Seleção dos participantes do estudo.....	61
4.5. Coleta de dados	64
4.5.1. Entrevista semiestruturada.....	66
4.5.2. Atividades de classificação de alimentos	68
4.5.3. Roteiro da entrevista.....	72
4.5.4. Transcrição das entrevistas.....	74
4.6. Análise de dados	75
4.7. Aspectos éticos	78
5. RESULTADOS E DISCUSSÃO	80
5.1. Manuscrito 1: O ato de comer e a comensalidade nas recomendações do Guia Alimentar para a População Brasileira: representações e práticas entre adultos brasileiros	80
5.2. Manuscrito 2: Classificações de alimentos segundo adultos brasileiros: elementos envolvidos e relações com a classificação NOVA.	114
5.3. Manuscrito 3: Compreensões de adultos brasileiros acerca da classificação NOVA de alimentos	147
6. CONCLUSÕES	177

7. CONSIDERAÇÕES FINAIS	179
8. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	185
Primeira página do currículo lattes da autora da tese: Bruna Menegassi	206
Primeira página do currículo lattes do orientador da tese: Jean-Claude Moubarac..	207

ANEXOS

Anexo 1 - Parecer do comitê de ética da Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo.	203
Anexo 2 - Aprovação pela reitoria da Universidade Federal da Grande Dourados para realização da coleta de dados do estudo nessa instituição.	205

APÊNDICES

Apêndice 1 - Convite para participação do estudo.	198
Apêndice 2 - Roteiro para a entrevista semiestruturada.	199
Apêndice 3 - Ficha para coleta de dados dos participantes.	200
Apêndice 4 - Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.	201

LISTA DE QUADROS

MANUSCRITO 1

Quadro 1 - Definições curtas dos temas emergentes na análise de conteúdo e número de trechos codificados por tema.....	91
---	----

MANUSCRITO 2

Quadro 1 - A classificação NOVA de alimentos	120
---	-----

Quadro 2 - Itens alimentares selecionados para conjunto de cartões para a atividade de <i>pile sort</i> , organizados segundo os grupos da classificação NOVA.....	124
---	-----

MANUSCRITO 3

Quadro 1 - A classificação NOVA de alimentos	152
---	-----

LISTA DE TABELAS

MANUSCRITO 2

Tabela 1 - Dados antropométricos e socioeconômicos dos participantes do estudo (n = 24). Dourados, Brasil, 2016.....	129
Tabela 2 - Definição dos temas emergentes na análise de conteúdo das transcrições de entrevistas dos participantes do estudo (n = 24), coeficiente de Kappa e número de trechos codificados por tema, Dourados, 2016.....	130

MANUSCRITO 3

Tabela 1 - Compreensões (termos e expressões) de adultos brasileiros (n = 24) acerca da classificação NOVA de alimentos.....	163
Tabela 2 - Facilidades, dificuldades e dúvidas de adultos brasileiros (n = 24) em relação à classificação NOVA de alimentos.....	165
Tabela 3 - Alimentos, por grupos, identificados nas dúvidas de adultos brasileiros (n = 24) em relação à classificação NOVA de alimentos.....	166

LISTA DE FIGURAS

- Figura 1 - Conjunto de vinte e quatro cartões contendo figuras de alimentos e bebidas utilizado nas atividades de classificação de alimentos. 70
- Figura 2 - Registro fotográfico de classificações de alimentos de dois participantes do estudo. 71

MANUSCRITO 2

- Figura 1** - Quatro dos vinte e quatro cartões, contendo figuras de alimentos e bebidas, utilizados para a atividade de *pile sort*.....125
- Figura 2** - Resultados do escalonamento multidimensional e da análise hierárquica de cluster usando os dados do *pile sort* de adultos brasileiros, Dourados, Brasil.....132

MANUSCRITO 3

- Figura 1** - Conjunto de 24 cartões contendo figuras de alimentos e bebidas utilizado na atividade de classificação.....156
- Figura 2** - Análise de escalonamento multidimensional dos alimentos classificados pelos participantes do estudo (n = 24), Dourados, Brasil.....166

APRESENTAÇÃO

Esta tese foi concebida e executada por Bruna Menegassi, aluna do curso de doutorado do Programa de Nutrição em Saúde Pública da Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo (FSP-USP) e também professora assistente do curso de nutrição da Faculdade de Ciências da Saúde da Universidade Federal da Grande Dourados (FCS-UFGD) e, por esse motivo, foi conduzida na cidade de Dourados-MS.

Por entender o papel de seus orientadores e colaboradores nesse estudo, e por considerar o tipo de pesquisa adotado (pesquisa qualitativa) adotou uma modalidade de escrita narrativa, em primeira pessoa do plural, a qual segundo CORREA (2004) entremeia o discurso literário, o científico e o reflexivo, com a preocupação de aprofundar os tópicos apresentados por meio das estratégias de uso de várias vozes.

A tese, aqui denominada estudo, encontra-se estruturada em oito itens. Na introdução apresentamos brevemente a segunda edição do Guia Alimentar para a População Brasileira e contextualizamos as temáticas de interesse desse estudo, contidas nesse Guia. No item dois apresentamos a justificativa do estudo.

Na sequência, no item três, apresentamos os objetivos do estudo. No item quatro apresentamos uma descrição dos procedimentos metodológicos adotados que permitem justificar, em função das perguntas norteadoras e dos objetivos, a qualidade científica dos dados obtidos.

No item cinco apresentamos os resultados e as discussões dos dados obtidos, sob a forma de manuscritos, que foram ou serão submetidos para publicação em periódicos científicos.

Por fim, no item seis descrevemos as conclusões, no item sete as considerações finais e no item oito listamos as referências bibliográficas utilizadas. Na sequência incluímos os apêndices e os anexos referentes a esse estudo.

1. INTRODUÇÃO

*Nada define a nossa natureza como criaturas vivas
mais dramaticamente do que a nossa ingestão.*

Sidney Mintz

Guias alimentares são documentos oficiais elaborados e publicados por órgãos governamentais para guiar políticas públicas de alimentação e nutrição, aconselhar pessoas em dietas que promovam hábitos e estilos de vida saudáveis e reduzir índices de obesidade e de doenças relacionadas (WHO, 1998; FAO, 2014).

Desde 1992, a Organização das Nações Unidas para a Alimentação e Agricultura (FAO) vem apoiando países na elaboração de seus guias alimentares. Em cumprimento ao Plano de Ação Mundial para a Nutrição, adotado pelos países participantes da Conferência Internacional sobre Nutrição (ocorrida em Roma, em 1992), guias alimentares específicos para a população de cada país têm sido elaborados e contribuído para traduzirem metas nutricionais estabelecidas para a população em mensagens práticas e de fácil compreensão (PAHO, 1999).

A FAO considera que um país que elabora seu guia alimentar com base em alimentos nacionais, seguindo um complexo processo no qual são realizados estudos de diagnóstico de situação e estudos de campo para se comprovar as recomendações, elabora um “guia alimentar baseado em alimentos”, distinguindo-o de países que incluem em seus guias, mensagens de alimentação saudável sem considerarem esses aspectos (FAO, 2014). Nessa

tese, à menção à terminologia “guias alimentares baseados em alimentos”, é feita indistintamente por guias alimentares ou simplesmente guias.

Em todo o mundo, noventa países elaboraram guias alimentares baseados em alimentos nacionais e, atualmente, quatro estão desenvolvendo os seus (FAO, 2017). A maioria dos guias alimentares existentes restringe o conceito de dieta à quantidade de nutrientes presentes nos alimentos (MONTEIRO et al., 2015). De fato, muitos guias alimentares focam suas recomendações no que e no quanto comer (ARANCETA-BARTRINA et al., 2016; DINICOLANTONIO et al., 2016; MONTAGNESE et al., 2017; MUNASINGHE et al., 2017; DU PLOOY et al., 2018) subestimando o contexto do como, quando, porque, onde e com quem alimentos e/ou refeições são consumidos (MONTEIRO et al., 2015), negligenciando assim a dimensão sociocultural da alimentação.

Isso pode ser reflexo dos resultados da grande maioria das pesquisas sobre práticas alimentares, que tem se orientado principalmente sob uma perspectiva econômica (estudando a evolução dos gastos e das compras) ou nutricional (estudando a evolução da dieta em termos de nutrientes e composição, seus efeitos no corpo humano e a sua relação com doenças), deixando em segundo plano a análise de fatores e circunstâncias socioculturais que condicionam tais práticas (GARCIA, 1994; ARNAIZ, 2005; DODDS e CHAMBERLAIN, 2017). Também, a maioria dos guias alimentares não considera o vínculo entre dieta e sustentabilidade social, ambiental e econômica dos sistemas alimentares (MONTEIRO et al., 2015; FISCHER e GARNETT, 2016).

No Brasil, a primeira edição do Guia Alimentar para a População Brasileira (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2008), publicada em 2006, apresentou as primeiras diretrizes alimentares oficiais para a população brasileira. Em consonância com a recomendação da Organização Mundial da Saúde (OMS), de atualizar periodicamente as recomendações sobre alimentação adequada e saudável e, diante das transformações sociais vivenciadas pela

sociedade brasileira, que impactaram sobre suas condições de saúde e nutrição, a partir de 2011, o Ministério da Saúde desencadeou o processo de elaboração de uma nova edição do Guia Alimentar para a População Brasileira (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2014).

Esse processo incluiu a realização de duas oficinas nacionais e oficinas regionais em todas as 27 unidades da federação, com pesquisadores, profissionais de saúde, educadores e representantes de organizações da sociedade civil e sua conclusão envolveu consulta pública que contou com a participação de instituições de ensino, órgãos públicos, conselhos e associações profissionais, setor privado e pessoas físicas (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2014).

Oficialmente publicado em 2014, a segunda edição do Guia Alimentar orienta-se por cinco princípios, abordados em seu primeiro capítulo: 1) Alimentação é mais que ingestão de nutrientes; 2) recomendações sobre alimentação devem estar em sintonia com seu tempo; 3) alimentação adequada e saudável deriva de sistema alimentar socialmente e ambientalmente sustentável; 4) diferentes saberes geram o conhecimento para a formulação de guias alimentares; 5) guias alimentares ampliam a autonomia nas escolhas alimentares (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2014).

Em seu segundo capítulo, o Guia faz uma importante distinção entre alimentos in natura ou minimamente processados, ingredientes culinários, alimentos processados e alimentos ultraprocessados (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2014) ao adotar a classificação NOVA de alimentos, baseada na natureza, extensão e propósito do seu processamento (MONTEIRO et al., 2010; MONTEIRO et al., 2015). Explicando algumas razões nutricionais, metabólicas, econômicas, socioculturais e ambientais para que se evitem alimentos ultraprocessados (MONTEIRO et al., 2012; MONTEIRO et al., 2017), o Guia fundamenta uma recomendação de ouro: prefira sempre alimentos in natura ou minimamente processados e preparações culinárias a alimentos ultraprocessados (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2014), a qual pode ser exemplificada por: prefira água, leite, frutas, arroz, feijão,

farofa, macarronada, refogado de legumes e refrigerantes, salgadinhos de pacote, biscoitos, macarrão instantâneo, sopas de pacote, pratos congelados prontos para aquecer.

Em seu terceiro capítulo, o Guia orienta como combinar alimentos na forma de refeições. Essas orientações se baseiam em padrões de alimentação efetivamente praticados por uma parcela substancial da população brasileira, que ainda baseia sua alimentação em alimentos in natura ou minimamente processados e preparações culinárias feitas com esses alimentos (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2014).

Baseado em evidências que mostram que as circunstâncias que envolvem o consumo de alimentos, por exemplo, comer sozinho, sentado no sofá e diante da televisão ou compartilhar uma refeição, sentado à mesa com familiares ou amigos, são importantes para determinar o quê e o quanto será consumido e estão relacionadas às condições de saúde e de nutrição das pessoas (SCHERWITZ e KESTEN, 2005; SALVY et al., 2007; KIMURA et al., 2012; ROBINSON et al., 2013), o Guia Alimentar apresenta em seu quarto capítulo, intitulado “o ato de comer e a comensalidade”, uma recomendação que influencia o uso dos alimentos e o prazer de comer: “comer com regularidade e com atenção, em ambientes apropriados e, sempre que possível, em companhia” (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2014).

Por fim, antecipando os obstáculos que podem impedir a adoção de suas recomendações pelos brasileiros como oferta e preço de alimentos in natura ou minimamente processados, falta de habilidades culinárias, falta de tempo e publicidade de alimentos ultraprocessados, em seu quinto capítulo, o guia trata das ações que as pessoas podem fazer para superá-los (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2014).

As recomendações do Guia Alimentar (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2014) são resumidas em dez passos para uma alimentação adequada e saudável:

1. Fazer de alimentos in natura ou minimamente processados a base da alimentação

2. Utilizar óleos, gorduras, sal e açúcar em pequenas quantidades ao temperar e cozinhar alimentos e criar preparações culinárias
3. Limitar o consumo de alimentos processados
4. Evitar o consumo de alimentos ultraprocessados
5. Comer com regularidade e atenção, em ambientes apropriados e, sempre que possível, com companhia
6. Fazer compras em locais que ofertem variedades de alimentos in natura ou minimamente processados
7. Desenvolver, exercitar e partilhar habilidades culinárias
8. Planejar o uso do tempo para dar à alimentação o espaço que ela merece
9. Dar preferência, quando fora de casa, a locais que servem refeições feitas na hora
10. Ser crítico quanto a informações, orientações e mensagens sobre alimentação veiculadas em propagandas comerciais. (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2014, p.125-128)

A segunda edição do Guia Alimentar para a População Brasileira recebeu elogios de muitos na vanguarda da luta por uma alimentação saudável, incluindo Michael Pollan que se referiu às suas recomendações como “revolucionárias”^{*} e NESTLE (2014) que observou que as diretrizes são notáveis não só porque são baseadas em alimentos que os brasileiros comem todos os dias, mas também porque consideram as implicações sociais, culturais, econômicas e ambientais das escolhas alimentares que as pessoas fazem. Também, o Guia Alimentar foi elogiado pela revista americana “Vox” nos seguintes termos “O Brasil tem as melhores diretrizes nutricionais do mundo”[†] (VOX, 2015). O Guia Alimentar brasileiro também foi elogiado por SUMNER (2015) que, não obstante, considerou algumas de suas recomendações limitadas quanto ao papel do mercado, do estado e das mulheres.

^{*} Comunicação pessoal de Michael Pollan, em 02 de agosto de 2015, em uma rede social. Informação obtida em: https://www.facebook.com/permalink.php?story_fbid=936967963027445&id=125708780820038, 15 set 2017].

[†] [Brazil has the best nutritional guidelines in the world].

1.1. O ATO DE COMER E A COMENSALIDADE

O quarto capítulo do Guia Alimentar intitulado “o ato de comer e a comensalidade” fundamenta a recomendação “comer com regularidade e atenção, em ambientes apropriados e em companhia” baseando-se em estudos científicos que mostram que as maneiras e as circunstâncias que envolvem o consumo de alimentos estão relacionadas às condições de saúde e de nutrição das pessoas (SCHERWITZ e KESTEN, 2005; SALVY et al., 2007; COHEN e FARLEY, 2008; KIMURA et al., 2012; ROBINSON et al., 2013).

Ainda, esse capítulo explica os benefícios que podem ser alcançados com essa recomendação como, por exemplo, uma percepção melhor do sabor e da textura dos alimentos, uma melhor digestão e aproveitamento dos alimentos, controle mais eficientemente do quanto se come, maiores oportunidades de convivência com familiares e amigos e, de modo geral, mais prazer com a alimentação (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2014).

Mas ao nos referirmos ao ato de comer e à comensalidade, do que tratamos? Procurando adentrar no espaço social alimentar, faremos uma breve reflexão teórica acerca dessa questão que, inclusive não se faz presente no Guia Alimentar, a fim de ampliarmos o debate que nos parece oportuno e se faz necessário. Ressaltamos que essa reflexão é uma possível perspectiva de análise e, por isso, incorre na possibilidade de não contemplar todas as temáticas de tão amplo escopo. Iniciaremos tratando do ato de comer e em seguida trataremos da comensalidade, mas no decorrer da escrita poderão ser percebidos seus imbrincamentos.

Para adentrarmos no espaço social alimentar, ao qual nos referimos, precisamos iniciar essa reflexão pela compreensão de “espaço social”. Esse termo foi proposto pelo antropólogo Georges Condominas (citado por POULAIN, 2013, p.225) com “a preocupação de dar conta de um conjunto de fatos que o conceito de cultura não podia cobrir (...)”. Assim, esse autor

define como espaço social “o espaço determinado pelo conjunto dos sistemas de relações, características do grupo considerado” (Condominas, citado por POULAIN, 2013, p.225). Emprestando essa definição de espaço social, alguns estudiosos da alimentação como Claude Grignon (GRIGNON e GRIGNON, 1980) e Jean-Pierre Poulain (POULAIN, 2013) utilizam o conceito de “espaço social alimentar”.

O sociólogo Jean-Pierre Poulain ao observar na definição do espaço social as lógicas de interação do meio – com seus componentes físicos, climatológicos, biológicos – e do cultural, – com suas dimensões linguísticas, tecnológicas, imaginárias – explica o espaço social alimentar pelas lógicas de interação do ato alimentar com as várias dimensões a que este se relaciona, como as dimensões sociais, psicológicas, fisiológicas (POULAIN, 2013); assinalando a conexão bioantropológica de um grupamento humano ao seu meio (POULAIN e PROENÇA, 2003a). Assim, esse autor propõe o espaço social alimentar em suas variadas dimensões (o espaço do comestível, o sistema alimentar, o espaço do culinário, o espaço dos hábitos de consumo alimentar, a temporalidade alimentar e o espaço de diferenciação social) como instrumento para o estudo dos modelos alimentares (POULAIN e PROENÇA, 2003a).

Se a “alimentação” já é um tema deveras complexo por abarcar conteúdos das mais variadas disciplinas (AZEVEDO, 2017), o ato de comer dentro desse espaço social alimentar não poderia expressar menor complexidade.

Vejamos o significado do comer nas palavras de CARVALHO e LUZ (2011)

O comer é, assim, uma ação concreta de incorporação tanto de alimentos como de seus significados, permeada por trocas simbólicas, envolvendo uma infinidade de elementos e de associações capazes de expressar e consolidar a posição de um agente social em suas relações cotidianas (CARVALHO e LUZ, 2011, p.147).

e o seu papel nas palavras de FLANDRIN e MONTANARI (1998)

O homem civilizado come não somente (e menos) por fome, para satisfazer uma necessidade elementar do corpo, mas, também, (e, sobretudo) para transformar essa ocasião em um momento de **sociabilidade** (o destaque é nosso), em um ato carregado de forte conteúdo social e de grande poder de comunicação (FLANDRIN e MONTANARI, 1998, p.108).

Aqui percebemos que o verbo comer pressupõe um sujeito que executa a ação. Nas palavras de Montanari, historicamente, esse homem “é uma abstração que se encarna em homens concretos, que vivem (no plural) em sociedades mais ou menos complexas” (MONTANARI, 2013, p.47); portanto, esse homem são (no plural também), os seres humanos, os indivíduos, os atores sociais ou os próprios sujeitos que atuam.

Tal qual na analogia à linguagem que Lévi-Strauss faz à expressão da comida, a qual ele afirma possuir um léxico – os produtos – e uma sintaxe – a refeição (MONTANARI, 2013), é na analogia à dramaturgia que tratamos o “ato de comer”. Na literatura, a depender da preferência do autor, de sua abordagem científica e de seus paradigmas, os estudos sobre o ato de comer, ora tido como “ato alimentar” ora como “fato alimentar”, em sua maioria, tratam do ato em si de comer e não necessariamente – e somente – do que e do quanto se come (o alimento e seus constituintes, e suas quantidades). É dessa forma, tendo-se os atores sociais em um ato – o de comer – que se evidenciam as suas maneiras de comer – como, onde, com quem comem. Portanto, ao nos referirmos ao ato de comer tratamos do jeito que os sujeitos comem tendo em vista a dinamicidade do espaço social alimentar, que por sua vez está carregado de forte conteúdo social e de sociabilidade. Dessa forma já percebemos um elo entre o ato de comer e a comensalidade, mas trataremos desta última mais adiante.

Apesar de notarmos o “forte conteúdo social” (FLANDRIN e MONTANARI, 1998, p.108) do ato de comer, a alimentação foi, por muito tempo, uma temática social negligenciada (AZEVEDO, 2017).

Os alimentos permaneceram por muito tempo como protagonistas nos estudos acerca da alimentação graças a pesquisadores de ciências como a química e a fisiologia (enquanto ciência independente) que, desde o final do século XVIII se empenharam na descoberta da composição dos alimentos, de suas propriedades e do seu papel no corpo (SANTOS, 1989); por esse motivo, a alimentação ficou subordinada mais às questões biológicas que às socioculturais (FREITAS et al., 2011).

Em consequência, as análises sobre o ato de comer foram sendo deslocadas para outras disciplinas como a sociologia e a história, tais quais vemos, por exemplo, nas obras “O processo civilizador: uma história dos costumes” de Norbert Elias e “História da Alimentação” de Jean-Louis Flandrin e Massimo Montanari, publicadas originalmente em 1939 e 1949, respectivamente. Elias analisa a história dos costumes, concentrando-se nas mudanças das regras sociais, inclusive de etiqueta e boas maneiras, e no modo como o indivíduo as percebia, modificando comportamentos e sentimentos. Nessa análise aborda que o conceito de civilização está relacionado a uma grande variedade de fatos, desde ao nível da tecnologia, às ideias religiosas e aos costumes, até ao modo como são preparados e consumidos os alimentos (ELIAS, 1994). Flandrin e Montanari discorrem de forma magistral a relação do homem com seu alimento, o desenvolvimento da culinária, o surgimento dos banquetes, o costume das refeições regulares, o hábito de comer à mesa, a ritualização da comensalidade. Desde o primeiro capítulo – a humanização das condutas alimentares – até o último – a ‘McDonaldização’ dos costumes* – mostram que as relações entre os aspectos da cultura e das maneiras de se alimentar sempre existiram, desde a conquista do fogo até a chegada do fast-food (FLANDRIN e MONTANARI, 1998).

* Sabemos que a cadeia mundial de restaurantes do McDonalds, surgiu como franquia em 1955; no entanto, em 1937, os irmãos Dick e Mac McDonald abrem seu primeiro drive-in restaurante perto de Pasadena, tirando partido da crescente independência dos californianos em relação ao carro. Começam a vender *hot-dogs* e não hambúrgueres. Não podemos afirmar ao certo, no entanto, em que edição do livro esse capítulo (com esse título) foi escrito.

A essa época, a antropologia dava os primeiros passos em direção aos estudos sobre as funções sociais do comer e da comida, graças aos trabalhos de Margaret Mead e Audrey Richards*, essa última pioneira da antropologia da alimentação (MINTZ, 2001; AZEVEDO, 2017). A título de ilustração, como descreve POULAIN (2013), em 1945 num texto curiosamente desconhecido a antropóloga americana Margaret Mead escreve: “Antes de procurar saber como mudar os hábitos alimentares, convém em primeiro lugar compreender o que quer dizer comer” (POULAIN, 2013, p.106). MINTZ (2001) afirma que, no entanto, o estudo antropológico da comida apresentou relevância dentro dessa ciência somente a partir do aparecimento de um mercado mundial de alimentos, a partir da década de 1990.

Já no campo da ciência da nutrição, o protagonismo dos alimentos no papel desempenhado nos processos de saúde e doença, em uma visão maniqueísta da alimentação, vigora até os dias atuais. Nessa ciência ainda se faz presente uma visão reducionista da alimentação e, por consequência, de recomendações nutricionais (FARDET e ROCK, 2014) que, em um certo “nutricionismo” preocupam-se mais com doença, nutriente, dieta, razão, controle do que com saúde, comida, comensalidade, cultura, prazer (SCRINIS, 2013). Apesar disso, o que se vê desde o início deste século, é o próprio homem ganhando a cena dentro da nutrição como observamos, por exemplo, na obra “Antropologia e nutrição: um diálogo possível”† organizada por Ana Maria Canesqui e Rosa Wanda Garcia.

O interesse da nutrição e do profissional nutricionista por esse homem – o seu meio, sua experiência e subjetividade em relação ao ato de comer – é, portanto, recente e carece de uma maior e devida atenção para uma compreensão mais profunda entre esse e seu meio, sua cultura e seu alimento. Lentamente estamos avançando nesse sentido: o quarto capítulo da segunda edição do Guia Alimentar para a População Brasileira, ao qual temos nos referido, pode ser citado como um exemplo desse avanço.

* Richards A. Land, labour and diet in Northern Rhodesia. Londres: Oxford University Press; 1951 [1939].

† Canesqui AM, Garcia RWD. (Orgs). Antropologia e nutrição: um diálogo possível. Rio de Janeiro: Fiocruz; 2005.

Outros avanços nesse sentido podem ser observados pelo aumento no número de publicações acadêmicas e generalistas, o crescente número de congressos científicos e inclusive a mídia interessados na dimensão sociocultural da alimentação; o fortalecimento de instituições que passaram a focar seus trabalhos nessa questão e o aumento e/ou surgimento dos mais diversos ativismos alimentares como o *Slow Food*, a Agroecologia e a Agricultura Familiar; a Agricultura Orgânica e outros sistemas agroalimentares sustentáveis (Permacultura, Agriculturas Biodinâmica, Natural, Ecológica); o Locavorismo; o Vegetarianismo; o Veganismo (AZEVEDO, 2017), o *Mindful Eating* (NELSON, 2017). Entre as publicações generalistas, AZEVEDO (2017) aponta a da Revista de História da Biblioteca Nacional, de abril de 2015, cujo tema “Decifrando o ato de comer” aborda os diferentes sentidos da comida (AZEVEDO, 2017).

Nesse sentido no Brasil, apontamos também a obra “Comer”^{*}, de Claude Fischler e Estelle Masson (traduzida e publicada no país em 2010); o próprio capítulo quatro do Guia Alimentar (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2014) e publicações decorrentes desta, como publicações do Conselho Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional (CONSEA)[†] e o Documento de Referência da 5ª Conferência Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional (CGAN, 2015), que trataram sobre o ato de comer. Para se ter uma ideia da valorização do comer frente a dimensões por muito tempo negligenciadas, no momento em que escrevemos essas linhas, jornalistas brasileiros apostam em um site que discute o comer como um ato político – com profundas implicações sociais, econômicas e ambientais[‡]; questão essa que vem sendo discutida há mais tempo, por exemplo, nos Estados Unidos por Marion Nestlé (NESTLE, 2002) e Michael Pollan (POLLAN, 2007; 2008). FISCHLER (1990) já afirmava

^{*} Fischler C, Masson E. Comer: A alimentação de franceses, outros europeus e americanos. São Paulo: Senac; 2010.

[†] [Informação obtida em <http://www4.planalto.gov.br/consea/comunicacao/artigos/2015/o-ato-de-comer>, 15/08/17]

[‡] Estamos nos referindo ao site jornalístico “O joio e o trigo” editado por Por João Peres e Moriti Neto e lançado ao ar em outubro de 2017. [Informação obtida em <http://outraspalavras.net/brasil/comer-opcao-politica/>, 15/08/17]

que a definição do comer – enquanto modo, enquanto processo social – é caracterizada pelo estímulo da individualidade e pelo uso da subjetividade de um sistema de significação simbólica do modelo capitalista de consumo.

Há um sentido específico do ato de comer que varia de cultura para cultura e de época para época (MACIEL e CASTRO, 2013). Também, no decorrer da história, a depender do cenário político e econômico, e das dimensões alimentares e correntes de pensamentos que vigoram na época, ao ato de comer é dada diferente ênfase.

Se na Idade Média a frase “dize-me o quanto comes e te direis quem és” manifestava uma superioridade das camadas dominantes da sociedade por meio da ostentação alimentar (MONTANARI, 2013), e enfatizava o “quanto” se come; no início da Idade Contemporânea Brillat-Savarin em a “Fisiologia do gosto” escrevia “dize-me o que comes e te direi quem és” em referência a um valor comunicativo de identidade social relacionado à qualidade da comida (MONTANARI, 2013), enfatizando o “que” se come.

Nessa linha de pensamento, já no início do século XXI Sidney Mintz afirma que a comida que entra em cada ser humano, carrega consigo uma espécie de carga moral e que ao incorporarmos essa comida nossos corpos podem resultar no nosso caráter, que por sua vez é revelado pelas maneiras que comemos (MINTZ, 2001); e isso nas palavras de Michael Pollan foi traduzido em “não somos apenas o que comemos, mas também como comemos” (POLLAN, 2007, p.14).

Observemos que estas máximas também revelam um avanço na valorização da dimensão sociocultural da alimentação e, conseqüentemente, do ato de comer. Mais adiante veremos como foi dada ênfase à comensalidade em outra reformulação dessa frase.

Podemos afirmar que o interesse dos pesquisadores das mais diversas áreas pelo ato de comer também pode ser devido, em parte, ao processo que alguns autores denominam como uma “desestruturação da alimentação” (POULAIN, 2013). Esse processo, constatado no início

dos anos 80 principalmente nos países industrializados, apresenta como seus principais sintomas a desconcentração, a dessocialização, a desritualização da refeição, a desimplantação horaria (ARNAIZ, 2005) – ou aqui para mencionarmos o termo regularidade, utilizado pelo Guia Alimentar, uma desregulação do comer. Nesse sentido, até o que GALLIAN (2007) descreveu como a desumanização do comer poderia expressar um retrocesso ao que FLANDRIN e MONTANARI (1998) descreveram como a humanização das condutas alimentares e ao que ELIAS (1994) descreveu como parte do processo civilizador da humanidade.

FISCHLER (1979) recorre ao neologismo “gastroanomia”, criado por ele, para se referir à ausência de regras relativas ao ato de comer o que seria também consequência da modernidade alimentar (POULAIN, 2013), caracterizada por três fenômenos concomitantes: uma situação de superabundância de alimentos, a diminuição dos controles sociais e a multiplicação dos discursos sobre a alimentação (POULAIN, 2013).

As novas relações entre o indivíduo e a coletividade (FONSECA et al., 2011) e novas relações entre o espaço e o tempo (ORTIGOZA, 2008) também influenciaram e continuam a influenciar este comensal moderno em suas relações com a alimentação (ARNAIZ, 2005).

Os espaços passam a ser cada vez mais normatizados e globalizados e o tempo impõe um ritmo cada vez mais veloz às sociedades (ORTIGOZA, 2008). Podemos dizer que é aí que se sobressai o consumo de produtos práticos e convenientes “vendidos sob a alegação de uma maior ‘comodidade’ (...) projetados frequentemente para criar novas situações propícias ao ato de comer, como no ônibus a caminho da escola (...) ou no carro a caminho do trabalho (...)” a exemplo de “uma sopa de micro-ondas com uma embalagem própria para ser segurada numa das mãos e projetada para caber no porta-xícaras do painel do carro” (POLLAN, 2007, p. 322).

A praticidade e a conveniência são algumas das características dos alimentos ultraprocessados prontos para comer como, por exemplo, salgadinhos de pacote, refrigerantes, bolachas recheadas e, pratos prontos para aquecer, como lasanha pronta congelada e empanados de frango congelado tipo nuggets (MONTEIRO et al., 2010; MONTEIRO et al., 2012), que tiveram seu consumo aumentado de forma vertiginosa em vários países, com implicações negativas para a saúde (MARTINS et al., 2013; MOUBARAC et al., 2013; PAHO, 2015). A respeito do termo “conveniente” MONTEIRO et al. (2017) alertam que ele é inútil e não deve ser usado para distinguir alimentos ultraprocessados; aqui, no entanto, o termo é utilizado de forma a adjetivá-los na medida em que reduzem a necessidade de preparo e tornam qualquer espaço apropriado para uma “refeição” – se é que podemos denominá-la com tal.

Os produtos prontos para comer são formulados para serem transportados por longas distâncias e, por sua conveniência, podem ser consumidos em qualquer lugar (MONTEIRO et al., 2010a; MONTEIRO et al., 2010b) ou seja, liberam as pessoas de utilizarem prato, garfo e faca, eliminando também de certa forma, a mesa das refeições, ícone da comensalidade.

Na verdade, essa forma de comer, – com as mãos – já em 1948, foi a chave do sucesso que Ray Kroc encontrou para atender aos jovens e para aumentar suas vendas, ao substituir as salsichas do McDonald’s por hambúrgueres, e pratos e talheres por embalagens de papelão e sacos de papel (FISCHLER, 1998). O papel relegado da mesa e da comensalidade também pode ser observado em Morand citado por FISCHLER e MASSON (2010) em um trecho no qual ele descreve, com certo espanto, restaurantes situados nos bairros de negócios de Nova Iorque, no início do século XX, que refletem a forma como os americanos se relacionam com a alimentação:

Em Nova York, ninguém volta para casa no meio-dia: comem onde estão, em escritórios, trabalhando, em clubes, em lanchonetes (...). Em aglomerados de pessoas, milhares de seres alinhados devoram, sem tirar o

chapéu, em um só lugar, como em um estábulo (...) Eles se lançam sobre seus pratos cheios de almôndegas; atrás deles, já há alguém esperando para ocupar o lugar (FISCHLER e MASSON, 2010, p.19).

Para FISCHLER e MASSON (2010), o que surpreende é o fato de que as pessoas comem nos escritórios ao mesmo tempo em que trabalham, e por outro, que os alimentos sejam consumidos com o chapéu na cabeça, rapidamente, como no estábulo. Acrescenta-se à surpresa desses autores a nossa de que, além de comerem de maneira muito pouco humana e convival (FISCHLER e MASSON, 2010), comem de pé, transformando a refeição em uma mera operação de reabastecimento, tal como fazem os condutores ao pararem seus veículos em postos de combustível.

No Brasil, também nos deparamos com situações como essa que, inclusive, já foram observadas em estudo de GARCIA (1997) no centro da cidade de São Paulo.

É nesse contexto que o comedor, atônito pela dinâmica alucinada do dia a dia, é deparado em uma simultaneidade de tarefas que acaba por desritualizar a refeição e desumanizar o ato alimentar. É também a esse fast food – não o só no sentido da expressão, mas em seu sentido literal, o do consumo rápido de qualquer item alimentar – que podemos dizer que as refeições em família diminuem, o tempo dedicado ao comer é cada vez menor e se come qualquer coisa em qualquer lugar.

O conceito da simultaneidade de tarefas é apontado por FISCHLER e MASSON, (2010) como uma das causas da obesidade. Esses autores, no livro “Comer: a alimentação de franceses, outros europeus e americanos”, comparam a alimentação de franceses e americanos e dão uma explicação do porque a obesidade na amostra americana é cinco vezes maior que na amostra francesa de um dos seus estudos. Assim Claude Fischler fala em uma entrevista a GOLDENBERG (2011).

Quando o assunto é alimentação, o que acontece, dentre milhares de outras coisas, é que os americanos fazem diversas coisas ao mesmo tempo que comem. Fazem 1,81 coisas enquanto comem (quase 2, se você preferir), enquanto os franceses fazem 1,1 (risos). Em todos os momentos os americanos fazem outras coisas enquanto comem. Os franceses só comem. Quando se trata de comer e de falar, os americanos tinham como atividade principal a fala, à qual eles devotavam mais atenção. Os franceses estavam comendo. Já os americanos comiam e dirigiam, comiam e limpavam a casa, comiam e conversavam, comiam e cuidavam das crianças, comiam e se maquiavam, comiam e viam televisão etc. Os franceses, não. Bom, às vezes assistiam TV também, mas não muito (Fischler, citado por GOLDENBERG, 2011, p. 235).

Comer e fazer outras coisas ao mesmo tempo também foi tema de estudos de SCHERWITZ e KESTEN (2005) que observaram relação entre essa forma de comer e sobrepeso, obesidade e maior ingestão de alimentos.

O indivíduo que se via cercado de pessoas à mesa, que se habituou a comer em horários rígidos, hoje é deparado tendo os alimentos sozinho, em meio ao trabalho, à internet, à rua. É aí que fica evidente outro conceito que tem sido relacionado a essa forma de consumo: o do individualismo, descrito por FISCHLER e MASSON (2010).

A relação de afeto que antes permeava a refeição nas trocas familiares e entre amigos, hoje cede lugar a uma alimentação na companhia da televisão e do celular, como mostram estudos de HOLM et al. (2016) e SCAGLIUSI et al. (2016). Uma das características deste modelo de consumo é o apelo ao comer demais (BLEIL, 1998). Aqui o individualismo vai ao encontro do conceito de simultaneidade e o comer sozinho significa a ausência de convívio social com substituição desse último pela execução dos mais variados tipos de tarefas, como já mencionado.

Se por um lado, os produtos prontos para comer apresentam todas essas implicações, os produtos prontos para aquecer, ainda que não sejam tão convenientes (não eliminem totalmente a necessidade da mesa e de talheres), pelas suas características de praticidade (ausência de pré-preparo e/ou preparo), desestimulam as habilidades culinárias e o convívio

social que permeiam a preparação da comida, contribuindo também para, além da desritualização da refeição, a própria desestruturação alimentar.

Assim, como em um comportamento automático (COHEN e FARLEY, 2008), esses alimentos são ingeridos sem atenção (ausência de consciência do ato alimentar) em um ritmo mastigatório rápido, que pode resultar em diversas consequências negativas para a saúde, entre essas a obesidade (LI et al., 2011; GONÇALVES e CHEHTER, 2012; ROBINSON et al., 2013).

Por fim, nesse contexto, é preciso mencionamos que as pessoas experienciam uma variedade de cenários sociais (casa, trabalho, escola, restaurantes, entre outros) para fazerem suas refeições no decorrer do dia (MAK et al., 2012) e estes podem impactar o ato de comer (COHEN e FARLEY, 2008). Nesse sentido, a maioria dos restaurantes fast food, por exemplo, são ambientes considerados inapropriados para comer por proporcionarem um consumo rápido e excessivo, além de muitas vezes não saudável (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2014). De fato, tanto o micro e o macroambiente alimentar (SWINBURN et al., 1999) quanto a ambiência do lugar onde se come (cor, iluminação, temperatura, odor) (STROEBELE e DE CASTRO, 2004) podem influenciar o quê, quanto, como, quando e com quem se come e podem contribuir para que se tornem ambientes obesogênicos.

Obviamente que esse contexto ao qual nos referimos é muito mais diverso do que apresentamos e poderíamos escrever mais algumas páginas a esse respeito, no entanto, até aqui nos parece que argumentamos suficientemente para refletirmos sobre as razões pelas quais a segunda edição do Guia Alimentar para a População Brasileira recomenda comer com regularidade e atenção, e em local apropriado. A recomendação para comer em companhia, está relacionada à prática da comensalidade, que é tratada a seguir.

A despeito de um interesse precoce pela comensalidade no campo da sociologia (SIMMEL, 1986; WEBER, 1987; DURKHEIM, 1993), foi somente nos últimos anos que essa

ganhou evidência. Dessa forma, em vários países, diversos estudos elaborados por pesquisadores das mais diversas áreas do conhecimento forneceram material empírico para ajudar a melhor entendê-la (ANIGBO, 1987; SOBAL e NELSON, 2003; ALVES e BOOG, 2007; FISCHLER, 2011; CHO et al., 2015; KERNER et al., 2015; GIACOMAN, 2016). No Brasil, destacamos o estudo de SCAGLIUSI et al. (2016) que explorou diferentes locus da comensalidade nos discursos de mães trabalhadoras brasileiras da Baixada Santista e encontrou que a prática da comensalidade apareceu em diferentes contextos, inclusive quando se comia no sofá ou na cama devido a certa precariedade (como pobreza e falta de recurso, a exemplo de espaço). Cabe ressaltar que esse estudo foi realizado após a publicação da segunda edição do Guia Alimentar para População Brasileira e a questão da comensalidade presente no Guia foi apontada como uma das justificativas do estudo.

No que diz respeito à definição, de forma geral, a literatura existente oferece um consenso relativo em considerar comensalidade como prática de comer à mesa (FISCHLER, 2011) na companhia de outras pessoas (SOBAL e NELSON, 2003). Na medida em que o Guia Alimentar recomenda que se coma em companhia, abre-se uma oportunidade para o exercício da comensalidade. Na comensalidade podem ser observados, a ritualização relacionada a essa prática (FERNANDES, 1997; FISCHLER, 2011), o tipo de vínculo estabelecido entre os membros do grupo, suas hierarquias, e sua dinâmica de inclusão ou exclusão (SOBAL, 2000; GRIGNON, 2001).

A comensalidade também pode ser caracterizada pela interação que ocorre entre os participantes em uma refeição (CORBEAU, 1997), embora alguns autores considerem isso como uma dimensão da sociabilidade alimentar (SOBAL, 2000). Como todas as interações, a comensalidade implica uma encenação em um espaço social, onde os diferentes atores envolvidos desempenham um papel e seguem um roteiro que direciona suas práticas e conversas.

Três aspectos desta interação têm sido enfatizados. Primeiro, uma refeição compartilhada é uma instância de comunicação entre membros de um grupo (CORBEAU, 1997; SOBAL, 2000), especialmente para famílias (OCHS et al., 1989; OCHS e SHOHET, 2006). Em segundo lugar, a comensalidade contém manifestações comportamentais, normas e controle social em relação à sua realização (SOBAL, 2000; BLAKE et al., 2008; HIGGS, 2015). Em terceiro lugar, uma refeição compartilhada é moldada por condições espaciais e temporais, e até mesmo por condições políticas (GRIGNON, 2001; MARSHALL e ANDERSON, 2002; FISCHLER, 2011). Portanto, a comensalidade se manifesta de forma diferente se for realizada dentro ou fora do lar, entre familiares, colegas de trabalho ou com amigos, ou em um contexto de dia de semana, de final de semana ou festivo (GIACOMAN, 2016).

Além da definição e das dimensões da comensalidade, grande parte da literatura existente desenvolveu reflexões sobre o papel atribuído a esta prática. A este respeito, talvez a mais importante função atribuída às refeições compartilhadas seja a criação e fortalecimento das relações que os indivíduos estabelecem entre si (MENNELL et al., 1992). Esse papel, que revela uma visão positiva desta prática, deve ser visto com cuidado porque diferenças de poder dentro de um grupo e tensões entre os seus membros podem levar a problemas na comensalidade (GRIGNON, 2001) e podem levar os indivíduos a preferirem comer sozinhos (CHO et al., 2015).

A comensalidade também cria identidade, já que pelo princípio conhecido como incorporação (POULAIN, 2013), os comedores adquirem as propriedades dos alimentos que consomem, o que pode ser resumido em “você é o que você come” (FISCHLER, 1990). Este princípio cria uma ligação entre os comedores se eles compartilham a mesma refeição, e assumindo uma identidade compartilhada (DURKHEIM, 1993), segundo SOBAL (2000) passam a não ser mais apenas o que comem, mas também as pessoas com quem comem.

Ainda, apesar de algumas controversas (PLINER e BELL, 2009), FISCHLER (2011) atribui à comensalidade um papel regulador do comer ao afirmar que em companhia as pessoas tendem a ajustar sua ingestão e seu comportamento ao que seria apropriado, evidenciando um efeito de normas sociais.

Dada a definição e o papel da comensalidade é preciso dizer que dentro do contexto de modernidade alimentar ora apresentado, os obstáculos para a sua prática como, por exemplo, o individualismo, o isolamento social (FISCHLER, 2011) e a dessocialização, – como sintoma da desestruturação alimentar – podem contribuir para a sua perda e uma desregulação das refeições (VESNAVER et al., 2016) e até para a sua crise (ROVALETTI, 2013).

E mais uma vez, entendendo que há uma diversidade de abordagens as quais poderíamos descrever, mas limitando-nos ao que escrevemos até aqui, nos parece que argumentamos suficientemente para refletirmos sobre as razões pelas quais a segunda edição do Guia Alimentar para a População Brasileira recomenda comer em companhia.

Para a realização de ações de promoção de saúde baseadas nas recomendações do Guia Alimentar faz-se necessário, no entanto, compreender as maneiras de pensar e agir da comunidade-alvo dessas ações e o contexto onde essa se insere (PIOVESAN e TEMPORINI, 1995). Portanto, esse estudo se propõe a responder uma primeira pergunta norteadora:

<p>O que pensam e fazem adultos brasileiros acerca da recomendação do Guia Alimentar “comer com regularidade e atenção, em ambientes apropriados e em companhia”?</p>

1.2. ACERCA DE REPRESENTAÇÕES E PRÁTICAS DAS PRÁTICAS ALIMENTARES

O estudo das práticas alimentares não se faz medindo calorias e antropometria. Dada a sua natureza social, o ato alimentar* compõe mecanismos de integração primária (família) e secundária (ideologia) (Calvo, citado por PONS, 2005), que assinalada por sistemas de valores e referências culturais (CANESQUI e GARCIA, 2005), é expressa objetiva ou subjetivamente pelos indivíduos (POULAIN e PROENÇA, 2003b) e, por esse motivo, não pode ser medida dessa forma.

Segundo POULAIN e PROENÇA (2003b), é do conjunto de dados objetivos e subjetivos acerca do que as pessoas fazem e pensam sobre a alimentação, que se constituem as práticas alimentares. Segundo esses autores, a densidade do fato alimentar manifesta-se em diferentes níveis da realidade, entre dois pólos opostos, inclusive, que aparecem como extremos de um *continuum*; quer dizer, as práticas que correspondem aos comportamentos realmente utilizados pelos comedores e suas representações (os discursos associados às práticas, que as acompanham, as determinam ou as justificam).

O estudo das práticas alimentares abarca dimensões temporais, estruturais, espaciais, de lógica de escolha, do meio ambiente social, da posição corporal e das maneiras à mesa das tomadas alimentares (refeições, lanches e aperitivos) (POULAIN e PROENÇA, 2003) que, em conjunto, permitem ao pesquisador informações acerca de quando, o que, quanto, como, onde e que circunstância, porque e com quem se come.

* Aqui, o termo “ato alimentar” foi mantido assim como mencionado pelos autores, mas da mesma forma que o “ato de comer”, apresenta uma interlocução com as ciências sociais, na qual a cultura, o econômico e o social se fazem presentes e indissociáveis.

Segundo PONS (2005) existe uma imprecisão sobre o que realmente se estuda ao se tratar a realidade do fato alimentar. Práticas (LAWTON et al., 2008; SATO et al., 2016), hábitos (FERREIRA et al., 2008; FLORÊNCIO et al., 2008; LIMA et al., 2008; FERREIRA e MAGALHÃES, 2011; VESNAVER e KELLER, 2011; DUTRA et al., 2016; VESNAVER et al., 2016; RODRIGUES et al., 2017), comportamentos (ALVES e BOOG, 2007; LEVY et al., 2010; COSTA et al., 2012; FORTES et al., 2014; REICKS et al., 2015) e atitudes alimentares (ALVARENGA et al., 2008; SCAGLIUSI et al., 2009; ROCKS et al., 2017) têm sido foco de diversos estudos em alimentação e nutrição com os mais diversos objetivos, no entanto, como assinala PONS (2005), tais termos não são sinônimos e tampouco equivalentes dentro das diferentes perspectivas médica, antropológica, sociológica, econômica, etc. Por essa razão, ao se adentrar no espaço social alimentar (POULAIN e PROENÇA, 2003a) o pesquisador precisa ter seu objetivo bem estabelecido e delimitar o que se pretende desvelar a fim de lograr êxito em sua pesquisa.

A depender do seu objetivo, uma perspectiva e um referencial teórico devem ser adotados, e porque nesse estudo uma das perguntas norteadoras foi formulada no sentido de compreender o que pensam e fazem adultos brasileiros acerca da recomendação do Guia Alimentar “comer com regularidade e atenção, em ambientes apropriados e em companhia”, é que se adotou o referencial teórico das práticas alimentares de POULAIN e PROENÇA (2003b) dentro de uma perspectiva sócio-antropológica.

Cabe assinalar que o nosso interesse está tanto na maneira como os indivíduos pensam essa recomendação quanto em suas práticas alimentares concretas a esta relacionada.

POULAIN e PROENÇA (2003b) expõem três problemas metodológicos acerca do estudo das práticas alimentares, sendo que um desses está relacionado à natureza dos dados coletados, já que podem demonstrar aquilo que os indivíduos dizem fazer ou fazem realmente em relação à alimentação. Esses autores, em uma proposta metodológica para o estudo das

práticas alimentares, conceituam os diferentes tipos de dados que podem ser obtidos por meio de diferentes métodos de coleta, desde dados de representações como normas, valores, sistemas simbólicos, opiniões, atitudes, até dados de práticas, que podem ser declaradas, reconstruídas, objetivadas, observadas.

O pesquisador que se propõe a investigar as representações e as práticas das práticas alimentares, ao se deparar com a real dificuldade de se obter dados de práticas observadas, pode recorrer às práticas declaradas, que correspondem àquilo que os sujeitos dizem que pretendem fazer ou já fizeram quando respondem a um questionamento, e às práticas reconstruídas, revividas através da memória, tal qual como em uma anamnese alimentar (POULAIN e PROENÇA, 2003b).

As constatações do que pensam e fazem os indivíduos em relação à alimentação, são importantes em estudos acerca das práticas alimentares, no sentido em que complementam estudos quantitativos sobre tendências alimentares, elaborados a partir do que as pessoas dizem que comem, e ultrapassam estudos qualitativos que se detêm em compreender as percepções das pessoas acerca de determinados temas em alimentação e nutrição. A exemplo do que se quer dizer, estudo de CHO et al. (2015), investigou as percepções e práticas da comensalidade e do comer sozinho entre estudantes universitários coreanos e japoneses e observou tanto os valores positivos ou negativos relacionados a estas situações como as práticas declaradas (o que comem e o quanto comem) quando estão junto de outras pessoas ou sozinhos. Por outro lado, os resultados do estudo de GIACOMAN (2016), que investigou os significados da comensalidade entre adultos chilenos, possibilitaram apenas a descrição de suas dimensões e o seu papel, já que os significados correspondem a dados de representações e não de práticas.

É importante considerar que, por vezes, normas sociais e dietéticas quando interiorizadas pelos sujeitos podem corresponder às suas práticas ou serem contraditórias a

elas e, por isso, é importante ter em conta que, mesmo que conheçam e tenham consciência de uma recomendação dietética, os indivíduos podem não praticá-la por diversas razões, sejam essas econômicas, simbólicas, éticas e morais, culturais, sociais, etc (POULAIN e PROENÇA, 2003b).

1.3. CLASSIFICAÇÕES DE ALIMENTOS NO BRASIL: DA PIRÂMIDE DOS ALIMENTOS À CLASSIFICAÇÃO NOVA

Na ciência da Nutrição, classificações de alimentos em grupos têm sido amplamente utilizadas em vários países para aconselhar e orientar os consumidores para uma dieta saudável. Mesmo em países do mesmo continente, diferentes classificações de alimentos podem ser encontradas, o que faz com que pesquisadores e entidades busquem a harmonização destes sistemas de classificação (IRELAND et al., 2002).

Por muito tempo, em todo o mundo, os alimentos foram classificados considerando a sua função no organismo, em energéticos (fontes de carboidratos e gorduras), construtores (fontes de proteínas) e reguladores (fontes de vitaminas e minerais) (PHILIPPI, 2008), mas essa classificação caiu em desuso e não é mais recomendada para aconselhamentos nutricionais (FAO, 1997). Esse instrumento, que ficou conhecido como roda de alimentos, foi utilizado no Brasil até meados da década de noventa (PHILIPPI et al., 1999) por profissionais da área da alimentação e nutrição, como um instrumento de orientação nutricional.

Seguindo a tendência da Pirâmide Alimentar americana, criada em 1992 pelo Departamento de Agricultura dos Estados Unidos (USDA) em conjunto com o Departamento

de Saúde e Serviços Humanos desse país (WELSH et al., 1992), no Brasil em 1999, Philippi a adaptou à realidade brasileira (PHILIPPI et al., 1999).

Como uma representação gráfica que distribuiu os alimentos em oito grupos dispostos em quatro níveis, cada grupo apresentou um número de porções de consumo diário para que garantissem os nutrientes de que o organismo necessita (PHILIPPI et al., 1999), sendo que os alimentos que precisam ser consumidos numa quantidade maior ficaram na base e os que precisam ser consumidos em menor quantidade ficaram no topo da pirâmide. Para cada grupo de alimentos foi definido o número de porções recomendadas e o respectivo peso em gramas para um consumo diário, estabelecido de acordo com dietas padrão calculadas (a princípio, contendo 1600, 2200 e 2800 kcal) (PHILIPPI et al., 1999). Cabe notar, que em 2002, os nomes de alguns dos grupos dos alimentos da Pirâmide dos Alimentos adaptada à realidade brasileira foram modificados, pois foi verificada uma falta de compreensão destes por parte da população (PHILIPPI, 2008). Em 2005, Philippi adaptou mais uma vez a Pirâmide dos Alimentos e publicou uma Pirâmide de 2000 kcal tendo em vista a nova proposta de uma pirâmide alimentar americana, da legislação para rotulagem dos alimentos e da primeira edição do Guia Alimentar para a População Brasileira do Ministério da Saúde (PHILIPPI, 2008).

No entanto, em se tratando de recomendações, superestimar os nutrientes e alimentos e subestimar ou negligenciar o processamento industrial ao qual esses são submetidos (MONTEIRO, 2009; MONTEIRO et al., 2010b) é deixar de considerar a enorme diferença entre, por exemplo, um cereal integral e um cereal “matinal”, esse último fabricado a partir de tecnologia exclusivamente industrial, como extrusão de farinha de milho, e adicionado de açúcares, corantes, conservantes, entre outros aditivos alimentares. Ao considerar a Pirâmide dos Alimentos, esses dois alimentos estariam juntos no grupo dos pães, cereais, raízes e tubérculos; o que não faz sentido. De acordo com MONTEIRO et al. (2017) a marginalização

do processamento dos alimentos tem sérias consequências sociais, culturais, econômicas e ambientais.

A Pirâmide dos Alimentos, apresentando os grupos basicamente divididos pelos “tipos” e “quantidades” de alimentos e, conseqüentemente de nutrientes, permite em certa medida, direcionar as recomendações nutricionais para uma alimentação rica em cereais, tubérculos, frutas, hortaliças, moderada em leite, ovos, carnes e leguminosas e pobre em óleos, gorduras, açúcares e doces, mas desconsidera o processamento dos alimentos.

Essa classificação e outras classificações convencionais, as quais agrupam os alimentos de acordo com sua composição nutricional, foram de fundamental importância e ainda são largamente utilizadas, apesar disso, estão se tornando cada vez mais obsoletas, particularmente devido ao uso de novas tecnologias de produção e ao crescente processamento industrial ao qual são submetidos os alimentos (MONTEIRO, 2009; MONTEIRO et al., 2010a; MONTEIRO et al., 2010b).

A necessidade de considerar essas mudanças e as evidências do crescente aumento do consumo de alimentos industrializados* pelos brasileiros (LEVY-COSTA et al., 2005), motivaram pesquisadores do NUPENS-USP (Núcleo de Pesquisas Epidemiológicas em Nutrição e Saúde - Universidade de São Paulo) a desenvolverem uma nova classificação a qual distribui os alimentos de acordo com a natureza, extensão e propósito de seu processamento (MONTEIRO et al., 2010).

Quando foi apresentada à comunidade científica em 2009, essa nova classificação apresentava, a princípio, três grupos: alimentos não processados ou minimamente processados (grupo 1); ingredientes processados para culinária ou para indústria de alimentos (grupo 2) e produtos ultraprocessados (grupo 3) (MONTEIRO et al., 2009). No entanto, durante o processo de seu desenvolvimento, encontramos alguns estudos que, apesar de mencionarem

* Aqui, o termo “industrializados” foi utilizado tal qual na publicação citada, pois a essa época, o termo “ultraprocessado” ainda não fora utilizado na literatura científica.

essa classificação com três grupos, fizeram distinção entre alimentos processados e alimentos ultraprocessados, a exemplo do estudo de MARTINS et al. (2013), apresentando resultados referentes a quatro grupos da classificação. Os quatro grupos (alimentos não processados ou minimamente processados, ingredientes culinários processados, alimentos processados e alimentos ultraprocessados), foram definidos como os grupos da nova classificação de alimentos em publicações que a revisaram e a atualizaram, como veremos mais adiante.

No Brasil, usando essa classificação MONTEIRO et al. (2011) mostraram que, entre 1987-8 e 2002-3, o consumo doméstico de alimentos não processados ou minimamente processados e ingredientes culinários processados foi constantemente substituído pelo consumo de alimentos ultraprocessados. Também MARTINS et al. (2013) mostraram que houve um aumento significativo da participação de produtos prontos para o consumo na dieta brasileira, graças ao aumento no consumo de alimentos ultraprocessados entre 2002-2003 e 2008-2009. Essa tendência evidencia o papel dos alimentos ultraprocessados na epidemia de obesidade no Brasil (LOUZADA et al., 2015a).

Também, a associação entre o alto consumo de alimentos ultraprocessados e a prevalência de síndrome metabólica em adolescentes brasileiros foi observado por TAVARES et al. (2012); alterações no perfil lipídico, com aumento no colesterol total e no LDL-colesterol (*Low-Density Lipoprotein-cholesterol*) de crianças brasileiras, devido ao maior consumo desses alimentos, foram observadas por RAUBER et al. (2015); e o impacto da parcela da alimentação referente a alimentos ultraprocessados no conteúdo da dieta em micro e macronutrientes foram investigados (LOUZADA et al., 2015b; BARCELOS et al., 2014; BIELEMANN et al. 2015).

Essa classificação também foi utilizada no Brasil para estudar a relação entre padrões de compra domiciliar de alimentos e preços relativos de alimentos ultraprocessados

(MOUBARAC et al., 2013) e para avaliar a influência do ambiente alimentar no consumo de alimentos ultraprocessados (LEITE et al., 2012; VEDOVATO et al., 2015).

Levando em consideração esses achados, após consulta pública (CGAN, 2015), essa classificação passou a nortear algumas das recomendações para a escolha dos alimentos na segunda edição do Guia Alimentar para a População Brasileira publicada em 2014 pelo Ministério da Saúde (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2014). Nesse documento, essa classificação apresentou os quatro grupos de alimentos, os quais foram assim apresentados: alimentos in natura ou minimamente processados; óleos, gorduras, sal e açúcar (que são exemplos dos ingredientes culinários processados); alimentos processados; e alimentos ultraprocessados.

Alimentos in natura são obtidos diretamente da natureza (plantas ou animais) e não sofrem qualquer alteração para serem consumidos, já os minimamente processados são alimentos in natura que passam por um mínimo processo, como limpeza, secagem, moagem, fermentação. São exemplos de alimentos desse grupo hortaliças in natura ou embaladas, fracionadas, refrigeradas ou congeladas; arroz; feijões; ovos; carnes; farinha de trigo, milho, mandioca; leite pasteurizado, ultrapasteurizado ou em pó; iogurte (sem adição de açúcar). O grupo de óleos, gorduras, sal e açúcar reúne esses alimentos como, por exemplo, óleo de soja, banha de porco, sal grosso ou fino e os vários tipos de açúcares (branco refinado, mascavo, demerara, etc), utilizados em preparações culinárias, sendo geralmente extraídos de alimentos in natura por processos como prensagem e refino. Os alimentos processados são alimentos fabricados com adição de sal ou açúcar (ou outra substância de uso culinário, como óleo) a um alimento in natura ou minimamente processado, sendo exemplos geleias e conservas. Alimentos ultraprocessados são formulações industriais feitas tipicamente com cinco ou mais ingredientes, incluindo além de óleo, gordura, sal e açúcar, aditivos alimentares de uso exclusivamente industrial, como corantes, aromatizantes, conservantes e espessantes, sendo

refrigerantes, salgadinhos de pacote, bolachas recheadas, exemplos de alimentos desse grupo (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2014).

Em 2016 foi publicada uma versão atualizada e revisada dessa classificação (MONTEIRO et al., 2016) que recebeu o nome NOVA. Esse nome, não um acrônimo (MONTEIRO et al., 2016) nem uma sigla, foi mencionado pela primeira vez em 2015 na publicação de MONTEIRO et al. (2015) e, portanto, não é mencionado na segunda edição do Guia Alimentar para a População Brasileira, publicado em 2014. Dentre as atualizações e revisões da classificação NOVA, por exemplo, em relação à classificação publicada no Guia Alimentar, podem ser citadas: a inclusão de mais exemplos de tipos de processamentos aos quais são submetidos alimentos de cada grupo; a ampliação dos exemplos de alimentos de cada grupo e a ampliação da lista das classes de aditivos alimentares que podem estar presentes nos alimentos de cada grupo.

O uso da classificação NOVA em estudos populacionais sobre alimentação, nutrição e saúde tem sido crescente (MONTEIRO et al. 2015). Ela foi utilizada para avaliar o impacto de produtos ultraprocessados no teor da dieta em açúcares de adição nos Estados Unidos (MARTINEZ et al., 2015); no Canadá para descrever a tendência secular do padrão de alimentação da população canadense (MOUBARAC et al., 2014); no Chile, para avaliar o impacto do consumo de produtos ultraprocessados na qualidade nutricional de dietas (CROVETTO et al., 2014); na Suécia para correlacionar tendências temporais no consumo de alimentos ultraprocessados e na prevalência de obesidade em adultos (JUUL e HEMMINGSSON et al., 2015).

Ainda, a classificação NOVA de alimentos foi reconhecida como um instrumento válido de pesquisa, política e ação em nutrição e saúde pública, em relatórios da Organização das Nações Unidas para a Alimentação e Agricultura e da Organização Pan-Americana da Saúde (FAO, 2015; PAHO, 2015).

Apesar da existência de classificações oficiais de alimentos, descritas do ponto de vista das funções dos alimentos no organismo, do valor nutritivo (como a Pirâmide dos Alimentos) ou do grau do processamento industrial dos alimentos (como a classificação NOVA), segundo FURST et al. (2000) classificações descritas sob a ótica de indivíduos podem assumir vários aspectos, de forma que um mesmo alimento pode ser classificado como ingrediente de refeição, símbolo social ou prescrição médica.

Ao propormos que pessoas classifiquem alimentos livremente podemos identificar os elementos envolvidos nesse processo, e ao propormos que classifiquem alimentos com base na classificação NOVA podemos identificar as compreensões desses indivíduos acerca da classificação NOVA bem como suas facilidades, dificuldades e dúvidas em relação a essa classificação.

Conhecer como indivíduos classificam alimentos pode levar pesquisadores a identificarem, por exemplo, elementos envolvidos nesse processo (WORSLEY, 1980) como, por exemplo, elementos relacionados a alimentos (características físicas e químicas que denotam, por exemplo, tipo, forma como foram produzidos, usos e fins específicos, composição nutricional, origem), a experiências e juízos pessoais (preferências, restrições, rotinas de consumo, opiniões), e a contextos (situações relacionadas ao tempo e ao espaço em que os alimentos são comidos) (BLAKE et al., 2007; BLAKE, 2008), além de elementos relacionados às classificações oficiais de alimentos, utilizadas em guias alimentares (LYNCH e HOLMES, 2011). Há que se considerar que conhecer como pessoas classificam alimentos pode ajudar a desenvolver intervenções e campanhas educativas por considerar a forma como os alimentos são utilizados e percebidos, e também pode ajudar a entender quão práticas e fáceis são de seguir recomendações de guias alimentares baseadas nessas classificações, para aconselhar e orientar os consumidores para uma dieta saudável.

Considerando o exposto, as inter-relações possíveis entre classificações oficiais e individuais de alimentos e considerando que pesquisas sobre classificação de alimentos com base no referencial teórico da classificação NOVA ainda não foram realizadas, esse estudo se propõe responder uma segunda pergunta norteadora:

Como as pessoas classificam alimentos livremente (sem referenciais teóricos dados pelo pesquisador) e como os classificam tendo como base a classificação NOVA de alimentos?

2. JUSTIFICATIVA

O Guia Alimentar ganhou proeminência no cenário nacional e internacional por apresentar uma recomendação a respeito do ato de comer e da comensalidade, a qual considera as dimensões socioculturais das práticas alimentares, bem como recomendações baseadas na classificação NOVA, a qual permite considerar, além das dimensões nutricionais, as dimensões socioculturais, econômicas e ambientais para a escolha dos alimentos (OLIVEIRA e SILVA-AMPARO, 2017).

Considerando que esses são alguns dos aspectos que: 1) diferenciam as recomendações desse Guia das apresentadas na primeira edição (OLIVEIRA E SILVA-AMPARO, 2017); 2) diferenciam as recomendações desse Guia de publicações similares de outros países (SUMNER, 2015); e 3) evidenciam a superação do entendimento da alimentação apenas sob o enfoque biológico, tomamos como importante e necessário um estudo com foco nas temáticas do ato de comer e da comensalidade, e da classificação NOVA, tratadas no Guia Alimentar.

Entendemos que, assim como menciona TEMPORINI (1984), para a realização de ações de promoção de saúde, tais quais são as recomendações do Guia Alimentar, faz-se necessário compreender as maneiras de pensar e agir da comunidade-alvo dessas ações e o contexto onde essa se insere.

Pesquisas qualitativas, que têm por objetivo reunir uma compreensão profunda acerca do comportamento humano e as razões que regem esse tipo de comportamento (MINAYO, 2010), constituem-se em uma adequada opção metodológica para estudar as maneiras de pensar e agir das pessoas. Apesar disso, na área de alimentação e nutrição, poucos são os estudos que se prestam a esse conhecimento e nenhum estudo, até o presente momento,

objetivou compreender o que pensam e fazem adultos brasileiros sobre a recomendação “comer com regularidade e atenção, em ambientes apropriados e em companhia” e conhecer o que pensam acerca da classificação NOVA.

Em 2016, um estudo com 2183 participantes foi conduzido no Uruguai com o objetivo de investigar como consumidores conceituavam alimentos ultraprocessados e se os alimentos que eles percebiam como tal estavam em concordância com aqueles incluídos na classificação NOVA (ARES et al., 2016). Esse estudo, no entanto, investigou a compreensão das pessoas em relação a um grupo de alimentos somente e não em relação à classificação NOVA como um todo (com os quatro grupos de alimentos), sendo o nosso estudo o primeiro realizado com tal objetivo.

Portanto, esse estudo poderá contribuir para uma comunicação eficiente entre o que adultos brasileiros pensam e fazem a respeito dessas temáticas e o que o Guia Alimentar quer comunicar com as recomendações “comer com regularidade e atenção, em ambientes apropriados e, sempre que possível, com companhia” e “prefira sempre alimentos in natura ou minimamente processados e preparações culinárias a alimentos ultraprocessados” (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2014); bem como para que alcancem êxitos com essas recomendações o Brasil e outros países que venham a adotá-las.

Ademais, essa proposta é necessária ao aprimoramento das recomendações do Guia Alimentar brasileiro e de guias alimentares de outros países que poderão trazer para primeiro plano de suas pesquisas e ações de políticas públicas, recomendações que considerem as dimensões socioculturais das práticas alimentares, e as dimensões nutricionais, socioculturais, econômicas e ambientais para a escolha dos alimentos e suas relações com os processos de saúde e/ou doença.

3. OBJETIVOS

3.1. OBJETIVO GERAL

Com base no exposto este estudo teve como objetivo geral compreender o que pensam e fazem adultos brasileiros sobre a recomendação “comer com regularidade e atenção, em ambientes apropriados e em companhia” e conhecer o que pensam acerca da classificação NOVA, temas esses presentes nas recomendações para uma alimentação saudável e adequada da segunda edição do Guia Alimentar para a População Brasileira.

3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1.º - compreender as representações e práticas de uma amostra de adultos brasileiros sobre a recomendação “comer com regularidade e atenção, em ambientes apropriados e em companhia” e as relações dessas representações e práticas com a abordagem das recomendações do Guia Alimentar;

2.º - investigar e descrever como uma amostra de adultos brasileiros classifica alimentos livremente, identificando os principais elementos envolvidos nesse processo e como suas classificações relacionam-se com a classificação NOVA de alimentos;

3.º - investigar e descrever as compreensões de adultos brasileiros acerca da classificação NOVA, identificando as relações entre essas compreensões e a teoria

relacionada à essa classificação, bem como as facilidades, dificuldades e dúvidas desses indivíduos em relação a essa classificação.

4. METODOLOGIA

Se você quer compreender o que é ciência, você deve olhar, em primeiro lugar, não para as suas teorias ou as suas descobertas, e certamente não para o que seus apologistas dizem sobre ela; você deve ver o que os praticantes da ciência fazem.

Clifford Geertz

4.1. LOCAL DO ESTUDO

O estudo foi conduzido na Universidade Federal da Grande Dourados (UFGD), a qual possui uma Faculdade de Educação à Distância e uma Faculdade de Direito e Relações Internacionais localizadas no centro da cidade e mais onze faculdades na Cidade Universitária, essa localizada às margens da Rodovia Itahum, a 15 quilômetros do centro. No total a UFGD oferece 39 cursos de graduação, sendo 34 presenciais e 5 na modalidade à distância. De acordo com dados obtidos por meio da divisão de administração de pessoal e da secretaria acadêmica da UFGD, em janeiro de 2018 a universidade apresentava 645 professores, 542 técnicos administrativos e 7500 estudantes. No conjunto esses números conferem à UFGD a posição de segunda maior universidade pública do Estado do Mato Grosso do Sul. A escolha do local deu-se pela proximidade e interação do primeiro autor com a instituição em questão.

Dourados é a segunda cidade mais populosa do Estado de Mato Grosso do Sul, localizado na Região Centro-Oeste do Brasil, e polariza a região conhecida por “A Grande Dourados”, que abrange onze municípios. Com população estimada de 218.069 habitantes no

ano de 2017, segundo dados do IBGE (IBGE, 2017), é considerada uma cidade de porte médio (SILVA, 2010). Segundo dados da Pesquisa de Orçamento Familiares (2008-2009) (IBGE, 2011), o Mato Grosso do Sul está entre os Estados que referiram expressiva satisfação na quantidade de alimentos consumidos (cerca de 77% das famílias), dados esses que o colocam em destaque nesse aspecto ao lado de São Paulo (cerca de 72% das famílias), o estado mais rico do Brasil.

No que diz respeito ao contexto no qual o estudo foi realizado, a cidade recebeu em julho de 2015, a I Conferência Regional de Segurança Alimentar e Nutricional com o lema “Comida de verdade no campo e na cidade: por direitos e soberania alimentar” (CONSEA, 2015) que discutiu, entre outros, tópicos como a classificação NOVA, e o ato de comer e a comensalidade, abordados na segunda edição do Guia Alimentar para a População Brasileira.

Também, no período de coleta de dados desse estudo (de fevereiro a dezembro de 2016), o Brasil apresentava um contexto político e econômico marcado por uma grave crise política e econômica sob a presidência de Dilma Rousseff*.

Nesse mesmo período, as recomendações do Guia Alimentar estavam tendo destaque em meios de comunicação de massa como rádio, televisão, jornais e revistas.

*Em seu segundo mandato, reeleita em 26 de outubro de 2014, foi afastada de seu cargo por até 180 dias devido à instauração de um processo de *impeachment* que fora movido contra ela e em 31 de agosto de 2016 teve o mandato presidencial definitivamente cassado. [Informação obtida em https://pt.wikipedia.org/wiki/Dilma_Rousseff, 10 set 2016]

4.2. TIPO DE ESTUDO

Conhecimentos gerados por estudos experimentais e estudos populacionais em alimentação e nutrição são importantes para a formulação de recomendações sobre alimentação na medida em que os primeiros fornecem a base para se entender como diferentes componentes dos alimentos interagem com a fisiologia e o metabolismo e os segundos são úteis para descrever os padrões alimentares e estudar a relação entre esses padrões e a qualidade da dieta e a saúde (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2014). No entanto, para se entender completamente fenômenos associados à alimentação e nutrição, uma valorização da pesquisa qualitativa é essencial (HARRIS et al., 2009).

A principal característica das pesquisas qualitativas é o fato de que estas partem do pressuposto de que as pessoas agem em função de suas crenças, percepções, sentimentos e valores e que seu comportamento tem sempre um sentido, um significado que não se dá a conhecer de modo imediato, precisando ser desvelado (ALVES-MAZZOTTI e GEWANDSZNAJDER, 1999, p. 131).

Pesquisas qualitativas, que têm por objetivo reunir uma compreensão acerca do comportamento humano e as razões que regem esse tipo de comportamento (MINAYO, 2010), constituem-se em uma adequada opção metodológica para estudar as maneiras de pensar e agir das pessoas. Segundo MINAYO (2010) as informações fornecidas, obtidas em pesquisas qualitativas, tratam da reflexão do próprio sujeito sobre a realidade que vivencia e só podem ser conseguidas com a contribuição da pessoa. Segundo essa autora, constituem representações da realidade: maneiras de pensar, de sentir; de atuar; razões conscientes ou inconscientes de atitudes e comportamentos (MINAYO et al., 2011).

A pesquisa qualitativa recobre um campo transdisciplinar, envolvendo as ciências humanas e sociais. Assumindo paradigmas e abordagens metodológicas derivadas do positivismo, da hermenêutica, da fenomenologia, do construtivismo, e adotando métodos de investigação de diferentes orientações filosóficas e tendências epistemológicas, para o estudo de um fenômeno situado no local em que ocorre, a pesquisa qualitativa procura tanto encontrar o sentido desse fenômeno quanto interpretar os significados que as pessoas dão a eles (CHIZZOTTI, 2003).

E porque nesse estudo nos propusemos a responder as perguntas norteadoras “O que pensam e fazem adultos brasileiros acerca da recomendação do Guia Alimentar: comer com regularidade e atenção, em ambientes apropriados e em companhia?” e “Como as pessoas classificam alimentos livremente (sem referenciais teóricos dados pelo pesquisador) e como os classificam tendo como base a classificação NOVA de alimentos?”, é que optamos por esse tipo de pesquisa; ou seja, trata-se de um estudo de natureza qualitativa. A razão pela qual chegamos até aqui, na pesquisa qualitativa, é que percebemos que essa apresenta métodos mais apropriados, que possibilitam uma melhor compreensão das respostas das pessoas aos questionamentos ora elaborados, as quais não poderiam ser simplesmente analisadas, sem considerar o contexto da realidade das pessoas, como fazem pesquisas quantitativas. De fato, essa última, em sua abordagem analítica não daria conta dessa compreensão, tão amplamente sistêmica. Assim como afirma CHIZZOTTI (2003, p.232), os pesquisadores que optam pela pesquisa qualitativa reconhecem que “a experiência humana não pode ser confinada aos métodos nomotéticos de analisá-las e descrevê-la”.

Salientamos que, no que diz respeito às pesquisas quantitativas e qualitativas, suas dimensões não são mutuamente exclusivas, e vários autores já abordaram essa questão tratando de mostrar seus usos, potenciais, diferenças e complementaridades (GOLAFSHANI, 2003; GÜNTHER, 2006).

4.3. REFERENCIAL TEÓRICO METODOLÓGICO

Na era da ciência e da tecnologia, a organização de atividades, serviços, programas e políticas de saúde está orientada fundamentalmente por uma racionalidade sistêmica e instrumental, ou seja, pelo interesse de saberes, recursos e ações de caráter técnico, em função de determinadas finalidades a serem alcançadas (AYRES, 2008).

No entanto, as ciências contemporâneas vêm experimentando, desde a primeira metade do século XX, uma ampla revisão enquanto à extensão e significado das verdades que produz, utiliza e dissemina (SANTOS, 1997). Nesse processo, as ciências foram abandonando um positivismo ingênuo em direção a uma concepção mais perspectivista e construcionista das evidências que produzem (AYRES, 2008).

No campo das ciências naturais, o crescente interesse pela pesquisa qualitativa e o seu crescente uso (CANESQUI, 2009), reflete uma busca por ‘quase-verdades’ que, segundo AYRES (2008), são proposições verificáveis, com uma grau aceitável de incertezas, em um determinado regime de validade, produzidas nas relações sujeito-objeto explicitamente delimitadas, e não somente por verdades absolutas, no sentido forte das leis naturais desveladas pelo intelecto humano. Retomando a análise aristotélica das três esferas de racionalidades e dos saberes – teoria, técnica e práxis – isso significa dizer que a despeito da busca pelas verdades “teórica” e “técnica” se busca, complementarmente, a verdade ‘prática’, relativa a saberes reflexivos, produzidos por humanos, acerca de humanos e para os humanos (AYRES, 2008).

Segundo nos ensina Aristóteles, não há menos verdade na sabedoria prática, se comparada com os universais das ciências, o que há é menos certeza, menos determinação.

No entanto, o reexaminar contemporaneamente a sabedoria prática permite desenvolver uma nova luz ao repensar os regimes de validade e os territórios de aplicação dos conhecimentos no campo da saúde (AYRES, 2008) e, portanto, também no campo da alimentação e nutrição.

Segundo AYRES (2008), a verdade prática é fruto de ações humanas e para estar mais próximo do valor prático dessas ações é necessário participar dos diálogos que as realizam; pertencer mais intensamente das totalidades de sentido que vão construindo esses grandes diálogos que são a cultura, a sociedade, a história, as biografias. Em um diálogo se pressupõe que o questionamento do interlocutor é digno de resposta, que se julga possível acrescentar algo ou ser acrescentado por algo que provem desse interlocutor; que ambas as partes aceitam que não se possui uma compreensão suficiente acerca de algo (AYRES, 2008).

É daí que derivam algumas máximas da hermenêutica filosófica, como; a possibilidade de que o outro tenha direito, é a alma da hermenêutica', ou 'a arte da hermenêutica é não pretender nunca ter a última palavra' (AYRES, 2008).

A hermenêutica, enquanto corrente filosófica, estuda a teoria da compreensão- interpretação da linguagem em seu contexto no tempo e no espaço, levando em conta o papel dos sujeitos nas práticas histórico-sociais (GADAMER, 1997). O que o pesquisador hermenêutico faz é sondar os dados de modo que levem a novas conclusões, a novos resultados de pesquisa ou a propostas de política. Quando o pesquisador hermenêutico tenta uma interpretação, ele faz algo novo que não é nem êmico e nem ético* – nem o que pessoas de dentro ou de fora quiseram realmente dizer. Nesse processo o *insight* é um componente importante do ato de interpretação. Ele surge em parte da obtenção de uma visão global de

* Os termos êmico e ético também são utilizados como uma analogia entre os observadores de dentro, denominados *insiders*, e os observadores de fora, denominados *outsiders*. A abordagem ética refere-se a uma interpretação de aspectos de outra cultura a partir das categorias daqueles que a observam, isto é, dos próprios pesquisadores e investigadores. Por outro lado, a abordagem êmica procura compreender determinada cultura com base nos referenciais dela própria. Campos MO. Etnociência ou etnografia de saberes, técnicas e práticas? In: Amorozo MCM; Ming LC; Silva SP (Orgs.). Métodos de coleta e análise de dados em etnobiologia, etnoecologia e disciplinas correlatas. Rio Claro: UNESP/CNPq, 2002. p. 47-92.

perspectivas e pontos de vista conflitantes e em parte da leitura de história e comparação de descrições leigas com descrições oficiais ou com a teoria social (OLSEN, 2005).

Por meio de nossos diálogos, a cada momento produzimos compreensões-interpretações que continuamente (re)situam o eu, o outro e nosso mundo compartilhado através do sentido que concebemos e reproduzimos por meio da linguagem (AYRES, 2008). Fundir, por exemplo, os horizontes dos saberes dos profissionais da saúde com os dos usuários dos sistemas de saúde é indispensável para que o trabalho em saúde alcance suas mais elevadas finalidades práticas (AYRES, 2008). Assim, também é indispensável o fundir dos saberes dos pesquisadores com os dos pesquisados, das políticas de saúde com os de suas comunidades-alvo. Ademais, fundir esses horizontes é uma tarefa eminentemente hermenêutica (CAPRARA, 2003; AYRES, 2007).

Apesar da hermenêutica ser usada especialmente nas áreas de literatura, religião e direito (GADAMER, 1997), ela interessa à saúde (CAPRARA, 2003; AYRES, 2007; AYRES, 2008) e pode ser aplicada ao campo da alimentação e nutrição (FREITAS et al., 2011). Segundo FREITAS et al. (2011, p.36)

A hermenêutica filosófica ‘aplicada à alimentação e nutrição’ constituiria um exercício compreensivo que não desprezasse a dietética preconizada pela biomedicina, mas fizesse dela uma análise intertextual em que alimentação e comida entrassem como um ato não apenas da natureza, mas da cultura, que inclui intersubjetividade, representações dos fenômenos e compreensão de seus significados compartilhados pelos que vivem em semelhantes contextos (FREITAS et al, 2011, p. 36).

Nesse sentido, guiados pela perspectiva hermenêutica aplicada ao campo da alimentação e nutrição buscamos nesse estudo compreender o que pensam e fazem adultos brasileiros sobre a recomendação “comer com regularidade e atenção, em ambientes apropriados e em companhia” e conhecer o que pensam acerca da classificação NOVA,

reafirmando, de um lado, os significados atribuídos por esses indivíduos a essas temáticas dentro de suas realidades e de outro, a postura ético-compreensiva dos pesquisadores (AYRES, 2004; AYRES, 2008).

Reapropriarmo-nos ativamente dos fundamentos da compreensão significa ampliar nossa capacidade de interferir na racionalidade de nossas práticas de saúde, especialmente de sua racionalidade prática (AYRES, 2008). Dessa forma, quer seja como profissionais da saúde e de outros setores, pesquisadores, gestores de programas e políticas de saúde, teremos a possibilidade, assim como as ciências contemporâneas, de experimentarmos o processo de transição de uma racionalidade sistêmica e instrumental para uma racionalidade perspectivista e construcionista.

Após o desenvolvimento e a escolha do referencial teórico metodológico conceitual que guiará o estudo, importantes considerações devem ser feitas em pesquisas qualitativas, entre elas BAUER e GASKELL (2002) mencionam três questões centrais: “a quem”, “como” e “o que” perguntar.

4.4. SELEÇÃO DOS PARTICIPANTES DO ESTUDO

A primeira consideração central a ser feita é “a quem” perguntar, ou no caso, a quem entrevistar. Em pesquisas qualitativas, o termo “seleção” é empregado em vez de “amostragem” para determinar quais serão os participantes do estudo (BAUER e GASKELL, 2002). Segundo esses autores o termo amostragem carrega conotações dos levantamentos e pesquisas de opinião onde, a partir de uma amostra estatística, os resultados podem ser

generalizados dentro de limites específicos de confiabilidade e essa não é a finalidade real da pesquisa qualitativa.

Ainda segundo BAUER e GASKELL (2002), em um meio social específico, por exemplo, entre médicos, o pesquisador não necessitará entrevistar uma grande variedade desses profissionais porque normalmente existe um número relativamente limitado de pontos de vista sobre um tópico dentro de um meio social específico. Na medida em que o assunto é relevante para mais de um meio social, esse autor sugere uma alternativa para selecionar os participantes empregando-se o conceito de grupos ‘naturais’ em vez de grupos estatísticos. Em grupos naturais, as pessoas interagem conjuntamente; elas podem partilhar um passado ou ter um projeto futuro comum. Elas podem também ler os mesmos veículos de comunicação e ter interesses e valores mais ou menos semelhantes, formando um meio social (BAUER e GASKELL, 2002) interessante de ser considerado em pesquisas qualitativas. Esses autores complementam que essa decisão ainda não excluiria a necessidade de se levar em consideração as características como gênero, idade, entre outros, dentro desses grupos, e afirmam que cabe ao pesquisador decidir o que é relevante ou não para seu trabalho e tomar decisões entre os benefícios de se pesquisar determinados grupos e os custos de se ignorar outros.

Determinados segmentos como grupos de mães, gestantes e puérperas têm sido foco de pesquisas qualitativas como as de LINDSAY et al. (2008) e BAIÃO e DESLANDES (2010) que objetivaram o entendimento de questões relacionadas a esses períodos de vida das mulheres, por exemplo. Dentro desses grupos houve ainda outros critérios para a seleção dos participantes que, no geral atendiam as especificidades justificadas pelo pesquisador.

Seguindo as considerações expostas de BAUER e GASKELL (2002), complementadas pelas considerações de (MINAYO, 2010), que enfatizam que se deve selecionar os sujeitos que detêm as informações e experiências que o pesquisador deseja

conhecer; considerando-se um número suficiente para a reincidência das informações e escolhendo-se um conjunto de informantes que possibilite a apreensão de semelhanças e diferenças, é que justifica-se a seleção dos participantes desse estudo.

Selecionamos professores, técnicos administrativos e estudantes da UFGD, entendendo que indivíduos desses diferentes grupos formam um meio social importante de ser considerado em pesquisas qualitativas, e constituem uma comunidade-alvo das recomendações do Guia Alimentar para a População Brasileira.

Para garantirmos uma homogeneidade dos participantes do estudo, de acordo com o preconizado por LIAMPUTTONG e EZZY (2005), consideramos como critérios de inclusão: 1) ser brasileiro; 2) possuir vínculo institucional com a UFGD; 3) ser adulto (18-60 anos); e de exclusão: 1) pertencer a grupos vulneráveis (como indígenas e remanescentes de quilombolas, frequentes na UFGD); 2) ser estudante com alguma formação anterior em nível superior.

Um servidor técnico administrativo do setor de comunicação da UFGD enviou um e-mail, elaborado pela pesquisadora, a uma lista de endereços eletrônicos convidando professores, técnicos administrativos e estudantes a participarem da pesquisa (Apêndice 1). A lista de e-mail incluiu 3142 endereços eletrônicos válidos registrados no banco de e-mails da UFGD. Aguardamos as respostas por um período máximo de dez dias, contados a partir da data do envio desse e-mail. Após esse período, contabilizamos sessenta respostas de pessoas interessadas em participar do estudo e elegíveis para o mesmo. Afim de se obter amostra equitativa de indivíduos dos grupos de professores, técnicos administrativos e de estudantes, de ambos os sexos, contactamos também por e-mail as três primeiras mulheres e os três primeiros homens de cada grupo, os quais compuseram a amostra inicial do estudo (n=18). Agendamos com cada participante um dia e local indicados por eles (nas dependências da UFGD) para participarem do estudo e lhes foram resguardadas condições adequadas de

conforto e privacidade. Foi dada preferência a locais pouco barulhentos e que tivessem bancos ou cadeiras para sentar-se, como salas de aula vazias. Essa equidade foi determinada para obtermos certa proporcionalidade de participantes de cada grupo natural e de ambos os sexos, que poderiam contribuir com diferentes experiências e contextos em relação às temáticas do estudo.

Como determinamos o tamanho da amostra usando o conceito de saturação teórica, ou seja, o ponto em que novas informações não são obtidas por meio do processo de coleta de dados utilizado (FLICK, 2009), realizamos uma breve codificação de temas emergentes para avaliar a saturação (BERNARD e RYAN, 2010). Com base nessa codificação, concluímos que os critérios de saturação foram atingidos com 24 participantes (12 mulheres e 12 homens), sendo oito de cada grupo. Cabe salientar que a saturação foi alcançada considerando os participantes dos três grupos conjuntamente e não considerando cada um dos grupos separados.

4.5. COLETA DE DADOS

A segunda consideração a ser feita diz respeito ao “como” perguntar o que se deseja, e essa é uma discussão central a respeito de que tipo de método é mais apropriado para a elucidação da pergunta do investigador.

Não há um consenso sobre quando um método tem probabilidade de ser mais eficaz que outro e isso dependerá da natureza do tópico de pesquisa, dos objetivos, dos tipos de entrevistados e até certo ponto das habilidades e preferências pessoais do pesquisador (BAUER e GASKELL, 2002).

Tendo-se em vista que a entrevista é “essencialmente um método para estabelecer ou descobrir que existem perspectivas, ou pontos de vista sobre os fatos, além daqueles da pessoa que inicia a entrevista” (Farr, citado por BAUER e GASKELL, 2002, p.65), pode-se afirmar que a mesma vai ao encontro do que se deseja e, por isso, seja a mais apropriada para esse estudo. A propósito, a entrevista é o método mais utilizado para a aquisição de dados qualitativos em pesquisas em saúde (GREEN e THOROGOOD, 2004).

Aprofundando-se no método, é preciso dizer ainda, que a entrevista individual é preferível a grupal isso porque em um grupo o objetivo principal é estimular os participantes a falarem e a reagirem àquilo que outras pessoas no grupo dizem e, como tal, “os sentidos ou representações que emergem são mais influenciados pela natureza social da interação do grupo em vez de se fundamentarem na perspectiva individual” (BAUER e GASKELL, 2002, p. 75). Também em grupos podem ocorrer polarizações de opiniões e atitudes em movimentos para posições mais extremadas e alguns grupos planejados podem ser difíceis de serem recrutados devido as mais diversas razões. Na entrevista individual, por sua vez, esse problema de recrutamento pode ser evitado agendando-se com o entrevistado um tempo e lugar convenientes para a entrevista.

Em uma entrevista individual, a atenção do entrevistador é direcionada apenas a uma pessoa e, com isso, podem-se conseguir detalhes muito mais ricos a respeito de experiências pessoais, decisões, crenças, opiniões, circunstâncias particulares, etc. Além disso, a maneira como a entrevista se desenvolve pode estar relacionada às características relevantes do indivíduo que poderão ser percebidas pelo entrevistador de uma forma mais apropriada do que se estivesse lidando com um grupo (BAUER e GASKELL, 2002).

Dentre os mais variados tipos de entrevista, a entrevista semiestruturada permite ao pesquisador seguir um conjunto de questões previamente definidas e a possibilidade ao

informante de discorrer sobre o tema proposto em um contexto muito semelhante ao de uma conversa informal (BONI e QUARESMA, 2005).

A entrevista semiestruturada consiste em ‘fazer falar’ as pessoas quando interrogadas sobre um determinado tema, reformulando no decorrer do tempo para redirecionar a discussão, sem deter-se estritamente ao assunto de partida (POULAIN e PROENÇA, 2003b). Segundo esses autores, as digressões são importantes porque permitem perceber as representações mais ou menos conscientes nos quais se manifestam as lógicas das pessoas. Esse tipo de entrevista é muito utilizado quando se deseja delimitar o volume das informações, obtendo assim um direcionamento maior para o tema, intervindo a fim de que os objetivos sejam alcançados (BONI e QUARESMA, 2005).

Dessa forma, fica explícita a forma “como” perguntamos as questões desse estudo. Utilizamos entrevista semiestruturada áudio-gravada por meio de um gravador Panasonic® (RR-US550). Também utilizamos uma atividade de classificação de alimentos para atingirmos o segundo e o terceiro objetivos específicos desse estudo. Cabe mencionar que o gravador permaneceu ligado inclusive durante essa atividade de classificação.

4.5.1. Entrevista semiestruturada

A entrevista começou com alguns comentários introdutórios sobre a temática do estudo, uma palavra de agradecimento ao participante por ter concordado em falar, e um pedido para gravar a sessão. Nesse momento, justificou-se ao participante o uso do gravador como uma ajuda à memória, um registro útil da conversação ou também como uma forma de evitar anotações das respostas de forma incompleta ou equivocada.

É indicado o uso de gravador na realização de entrevistas para que seja ampliado o poder de registro e captação de elementos de comunicação de extrema importância, pausas de reflexão, dúvidas ou entonação da voz, aprimorando-se a compreensão da narrativa (SCHRAIBER, 1995). Autores como PATTON (1990) e ROJAS (1999) concordam com esta indicação, pois o gravador preserva o conteúdo original e aumenta a acurácia dos dados coletados, além de permitir maior atenção ao participante. Antes de cada gravação, foram verificados carga das pilhas, volume e funcionamento do aparelho.

A pesquisadora fez as seguintes perguntas aos participantes: “Para começarmos nossa conversa, me conte um pouco sobre o jeito que você come no seu dia a dia”; “Para você, o que significa comer com regularidade e atenção?”, “O que você considera um local apropriado para comer?” e “O que você acha sobre comer em companhia?”. Iniciando a entrevista com a primeira pergunta, as outras três foram feitas na medida em que surgiam aspectos a elas relacionados, procurando dar ao participante a oportunidade de falar livremente, inclusive sobre outros assuntos. As falas dos participantes também foram estimuladas por meio dos comentários “E como é no seu dia a dia?” e “E como é isso para você?” Isso foi feito para ampliar o poder de registro das práticas alimentares dos participantes que, segundo POULAIN e PROENÇA (2003b), manifestam-se entre dois polos que podem aparecer como extremos de um *continuum*, ou seja, isso foi feito para conhecer as suas representações (expressas subjetivamente) e práticas (expressas mais objetivamente). Por utilizarmos entrevista semiestruturada para a coleta de dados, as práticas as quais nos referimos nesse estudo limitam-se àquelas declaradas ou reconstruídas pelos sujeitos, já as representações compreendem normas, opiniões, valores, símbolos. Os resultados provenientes dessa entrevista resultaram no manuscrito 1.

A pesquisadora foi uma ouvinte ativa, demonstrando ao participante que estava interessada em sua fala, em suas emoções, realizando novos questionamentos, confirmando com gestos que o ouvia atentamente e que queria compreender suas palavras.

Seguindo as recomendações de MAGNANI (1986), além de ouvir o participante, a pesquisadora ficou atenta às expressões utilizadas, gestos, mudanças de postura entre outros, pois ele podia simular palavras e conceitos que não são utilizados no seu dia a dia, tentando mostrar aquilo que ele acha que a pesquisadora queria ouvir. Para anotar tais observações foi utilizado um espaço deixado na ficha para coleta de dados dos participantes (Apêndice 3).

4.5.2. Atividades de classificação de alimentos

Foram realizadas duas atividades de classificação com cada participantes. A primeira foi realizada para alcançarmos o segundo objetivo desse estudo e a segunda para alcançarmos o terceiro objetivo.

Para realizarmos a primeira atividade utilizamos o método de *pile sort*. Esse método é utilizado há tempos em diversas áreas para examinar estruturas e processos cognitivos (SPRADLEY, 1979; WELLER e ROMNEY, 1988). Na área de nutrição, tem ajudado pesquisadores a elucidar aspectos referentes à alimentação de indivíduos e a entender como estes classificam alimentos (ROSS e MURPHY, 1999; BLAKE et al., 2007; BELTRAN et al., 2008; QUINTILIANI et al., 2008; BANNA et al., 2016).

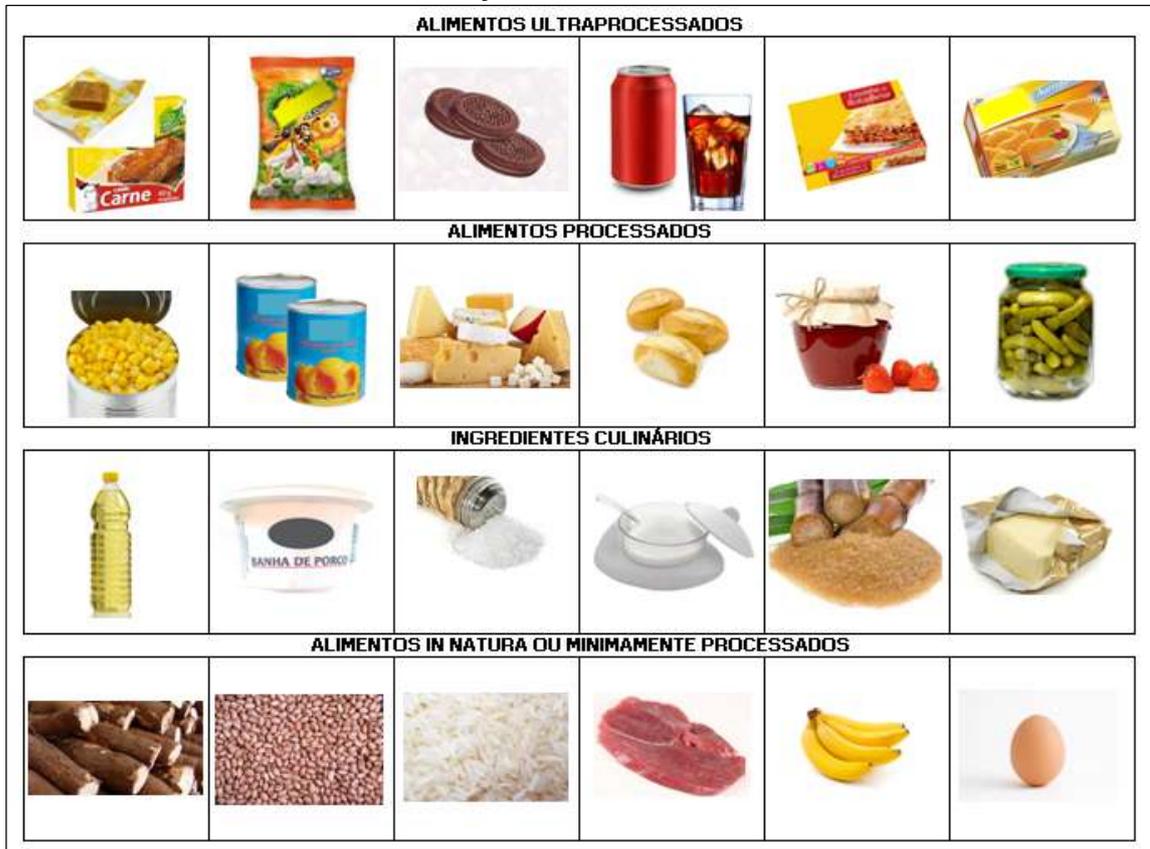
Trata-se de um método qualitativo que ajuda a identificar itens ou temas que existem dentro de um domínio cultural. Utiliza meio físico, ou seja, cartões, objetos ou imagens para

gerar dados de indivíduos ou grupos, estudando como eles organizam ou "classificam" essas informações (BERNARD, 2006).

O pesquisador dá um conjunto de cartões/itens a cada entrevistado e, em seguida, o solicita que divida os mesmos em grupos. Em outras palavras, os entrevistados são convidados a agrupar itens semelhantes juntos. O pesquisador explica que os grupos podem ter tantos cartões quanto os entrevistados desejarem. Quando o entrevistado termina a sua classificação, o pesquisador lhe pede que faça subgrupos, se isso for possível. O pesquisador também pede ao entrevistado para explicar os critérios usados para classificar os cartões/itens e nomear cada grupo formado (BERNARD e RYAN, 2010). Esse método apresenta a vantagem de ser efetivo nos estágios iniciais de uma pesquisa, pois permite ao pesquisador compreender quais são os valores, crenças ou pontos de vista da comunidade participante apropriados em sua cultura. No entanto, apresenta a desvantagem de produzir poucos dados quantitativos que não são empiricamente testáveis, e dados qualitativos que podem ser muito gerais para se fazer interpretações que melhor representem uma comunidade. Por esse motivo, os dados obtidos por *pile sort* geralmente são aprofundados por meio de entrevistas e observações (BERNARD, 2006).

Para a atividade de *pile sort* um conjunto de vinte e quatro cartões (cada um medindo 4,5cm de largura e 4,0cm de altura) contendo figuras de alimentos e bebidas foi desenvolvido pelos pesquisadores responsáveis pelo estudo e apreciado por dois juízes, ambos nutricionistas e pesquisadores experientes em pesquisa qualitativa (Figura 1). Esse instrumento assemelhou-se ao criado por DRESSLER (2001) no Brasil e ao de LYNCH e HOLMES (2011) nos Estados Unidos. Alimentos e bebidas pertencentes aos quatro grupos da classificação NOVA (ver Quadro 2) comumente consumidos (IBGE, 2011; LOUZADA et al., 2015a) pelas pessoas e disponíveis na maioria dos supermercados encontrados na região do estudo, foram selecionados para serem incluídos nos cartões.

Figura 1 - Conjunto de vinte e quatro cartões contendo figuras de alimentos e bebidas utilizado nas atividades de classificação de alimentos.



Os participantes foram apresentados ao conjunto de 24 cartões, (em ordem aleatória e sem identificação dos grupos da classificação NOVA) e foram perguntados se havia algum item que não lhes era familiar. Todos os itens foram familiares a todos os participantes. Após, os participantes foram instruídos a classificar os itens livremente, em grupos que fizessem algum sentido para eles.

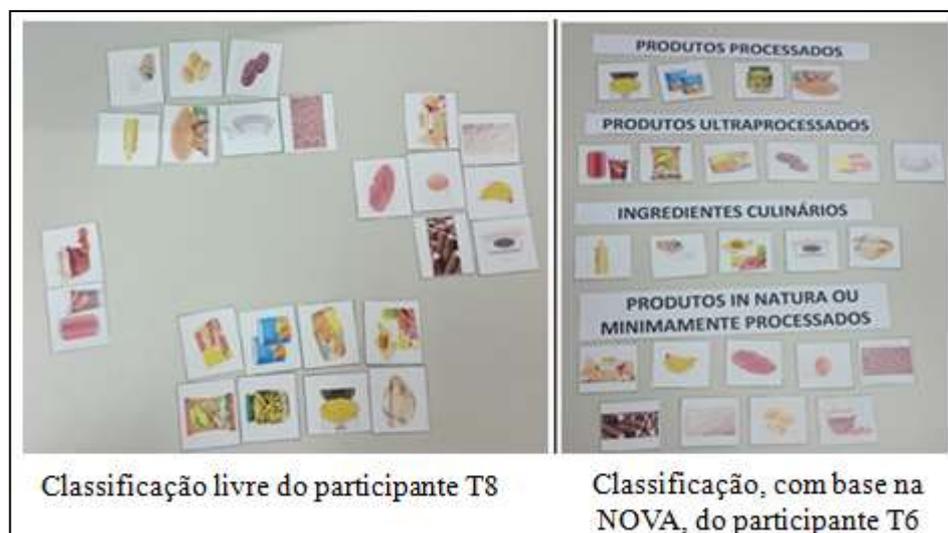
Utilizando a técnica de entrevista semiestruturada, assim que o participante concluía a atividade de *pile sort*, a pesquisadora lhe solicitava que nomeasse cada grupo criado usando suas próprias palavras e descrevesse as características dos mesmos assim como no estudo de BLAKE (2008) e BANNA et al. (2016). As falas dos participantes foram estimuladas pela pesquisadora por meio dos comentários “O que é esse grupo?” e “Por que esses itens estão

juntos?”, semelhantemente ao estudo de LYNCH & HOLMES (2011). Registramos em uma fotografia a classificação livre dos participantes. Os resultados provenientes dessa classificação livre resultaram no manuscrito 2.

Em seguida solicitamos para que classificassem os itens de acordo com a classificação NOVA. Essa foi a segunda atividade de classificação. Para isso os nomes dos grupos impressos em tiras de papel sulfite foram entregues aos participantes. Da mesma forma, por meio de entrevista semiestruturada estimulamos os participantes a explicarem a classificação feita por meio dos comentários “Por que esses alimentos estão nesse grupo?” e “O que são alimentos in natura ou minimamente processados” (e depois o nome dos outros grupos)” e também a registramos em uma fotografia. Os resultados provenientes dessa classificação com base na NOVA resultaram no manuscrito 3.

A Figura 2 mostra um registro fotográfico de uma classificação livre e de uma classificação com base na NOVA de dois participantes do estudo.

Figura 2 - Registro fotográfico de classificações de alimentos de dois participantes do estudo.



Terminada a entrevista com as atividades de classificação de alimentos, que duraram em média 40 minutos, a pesquisadora solicitou aos participantes alguns dados pessoais, profissionais, escolaridade, bem como peso e altura referidos conforme a ficha para coleta de dados dos participantes (Apêndice 3).

Ao final, a pesquisadora apresentou aos participantes as recomendações do Guia Alimentar para a População Brasileira presentes no capítulo intitulado “O ato de comer e a comensalidade” e a classificação NOVA de alimentos como forma de finalizar a entrevista.

Após, agradeceu o recebimento das informações e se colocou à disposição para esclarecimento de dúvidas ou recebimento de sugestões.

As entrevistas gravadas foram transcritas e áudio, transcrições, fotografias e fichas para coleta de dados dos participantes foram guardadas em sigilo e serão mantidas pelo período de até cinco anos após a data de publicação dos resultados do estudo.

4.5.3. Roteiro da entrevista

A terceira consideração a ser feita diz respeito ao “o que” perguntar. Nesse sentido, o roteiro ou tópico-guia é a parte vital do processo de pesquisa e necessita atenção detalhada. Ele tratará de considerar “o que” se quer perguntar. Se forem feitas perguntas inadequadas, pode-se desperdiçar não somente o tempo do entrevistado, como também o do entrevistador. É provável que se tenha de fazer várias tentativas de elaboração do roteiro, o qual se fundamentará na combinação de uma leitura crítica da literatura apropriada, um reconhecimento do campo (que poderá incluir observações e/ou conversas preliminares com

peças relevantes), discussões com colegas experientes, e algum pensamento criativo (BAUER e GASKELL, 2002).

Como ideal, ele deveria caber em uma página na qual estariam um conjunto de títulos de parágrafos e não uma série extensa de perguntas, exatamente para funcionarem como lembretes para o entrevistador no que diz respeito à progressão lógica dos temas e também ao tempo disponível para os mesmos (BAUER e GASKELL, 2002). Para se obter uma narrativa natural, muitas vezes não é interessante fazer uma pergunta direta, mas sim fazer com que o pesquisado lembre parte de sua vida (Bourdieu, citado por BONI e QUARESMA, 2005). Embora o roteiro deva ser bem preparado no início do estudo, ele deve ser usado com alguma flexibilidade, já que o entrevistador pode perceber necessidades de redigi-lo ou reformulá-lo no decorrer do trabalho (FLICK, 2009). Nesse caso, todas as mudanças ocorridas devem ser muito bem documentadas explicitando-se as razões que levaram a isto.

O roteiro de entrevista (Apêndice 2) continha tópicos relevantes que nortearam as perguntas do estudo em questão. Ainda, o roteiro contou com uma introdução e uma finalização para a entrevista, sendo essas importantes etapas que conferiram à mesma uma característica de conversação e aproximaram o participante da pesquisadora e do tema do estudo.

O tópico 1 foi pensado com a finalidade de introduzir a temática do estudo ao participante e trazer à tona as maneiras de comer do participante. Os tópicos 2, 3, 4 e 5 trataram de abordar as recomendações “comer com regularidade e atenção, em ambientes apropriados e em companhia”. Estes foram definidos para se alcançar o primeiro objetivo específico. Os temas 6 e 7 trataram sobre o tópico da classificação de alimentos e foram definidos para se alcançar o segundo e o terceiro objetivos específicos desse estudo.

Embora o conteúdo mais amplo dos tópicos tenham sido estruturado em alguns exemplos de perguntas, a ideia não foi fazê-las de forma padronizada ou esperando que o

entrevistado traduzisse seus pensamentos em categorias específicas de respostas; procurou-se, no entanto, que elas mantivessem o mesmo sentido na entrevista de todos os participantes e que permitissem a fluidez da conversação.

O roteiro do estudo foi apreciado por juízes, de acordo com o preconizado por MANZINI (2012). Os juízes são geralmente pessoas envolvidas em pesquisas, capacitados na avaliação e ajuste do roteiro. Seu papel fundamental é indicar se os termos utilizados são compreensíveis e adequados à população a que se destina, se há questões que geram dificuldade de interpretação, se o instrumento favorece o envolvimento do entrevistado na resposta das questões e se atinge o objetivo proposto (BELEI et al., 2008). Os juízes foram dois pesquisadores experientes em pesquisa qualitativa, ambos pertencentes ao corpo docente da UFGD, e que não participaram em nenhuma outra etapa do estudo.

Após, o roteiro foi submetido a um pré-teste na forma de uma entrevista preliminar com dois professores, dois técnicos administrativos e dois estudantes da UFGD (não participantes do estudo). O mesmo foi realizado a fim de se verificar a adequação dos tópicos, a sequência dos mesmos e a sua compreensão por parte desses indivíduos, de acordo com o proposto por MANZINI (2012).

4.5.4. Transcrição das entrevistas

A transcrição das entrevistas ocorreu logo após as mesmas e foi realizada pela própria pesquisadora com o auxílio do programa *Sound Organizer* da Panasonic®.

Acerca da transcrição de entrevistas, segundo BAUER e GASKELL (2002), “há uma perda de informação no relatório escrito e o entrevistador deve ser capaz de trazer à memória

o tom emocional do entrevistado” (BAUER e GASKELL, 2002, p.71), o que pode ser obtido de forma mais exitosa se a transcrição ocorrer o mais breve possível, após a entrevista. Assim, a pesquisadora seguiu o preconizado por esse autor e ouvindo várias vezes cada áudio, transcreveu tudo, inclusive pausas e mudanças de entonação de voz, além de sinalizadores de interrogação, silabação e outras variações ocorridas na entrevista de acordo com o preconizado por PRETTI e URBANO (1988).

4.6. ANÁLISE DE DADOS

Para a análise das entrevistas utilizamos análise de conteúdo exploratória a qual, segundo BERNARD e RYAN (2010), emprega uma abordagem indutiva e permite identificar temas emergentes provenientes dos dados. Considerando as devidas particularidades, detalhadas nos manuscritos correspondentes, todos os procedimentos descritos a seguir foram realizados para a análise das falas dos participantes referentes às perguntas sobre o ato de comer e a comensalidade e para as falas ocorridas na atividade de classificação de alimentos. Para isso, a pesquisadora leu várias vezes as transcrições buscando por temas que descrevessem respostas dos participantes às perguntas do estudo; e no caso da atividade de classificação de alimentos, buscando por temas que descrevessem a natureza e as características dos grupos de alimentos resultantes da classificação dos alimentos feitas pelos participantes e identificando, nas informações provenientes dos dados, os principais elementos envolvidos nesse processo.

Em seguida, destacou citações que pareciam importantes e as agrupou em temas utilizando a técnica de *cutting and sorting* com auxílio do *Microsoft Office Excel®*

(Microsoft Corporation USA). BERNARD e RYAN (2010) descrevem essa técnica como sendo um processo que envolve identificar falas ou expressões que se destacam e organizá-las em pilhas com características semelhantes. Inicialmente, a primeira autora identificou temas bastante específicos, os quais foram discutidos e refinados com outros pesquisadores (em alguns casos foram os orientadores da tese e em outros uma pesquisadora experiente, externa à tese) até chegarem a um consenso. Isso foi feito para reunir os temas específicos em temas mais abrangentes, porém com características semelhantes, e assegurar a validade da análise.

Um *codebook* foi desenvolvido conforme sugerido por BERNARD e RYAN (2010) e MACQUEEN et al. (1998) e incluiu, para cada tema, uma definição curta e uma detalhada, critérios de inclusão e exclusão, exemplos típicos e atípicos, e um exemplo categorizado como "*close, but no*" (quase parece um exemplo do tema, mas não é). A pesquisadora realizou a codificação das entrevistas a partir dos critérios descritos no *codebook* utilizando o processador de texto *Microsoft Office Word*® (Microsoft Corporation, USA) e, por fim, realizou as etapas de tratamento dos resultados, e de inferência e interpretação descrevendo os temas, quando possível, a partir das tendências central (o que há de mais comum e típico do tema) e periférica, intervalo (amplitude de significado de um extremo do tema ao outro), distribuição (grau de variação em relação à tendência central), detalhes (exemplos, nuances que variam entre os textos) e contextos (relevantes condições e detalhes sociais, culturais, políticos, econômicos e ecológicos) (BERNARD e RYAN, 2010).

Apresentamos os dados em forma de paráfrases e citações literais como sugerido por BERNARD e RYAN (2010). As citações literais são apresentadas entre aspas, seguidas pelas letras P (professor), T (técnico administrativo) e E (estudante), respectivamente, seguidas dos números 1 a 8, considerando o anonimato dos participantes.

De forma particular, para identificarmos e descrevermos as facilidades, dificuldades e dúvidas dos participantes em relação à classificação NOVA realizamos análise de conteúdo

somativa das transcrições. Segundo HSIEH e SHANNON (2005) essa análise tem o propósito de entender os contextos de uso e os significados subjacentes de certas palavras. A identificação e a quantificação de certas palavras no texto, passos iniciais dessa análise, são usados para identificar o padrão dos dados e contextualizar os códigos encontrados (HSIEH e SHANNON, 2005). Dessa forma, iniciamos essa análise com a identificação nas transcrições das palavras fácil, fáceis, facilidade, difícil, difíceis, dificuldade, dúvida e dúvidas; realizamos a contagem dessas palavras com a ajuda do processador de texto *Microsoft Office Word*® (Microsoft Corporation USA); e em seguida identificamos seus contextos de uso verificando também em que contextos mais apareciam.

A primeira análise da classificação dos alimentos feita pelos participantes (*pile sort*) foi realizada por escalonamento multidimensional (EMD) não métrico seguido de análise hierárquica de cluster. A segunda análise de classificação foi realizada somente por EMD.

O EMD gera um mapa onde cada objeto corresponde a um ponto e a distância entre cada ponto representa o grau de similaridade entre eles (PEREIRA, 2004). Na análise de cluster, as distâncias entre os pontos dentro do espaço multidimensional, constituído por eixos de todas as medidas realizadas (variáveis) são calculadas, e os objetos são agrupados conforme a proximidade entre eles (PEREIRA, 2004). Nesse estudo as variáveis foram os alimentos apresentados na Figura 1. Utilizou-se a distância euclidiana como medida de dissimilaridade entre dois alimentos e o método da ligação média para calcular a distância entre dois *clusters* de alimentos. Utilizamos o valor de Stress, segundo Kruskal (1964) citado por FÁVERO et al. (2009) para avaliar o ajuste da análise do EMD. Quanto maior o valor de Stress, pior o ajuste, já que seu valor mínimo será zero quando não existirem diferenças entre as distâncias das observações (FÁVERO et al., 2009). Ambas as análises foram realizadas com auxílio do software *Anthropac*®, versão 1.0 (ANALYTIC TECHNOLOGIES, LEXINGTON, KY).

Dadas as diversas soluções de agrupamentos resultantes da análise hierárquica de cluster, a solução final para os dados foi decidida entre os pesquisadores com auxílio da análise de conteúdo. Isso foi feito já que, segundo FÁVERO et al. (2009), é atribuição do pesquisador o julgamento do número mais adequado de agrupamentos. Para isso, observamos como esses se relacionavam aos temas emergentes da análise de conteúdo, atentando-nos ao número de observações que compunham cada agrupamento e avaliamos a dimensão dos mesmos. Para validar a solução final de agrupamentos empregamos outros dois métodos para cálculo da distância entre dois agrupamentos (ligação individual e ligação completa), buscando avaliar a consistência dos resultados obtidos (FÁVERO et al., 2009). Por fim, interpretamos os agrupamentos considerando sua relação com temas emergentes da análise de conteúdo e identificando os principais elementos envolvidos no processo de classificação dos alimentos pelos participantes.

A partir destas análises foi possível interpretarmos os dados obtidos e inferirmos conclusões para o alcance dos objetivos do estudo.

4.7. ASPECTOS ÉTICOS

O projeto foi encaminhado, via Plataforma Brasil, ao Comitê de Ética em Pesquisa da Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo (instituição proponente) tendo sido aprovado em 28 de junho de 2015 nos termos da resolução CNS 466/12 sob número de parecer 1.127.723 (Anexo 1). A solicitação da realização das entrevistas na Universidade

Federal da Grande Dourados (instituição co-participante) foi aprovada em 12 de maio de 2015 (Anexo 2).

Um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (Apêndice 4) foi lido aos participantes, informando-os sobre a natureza da pesquisa e os seus procedimentos, garantindo-lhes quaisquer esclarecimentos, bem como a liberdade de recusa e o sigilo de sua participação. O mesmo foi assinado em duas vias de igual teor, sendo uma via entregue ao participante e outra guardada com os pesquisadores.

5. RESULTADOS E DISCUSSÃO

5.1. MANUSCRITO 1: O ATO DE COMER E A COMENSALIDADE NAS RECOMENDAÇÕES DO GUIA ALIMENTAR PARA A POPULAÇÃO BRASILEIRA: REPRESENTAÇÕES E PRÁTICAS ENTRE ADULTOS BRASILEIROS

O artigo intitulado “O ato de comer e a comensalidade nas recomendações do Guia Alimentar para a População Brasileira: representações e práticas entre adultos brasileiros” será submetido à *Public Health Nutrition* e corresponde ao primeiro manuscrito dessa tese.

O ato de comer e a comensalidade nas recomendações do Guia Alimentar para a População Brasileira: representações e práticas entre adultos brasileiros

Bruna Menegassi^{a,*}, Fernanda Baeza Scagliusi^a, Jean-Claude Moubarac^b

^aFaculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo, Av. Dr. Arnaldo 715, 2º andar, São Paulo, 01246-904, Brasil

^bDepartamento de Nutrição da Universidade de Montreal, 2405 chemin de la Côte-Sainte-Catherine, local 1248, Montréal, Canada, H3T 1A8.

*Autor para correspondência.

Autor para correspondência: (B. Menegassi).

Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo, Av. Dr. Arnaldo 715, 2º andar, São Paulo, 01246-904, Brasil

E-mail: brunamenegassi.nut@gmail.com

Resumo

A segunda edição do Guia Alimentar para a População Brasileira (GAPB), que ganhou proeminência no cenário nacional e internacional, aborda em algumas de suas recomendações o ato de comer e a comensalidade e, nesse sentido, recomenda comer com regularidade e atenção, em ambientes apropriados e em companhia. Esse estudo transversal e de natureza qualitativa objetivou compreender as representações e práticas de uma amostra de adultos brasileiros acerca dessas recomendações, e as relações dessas representações e práticas com a abordagem do GAPB. Para isso, conduzimos entrevistas semiestruturadas com 24 moradores da cidade de Dourados-MS e as analisamos por análise de conteúdo exploratória.

Identificamos que alguns participantes do estudo entendem regularidade como *ter horário*; e atenção como *sem distração*, *comer devagar* e prestar atenção aos *sinais do corpo*, temas esses que vão ao encontro da abordagem da recomendação do GAPB. Outros entendem regularidade como *equilíbrio* e *quantidade adequada*; e atenção como observar as *características dos alimentos* e a *quantidade dos alimentos*. Em relação ao local apropriado para comer, a maioria dos participantes o entendem como *à mesa*, *lugar agradável*, *sem interferências* e *lugar limpo*, representações essas que vão ao encontro da abordagem da recomendação do GAPB. Em relação à pergunta sobre comer em companhia, o tema *bom* foi o mais recorrente, mas os temas *prefiro sozinho(a)* e *indiferente* também emergiram na análise. Os resultados de nosso estudo podem ser usados por pesquisadores brasileiros para otimizarem a comunicação entre essas recomendações e a comunidade-alvo a que se destinam e por pesquisadores de outros países para aprimorarem as recomendações de seus guias alimentares, no que diz respeito a essas temáticas.

Palavras-chaves: Comensalidade, Práticas alimentares, Guia alimentar, Ambiente alimentar

Introdução

Guias alimentares são documentos oficiais elaborados e publicados por órgãos governamentais para guiar políticas públicas de alimentação e nutrição, aconselhar pessoas em dietas que promovam hábitos e estilos de vida saudáveis e reduzir índices de obesidade e de doenças relacionadas^(1,2). Em todo o mundo, noventa países elaboraram guias alimentares nacionais e, atualmente, quatro estão desenvolvendo seus guias⁽³⁾.

A maioria dos guias alimentares existentes restringe o conceito de dieta à quantidade de nutrientes presentes nos alimentos⁽⁴⁾. De fato, muitos guias alimentares focam suas recomendações no o quê e no quanto comer⁽⁵⁻⁹⁾ subestimando o contexto do como, quando,

porquê, onde e com quem alimentos e/ou refeições são consumidos⁽⁴⁾, negligenciando assim, a dimensão sociocultural da alimentação. Isso pode ser reflexo dos resultados da grande maioria das pesquisas sobre práticas alimentares, que tem se orientado principalmente sob uma perspectiva econômica (estudando a evolução dos gastos e das compras) ou nutricional e da saúde (estudando a evolução da dieta em termos de nutrientes e composição, seus efeitos no corpo humano e a sua relação com doenças) deixando em segundo plano a análise de fatores e aspectos socioculturais que condicionam tais práticas⁽¹⁰⁾.

Em diversos países há estudos que mostram evidências de que as circunstâncias que envolvem o consumo de alimentos, por exemplo, comer sozinho, sentado no sofá e diante da televisão ou compartilhar uma refeição, sentado à mesa com familiares ou amigos, são importantes para determinar o quê e o quanto será consumido, e estão relacionadas às condições de saúde e de nutrição das pessoas⁽¹¹⁻¹⁴⁾.

Dada a crescente importância de tais evidências, alguns países têm se preocupado em considerar a dimensão sociocultural da alimentação em recomendações de seus guias alimentares. O Brasil, ao elaborar a segunda edição do Guia Alimentar para a População Brasileira (GAPB)⁽¹⁵⁾, mostrou-se pioneiro nesse sentido e ganhou proeminência no cenário nacional e internacional⁽¹⁶⁾ ao apresentar, em seu capítulo intitulado “O ato de comer e a comensalidade”, três orientações que influenciam o uso dos alimentos e o prazer de comer: comer com regularidade e com atenção, comer em ambientes apropriados e comer em companhia⁽¹⁷⁾.

Para a realização de ações de promoção de saúde baseadas nas recomendações do GAPB, faz-se necessário compreender as maneiras de pensar e agir da comunidade-alvo dessas ações e o contexto onde essa se insere⁽¹⁸⁾. Nesse sentido, pesquisas qualitativas, que têm por objetivo reunir uma compreensão profunda acerca do comportamento humano e as razões que regem esse tipo de comportamento⁽¹⁹⁾, constituem-se em uma adequada opção

metodológica para estudar as maneiras de pensar e agir das pessoas. Apesar disso, na área de alimentação e nutrição, poucos são os estudos que se prestam a esse conhecimento e nenhum estudo, até o presente momento, objetivou compreender o que pensam e como agem as pessoas a respeito dessas recomendações do GAPB, o que justifica a realização desse estudo.

Considerando o exposto, esse estudo teve por objetivo compreender: 1) as representações e práticas de uma amostra de adultos brasileiros sobre “comer com regularidade e atenção, em ambientes apropriados e em companhia”; e 2) as relações dessas representações e práticas com a abordagem das recomendações do Guia Alimentar.

Esperamos contribuir para esse debate sob a ótica de adultos brasileiros, o que pode se constituir em um importante passo para uma comunicação eficiente entre as recomendações do GAPB e a comunidade-alvo a que se destinam. Ademais, essa proposta é necessária ao aprimoramento das recomendações do GAPB e de guias alimentares de outros países que poderão trazer para primeiro plano de suas pesquisas e ações de políticas públicas, os fatores e circunstâncias socioculturais que condicionam as práticas alimentares dos indivíduos e suas relações com a saúde e/ou doença.

Materiais e métodos

Desenho do estudo

Este estudo transversal e de natureza qualitativa é um dos objetivos da tese de doutorado da primeira autora desse artigo intitulada “O ato de comer, a comensalidade e a classificação NOVA de alimentos nas recomendações do Guia Alimentar para a População Brasileira: contribuições da pesquisa qualitativa”.

Local do estudo

O estudo foi conduzido na Universidade Federal da Grande Dourados (UFGD). A escolha do local deu-se pela proximidade e interação da primeira autora com a instituição em questão. Dourados é a segunda cidade mais populosa do Estado de Mato Grosso do Sul, localizado na Região Centro-Oeste do Brasil. Com população estimada de 218.069 habitantes no ano de 2017⁽²⁰⁾ é considerada uma cidade de porte médio⁽²¹⁾.

Seleção dos participantes

Levando em conta que o estudo procurou obter informações sobre representações e práticas de adultos em relação ao ato de comer e à comensalidade, decidimos selecionar grupos naturais. Em grupos naturais as pessoas interagem conjuntamente, fazem parte de um grupo no dia a dia e se reúnem em um local de encontro habitual²². Por esse motivo, selecionamos grupos de professores, técnicos administrativos e estudantes da UFGD, já que esses podem agir conjuntamente em relação ao ato de comer e à comensalidade tanto fora como dentro da universidade.

Para garantirmos uma homogeneidade dos participantes do estudo, de acordo com o preconizado por Liamputtong e Ezzy⁽²³⁾, consideramos os seguintes critérios de inclusão: 1) ser brasileiro; 2) possuir vínculo institucional com a UFGD; 3) ser adulto (18-60 anos). Consideramos também os critérios de exclusão: 1) pertencer a grupos vulneráveis (como indígenas e remanescentes de quilombolas, frequentes na UFGD); 2) ser estudante com alguma formação anterior em nível superior.

Um convite para participar do estudo foi enviado a uma lista de 3142 endereços eletrônicos válidos de professores, técnicos administrativos e estudantes, registrados no banco de e-mails da UFGD. Aguardamos as respostas por um período máximo de dez dias, contados a partir da data do envio desse e-mail. Após esse período, contabilizamos sessenta respostas

de pessoas interessadas em participar do estudo e elegíveis para o mesmo. Afim de se obter amostra equitativa de indivíduos dos grupos de professores, técnicos administrativos e de estudantes, de ambos os sexos, contactamos também por e-mail as três primeiras mulheres e os três primeiros homens de cada grupo, os quais compuseram a amostra inicial do estudo (n=18). A primeira autora desse trabalho agendou com cada participante um dia e local indicados por eles (nas dependências da UFGD) para participarem do estudo e lhes foram resguardadas condições adequadas de conforto e privacidade.

Como determinamos o tamanho da amostra usando o conceito de saturação teórica, ou seja, o ponto em que novas informações não são obtidas por meio do processo de coleta de dados utilizado⁽²⁴⁾, a primeira autora realizou uma breve codificação de temas emergentes para avaliar a saturação⁽²⁵⁾. À medida que a codificação progredia, novos temas ainda foram encontrados, indicando que a saturação não havia sido atingida; assim, a mesma continuou a etapa de seleção com mais uma pessoa (elegível para o estudo) de cada sexo e de cada grupo. A codificação adicional foi realizada após a adição desses novos participantes e então nenhuma nova informação relevante, que contribuiu para os temas do estudo, emergiu. Com base nessa análise, concluímos que os critérios de saturação foram atingidos considerando o total de participantes, ou seja 24 (12 mulheres e 12 homens), sendo oito de cada grupo. Antes do estudo, a primeira autora não havia interagido ou se relacionado com nenhum participante selecionado para o estudo.

Coleta de dados

A coleta de dados foi realizada por meio de entrevista semiestruturada no período de janeiro a dezembro de 2016.

Um roteiro com perguntas abertas foi elaborado pelos pesquisadores, pré-testado e utilizado nas entrevistas; essas foram conduzidas pela primeira autora seguindo

cuidadosamente as recomendações de Duarte⁽²⁶⁾. O pré-teste das perguntas foi conduzido com dois professores, dois técnicos administrativos e dois estudantes da UFGD (não participantes do estudo). A compreensão dessas pessoas em relação às perguntas elaboradas foi verificada. Então, pequenas mudanças na estrutura semântica de algumas perguntas foram feitas nessa etapa do estudo (são comentadas na seção de discussão). A primeira autora foi treinada para a coleta e análise dos dados por um grupo de pesquisadores da UFGD que possui larga experiência teórica e prática em pesquisas qualitativas.

De posse de um gravador (Panasonic® RR-US550), a entrevistadora fez as seguintes perguntas aos participantes: “Para começarmos nossa conversa, me conte um pouco sobre o jeito que você come no seu dia a dia”; “Para você, o que significa comer com regularidade e atenção?”, “O que você considera um local apropriado para comer?” e “O que você acha sobre comer em companhia?”. Iniciando a entrevista com a primeira pergunta, as outras três foram feitas na medida em que surgiam aspectos a elas relacionados, procurando dar ao participante a oportunidade de falar livremente, inclusive sobre outros assuntos. O tempo de cada entrevista variou de 25 a 70 minutos.

As falas dos participantes também foram estimuladas por meio dos comentários “E como é no seu dia a dia?” e “E como é isso para você?” Isso foi feito para ampliar o poder de registro das práticas alimentares dos participantes que, segundo Poulain e Proença⁽²⁷⁾, manifestam-se em diferentes níveis da realidade, entre dois pólos opostos, inclusive, que aparecem como extremos de um *continuum*; ou seja, isso foi feito para conhecer as práticas que correspondem aos comportamentos realmente utilizados pelos comedores e suas representações (os discursos associados às práticas, que as acompanham, as determinam ou as justificam). Por utilizarmos entrevista semiestruturada para a coleta de dados, as práticas as quais nos referimos nesse estudo limitam-se àquelas declaradas ou reconstruídas pelos sujeitos, já as representações compreendem normas, opiniões, valores, símbolos⁽²⁷⁾.

Como forma de finalizar a entrevista, a entrevistadora leu aos participantes as recomendações do GAPB relacionadas às perguntas do estudo (coma com regularidade e atenção; coma em ambientes apropriados; coma em companhia) e perguntou se conheciam o GAPB e tais recomendações.

Todas as entrevistas foram gravadas e cada áudio foi transcrito pela primeira autora. Pausas e mudanças de entonação de voz, sinalizadores de interrogação, silabação e outras variações ocorridas na entrevista foram considerados na transcrição, seguindo recomendações de Pretti e Urbano⁽²⁸⁾.

Análise dos dados

Para a análise das entrevistas utilizamos análise de conteúdo exploratória a qual, segundo Bernard e Ryan⁽²⁵⁾, emprega uma abordagem indutiva e permite identificar temas emergentes provenientes dos dados.

Para isso, a primeira autora leu várias vezes as transcrições buscando por temas que descrevessem respostas dos participantes às perguntas do estudo. Em seguida, destacou citações que pareciam importantes e as agrupou em temas utilizando a técnica de *cutting and sorting* com auxílio do *Microsoft Office Excel*® (Microsoft Corporation, USA). Bernard e Ryan⁽²⁵⁾ descrevem essa técnica como sendo um processo que envolve identificar falas ou expressões que se destacam e organizá-las em pilhas com características semelhantes. Inicialmente, a primeira autora identificou temas bastante específicos, os quais foram discutidos e refinados com os outros dois pesquisadores (co-autores) até chegarem a um consenso. Isso foi feito para reunir os temas específicos em temas mais abrangentes, porém com características semelhantes, e assegurar a validade da análise. Um *codebook* foi desenvolvido conforme sugerido por Bernard e Ryan⁽²⁵⁾ e MacQueen, McLellan, Kay e Mistein⁽²⁹⁾ e incluiu, para cada tema, uma definição curta e uma detalhada, critérios de

inclusão e exclusão, exemplos típicos e atípicos, e um exemplo categorizado como "*close, but no*" (quase parece um exemplo do tema, mas não é).

A primeira autora realizou a codificação das entrevistas a partir dos critérios descritos no *codebook* utilizando o processador de texto *Microsoft Office Word*® (Microsoft Corporation, USA) e, por fim, realizou as etapas de tratamento dos resultados, e de inferência e interpretação descrevendo os temas a partir das tendências central (o que há de mais comum e típico do tema) e periférica, distribuição (grau de variação em relação à tendência central), intervalo (amplitude de significado de um extremo do tema ao outro) e detalhes (exemplos, nuances que variam entre os textos) ⁽²⁵⁾.

Apresentamos os dados em forma de paráfrases e citações literais como sugerido por Bernard e Ryan ⁽²⁵⁾. As citações literais são apresentadas entre aspas, seguidas pelas letras P (professor), T (técnico administrativo) e E (estudante), respectivamente, seguidas dos números 1 a 8, considerando o anonimato dos participantes. A partir desta descrição, foi possível interpretar os dados obtidos e inferir conclusões para o alcance do objetivo do estudo.

A compreensão das representações e práticas de adultos brasileiros sobre comer com regularidade e atenção, em local apropriado e em companhia foi feita guiados pela perspectiva hermenêutica ⁽³⁰⁾ aplicada ao campo da alimentação e nutrição ⁽³¹⁾,

Quando o pesquisador hermenêutico tenta uma interpretação, ele faz algo novo que não é nem êmico e nem ético – nem o que pessoas de dentro ou de fora quiseram realmente dizer. Nesse processo o *insight* é um componente importante do ato de interpretação. Ele surge em parte da obtenção de uma visão global de perspectivas e pontos de vista conflitantes e em parte da leitura de história e comparação de descrições leigas com descrições oficiais ou com a teoria social ⁽³²⁾.

O Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade de São Paulo aprovou esse estudo sob número de parecer 1.127.723/2015; a UFGD aprovou a realização desse estudo em suas

dependências; todos os participantes assinaram um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido antes de sua participação.

Resultados e discussão

Características dos participantes do estudo

A média de idade dos participantes do estudo foi de 30 anos, com desvio padrão de 9,4 anos; seis professores e cinco técnicos administrativos eram casados e todos os estudantes eram solteiros. Dos 24 participantes somente três eram naturais de Dourados; os outros 21 nasceram em outras cidades das Regiões Centro-Oeste (n = 11), Sudeste (n = 6), Sul (n = 3) e Nordeste (n = 1) do Brasil. Dentre esses 21, quatro moravam em Dourados há um ano; nove, de um ano e um mês a cinco anos; quatro, de cinco anos e um mês a dez anos; e quatro há mais de dez anos.

Temas da análise de conteúdo

Um total de 317 trechos das entrevistas foram codificados em 20 temas (em negrito) os quais emergiram da análise de conteúdo. Desses, cinco emergiram em relação à pergunta sobre comer com regularidade; seis sobre comer atenção; seis sobre local apropriado para comer; e três sobre comer em companhia. Em alguns casos um mesmo trecho foi codificado em dois ou mais temas. Apesar de termos perguntado sobre regularidade e atenção em uma única pergunta, a maioria dos participantes apresentaram respostas separadas para uma e outra e, por isso, apresentamos os resultados dessa pergunta separadamente. O Quadro 1 mostra as definições curtas dos temas emergentes na análise de conteúdo e o número de trechos codificados por tema, relacionados às perguntas do estudo.

Quadro 1. Definições curtas dos temas emergentes na análise de conteúdo e número de trechos codificados por tema.

Temas	Definição curta do tema	Número de trechos
Comer com regularidade		
Várias refeições	Ter refeições de três em três horas; fazer várias refeições por dia	22
Ter horário	Ter horário para comer; não pular refeições	16
Equilíbrio	Equilíbrio de alimentos; regularidade de alimentos	3
Três refeições	Fazer três refeições por dia; refeições principais (café da manhã, almoço e jantar). Não há menção a horários e lanches em intervalos das refeições	3
Quantidade adequada	Comer na quantidade adequada, de forma regulada	2
Comer com atenção		
Características dos alimentos	Ter atenção às características dos alimentos (composição rotulagem, validade, qualidade, cor, sabor, temperatura)	25
Sem distração	Comer sem distração, sem fazer outras coisas ao mesmo tempo	14
Comer devagar	Comer devagar, mastigar devagar	12
Deve/não comer	Atenção ao que se deve e não se deve comer	9
Sinais do corpo	Perceber sinais do corpo, perceber saciedade	7
Quantidade dos alimentos	Atenção à quantidade dos alimentos que se come	5
Local apropriado para comer		
À mesa	Comer sentado à mesa; mesa posta	22
Lugar agradável	Lugar agradável, tranquilo, confortável	21
Sem interferências	Local sem interferências como televisão, celular, pessoas;	20
Lugar limpo	Lugar limpo, higiênico	9
Qualquer lugar	Qualquer lugar; indiferente	4
Casa	Na própria casa ou em outra como, por exemplo, na "casa da vó"	3
Comer em companhia		
Bom	Bom, prazeroso; momento de confraternizar	33
Prefiro sozinho(a)	Prefiro comer sozinho(a), sem companhia	19
Indiferente	Indiferente, tanto faz comer com ou sem companhia	8

Para você, o que significa comer com regularidade...?

Em relação à primeira pergunta, embora identificamos alguns trechos nos quais os participantes entendem comer com regularidade como **equilíbrio, três refeições e quantidade adequada**, a maioria dos trechos identificados mostram que os participantes também a entende como **várias refeições e ter horário**.

Trechos identificados com o tema **várias refeições** focaram especificamente no sentido de ter refeições de três em três horas, a exemplo de: “Ter a regularidade eu interpreto como ter refeições regulares a cada três horas” (E5); passando por fazer várias refeições ao dia, ou seja, as refeições principais (café da manhã, almoço e jantar) e os lanches dos intervalos entre essas refeições a exemplo de: “...comer uma fruta de manhã, almoçar, três horas comer outra fruta e jantar, pronto, acabou. Acho que, no meu ponto de vista, seria assim ser regular” (E2); alcançando a expressão mais geral no sentido de não passar grandes intervalos sem comer, como observamos nos trechos: “Regularidade é não passar longos intervalos sem comer né” (P2) e “Não ficar grandes intervalos entre se alimentar ou não” (E3).

O tema **ter horário** abrangeu de forma mais central o sentido de ter horário/hora para comer, manter um padrão de horário ou ter uma rotina para se alimentar, como observamos nos trechos: “Bom, no caso da regularidade, seria comer, ter as horas corretas para as refeições né” (T3) e “...é sempre manter, eu acho, que uma rotina alimentar” (T5); e de forma mais periférica o sentido de não pular refeições, a exemplo de “Então pra mim é isso, comer com regularidade, sem deixar de comer” (P1) e “Se eu estou pulando algum refeição importante, eu acho que é isso” (P5).

Comer com regularidade é entendido como **equilíbrio** na medida em que os participantes do estudo disseram “Comer, tentar comer... sei lá, equilibrar diariamente, né, tentar manter uma consistência da alimentação equilibrando proteína, carboidrato e... sei lá,

acho que é isso” (T8) e “Eu acredito que regularidade seria comer com regularidade, alimentos né, que o organismo precise” (P1), mostrando que esse tema abrangeu desde equilibrar alimentos e/ou nutrientes até comer com regularidade certos tipos ou variedades de alimentos e/ou nutrientes que o corpo precisa.

Também, o tema **três refeições** é entendido como comer com regularidade em um sentido mais restrito, quando os participantes mencionaram o termo “três refeições”, e em um sentido mais amplo, quando mencionaram o termo “refeições principais”, a exemplo do que observamos em: “Obedecer as três refeições por dia, que é o mínimo que temos que ter né, três refeições por dia né” (E6) e “Refeições principais, acho que café da manhã, almoço e janta” (E8). Nota-se nesse tema que o foco é dado às três refeições por dia ou às refeições principais; não há qualquer menção ao horário e não é dada atenção aos lanches em intervalos das refeições.

Por fim, alguns participantes do estudo entendem comer com regularidade como **quantidade adequada**, ou seja comer na quantidade adequada para manter o corpo saudável; comer de forma regulada, como observamos em: “É cada refeição em pouca quantidade” (T3).

O GAPB, ao se referir a comer com regularidade, diz “procure fazer suas refeições diárias em horários semelhantes. Evite ‘beliscar’ nos intervalos entre refeições”⁽¹⁷⁾. Identificamos que as representações dos participantes do estudo extrapolam essa abordagem do GAPB, isso porque, além de entenderem a recomendação comer com regularidade como **ter horário**, em um sentido muito semelhante ao dado pelo GAPB, os participantes também a entendem em termos de número de refeições, quantidade e equilíbrio.

No geral, nas falas nas quais identificamos o tema **ter horário**, não identificamos menção ao número de refeições, em comparação ao que observamos nas falas nas quais identificamos os temas **três refeições** e **várias refeições**. Apesar desses três temas

apresentarem sentidos diferentes e uns incluírem o número de refeições e o outro não, compreendemos que comer com regularidade, de uma forma mais ampla, é entendida pelos participantes do estudo em relação a um aspecto do como comer, expresso segundo Poulain e Proença⁽²⁷⁾, pelas dimensões temporais (momento do dia e duração das refeições) e estruturais (comer nas refeições ou fora delas) das práticas alimentares.

Alguns participantes entendem a recomendação comer com regularidade como **equilíbrio e quantidade adequada**. É possível que esses temas tenham surgido de um entendimento do comer com regularidade como comer de forma regulada, ou seja, conforme as normas e na medida, respectivamente. Esse é um sentido diferente daquele dado pelo GAPB a essa recomendação.

Dentre as práticas identificadas em relação a essa pergunta, percebemos que ora elas confirmam ora negam o que os indivíduos pensam (“...e com regularidade seria fazer intervalos, fazer um intervalo no meio da tarde, depois o jantar, fazer um lanchinho leve antes de dormir, acho que seria isso, não que eu faça” (P3)). Essa contradição pode ser o resultado da expressão de toda a “bagagem de conhecimento” do indivíduo⁽³³⁾ que, no entanto, não cabe ou não faz sentido dentro da sua realidade.

Por fim, a análise dos dados obtidos em relação a essa pergunta também nos permite uma compreensão de que os participantes desse estudo não entendem que comer com regularidade signifique “evite ‘beliscar’ nos intervalos entre refeições”, já que não identificamos nenhum trecho e, portanto, nenhum tema que explícita ou implicitamente apresentaram esse sentido também dado pelo GAPB a essa recomendação.

...e atenção?

Dentre os temas relacionados à pergunta sobre comer com atenção, o tema **características dos alimentos** foi o mais recorrente, seguido dos temas **sem distração** e

comer devagar. Os temas **deve/não comer, sinais do corpo e quantidade dos alimentos** foram menos recorrentes.

Uma gama variada de participantes entende que comer com atenção é ter atenção às **características dos alimentos.** De uma forma mais central, esse tema abrangeu algumas características dos alimentos como, por exemplo, características mais específicas relacionadas à composição e nutrientes dos alimentos, rotulagem e validade; características um pouco menos específicas como tipo, variedade, qualidade dos alimentos; até características mais gerais relacionadas à cor, ao sabor, a temperatura dos alimentos que se escolhe, compra, prepara, come. Essas especificidades das características dos alimentos podem ser observadas em: “E atenção...comer com atenção seria prestando atenção no que você está ingerindo na forma de qualidade, fibras ou industrializados ou não é, seria esse *feeling* do que, com que você tá se preocupando com os nutrientes que você está ingerindo, seria isso” (E7) e “Comer com atenção, atenção poderia ser, por exemplo, uma atenção na rotulagem, uma atenção se o produto tem gordura trans ou não, se tem algum tipo de ingrediente lá que você olha e fala ‘mas o que é isso?’”(E5). De uma forma mais ampla, incluiu trechos nos quais os participantes disseram que comer com atenção é “Prestar mais atenção no que come” (P3) e “é consciência do que está comendo né, vê o que tá comendo, saber exatamente o que está ingerindo” (P2).

Trechos identificados com o tema comer **sem distração** focaram em um sentido mais restrito do que seria comer com atenção, mencionando quais seriam essas distrações como observamos em “Se concentrar no momento da alimentação, né? Deixar de lado o telefone, televisão...” (T6), mas também abrangeram aspectos mais amplos, sem mencionar as distrações, como observamos em: “Ah sim, bom, acredito que seja num tá dispersando a atenção em outras coisas, a não ser estar se alimentando” (E8) e “...do foco em si na refeição,

você ter atenção no processo de almoçar ou jantar, não estar com outros processos externos a sua volta” (P6).

Alguns participantes do estudo entendem comer atenção como **comer devagar**. O aspecto central desse tema foi a menção à velocidade do comer ou da mastigação e, nesse sentido, observamos falas de alguns participantes que se referiam a “Comer com atenção pra mim é sentar e comer, o que eu faço mesmo isso, sento, como, mastigo muito” (E6); “Como come né, não comer muito rápido” (P1). Alguns participantes não fizeram menção ao termo devagar, mas mencionaram a velocidade de uma forma menos específica como observamos em: “comer numa velocidade em que você saboreia o alimento e mastigue, processe o alimento de uma maneira eficiente, para que o seu organismo consiga absorver no tempo certo” (P6). Também, esse tema alcançou um aspecto bem mais abrangente como observamos em: “Mastigar mais” (P3) e “Ah, comer com atenção eu acho já é o fato da mastigação né” (E6).

Trechos identificados com o tema **deve/não comer** mostraram que alguns participantes do estudo entendem comer com atenção, em um sentido mais restrito, como comer de acordo com uma norma “e com atenção, ah, aquilo que pode comer né, aquilo que deve ser comida né?” (P1); e em um sentido mais amplo, como comer o que eles consideram saudáveis ou que faz bem à saúde, deixando de lado o que não consideram saudáveis ou o que faz mal, a exemplo do que observamos em: “Não desfocar muito do que eu entendo como o padrão ou mais saudável para alimentação, a atenção é muito mais voltada nesse sentido” (P8).

O tema **sinais do corpo** abrangeu de forma mais central a saciedade e de forma mais periférica os sinais do corpo evidenciando que, para alguns participantes do estudo, comer com atenção também é reparar nesses aspectos. Observamos isso em: “Então eu acho que era

mais assim prestar atenção no que você tá comendo pra ver se você já ficou satisfeito” (T1) e “...atenção principalmente aos sinais do seu corpo né, é aos sinais do seu organismo” (P1).

Por fim, o tema **quantidade dos alimentos** foi compreendido como comer com atenção em um sentido mais restrito, quando os participantes mencionaram o termo quantidade: “Ai pela quantidade, observar a quantidade” (E1) e “Prestar a atenção na quantidade que está colocando” (T6); e de um sentido mais abrangente, quando esse termo não foi mencionado, mas permitiu o mesmo sentido, como observamos em: “Atenção é comer com...pouco né, sem ser com muito excesso” (E6).

O GAPB ao recomendar que se coma com atenção diz “coma sempre devagar e desfrute o que está comendo, sem se envolver em outra atividade.”⁽¹⁷⁾. Identificamos que as representações dos participantes do estudo extrapolam essa abordagem do GAPB, isso porque, além de entenderem essa recomendação como **comer devagar, sem distração** e comer prestando atenção aos **sinais do corpo** em um sentido muito semelhante ao dado pelo GAPB, os participantes também a entendem como atenção às **características dos alimentos**, ao que se **deve/não comer**, e à **quantidade dos alimentos**. Apesar de apresentarem aspectos diferentes, esses temas entrecruzam-se na medida em que comer devagar e sem distração permite uma melhor observação das características dos alimentos, podendo resultar em uma melhor percepção aos sinais do corpo e à quantidade dos alimentos que se come.

A recomendação do GAPB para que se coma devagar é baseada no fato de que ao mastigarmos mais vezes os alimentos, naturalmente aumentamos nossa concentração no ato de comer⁽¹⁷⁾. Nesse sentido, alguns estudos mostram que uma mastigação eficiente influencia positivamente a sensação de saciedade⁽³⁴⁾ e contribui para diminuir a obesidade⁽³⁵⁾. A recomendação para que se coma com atenção baseia-se em evidências que indicam que comer sem atenção contribui para uma maior ingestão alimentar^(11, 14, 36, 37).

Em nosso estudo, a despeito de práticas de participantes que referiram comer rápido e sem atenção, observamos que tanto representações como práticas declaradas dos participantes mostraram uma valorização do comer/mastigar devagar e do comer com atenção (“Comer com atenção pra mim é sentar e comer, o que eu faço mesmo isso, sento, como, mastigo muito” (E6)). Esses resultados, contraditórios a um modelo de consumo *fast*, característico das práticas alimentares de nossa contemporaneidade^(11, 38, 39), podem ser o resultado de ativismos alimentares⁽⁴⁰⁾ tais quais o *Slow Food*^(41, 42) e o *Mindful Eating*⁽⁴³⁻⁴⁵⁾ que vem sendo difundido mundialmente e já encontram espaço dentro da realidade de alguns brasileiros⁽⁴⁶⁻⁴⁸⁾. Também podem ser resultados de atuações de profissionais nutricionistas, como observamos nas respostas dos participantes quando lhes perguntamos se conheciam o GAPB e suas recomendações: “...mas das recomendações de comer com atenção eu já tinha ouvido falar...que também teve alguma coisa relacionada à nutricionista, eu cheguei a ir em uma nutricionista aqui em Dourados” (P6) e “Eu fiz algumas, eu fiz um curso de mastigação antes de fazer a cirurgia bariátrica...aí tem essas recomendações. Vai numa nutricionista antes da cirurgia...pra aprender como mastigar, o que comer, quantas vezes...” (P5). O tema **sinais do corpo** também pode ser mencionado à luz dessa discussão, já que o conceito do *Mindfull Eating* inclui um estar atento aos pensamentos, as sensações físicas e as emoções que permeiam o ato de comer^(43, 45).

De certa forma compreendemos que o tema **sem distração** possui um sentido semelhante à recomendação do GAPB para que se coma sem envolvimento em outra atividade. A despeito da ausência de estudos que investigaram o que os indivíduos pensam sobre comer com atenção, há estudos⁽¹¹⁾ que evidenciaram estilos de comer relacionados ao comer demais, ao sobrepeso e a obesidade e, dentre esses, o estilo “comer fazendo outras atividades”. A simultaneidade de tarefas é apontada por Fischler e Masson⁽⁴⁹⁾ como uma das causas da obesidade observada em uma amostra de adultos americanos quando comparada a

uma amostra de adultos franceses. Enquanto comiam, os americanos também dirigiam, limpavam a casa, cuidavam das crianças, viam televisão; os franceses só comiam. Em nosso estudo, as representações dos participantes acerca desse tema referiram-se mais ao uso de elementos distrativos (televisão, computador, celular) no momento da refeição.

Se por um lado observamos que os temas **comer devagar, sem distração e sinais do corpo** apresentam um sentido semelhante ao dado pelo GAPB e evidenciam uma valorização do como comer, por outro os temas **características dos alimentos, deve/não comer e quantidade dos alimentos** evidenciam uma valorização do o quê e quanto comer, ou seja uma preocupação maior de alguns participantes com a qualidade e a quantidade dos alimentos que comem.

O que você considera um local apropriado para comer?

Dentre os temas relacionados à pergunta sobre local apropriado para comer, **à mesa, lugar agradável e sem interferências** foram os mais recorrentes, seguidos dos temas **lugar limpo, qualquer lugar e em casa**.

O tema **à mesa** abrangeu de forma mais central aspectos relacionados à mesa posta e ao comer sentado à mesa e, no geral, sem interferentes, como observamos em: “Tem que ser na mesa, à mesa” (T1) e “É ter uma mesa, assim, que não tenha uma TV por perto” (E6); e esse tema também abrangeu aspectos relacionados à companhia: “O ideal é sentar na mesa toda a família” e “...a mesa onde você come com o pessoal, esse cenário” (E7). Nesses casos, apesar do termo mesa ser o foco central do tema, comer à mesa mostra-se mais como uma circunstância, o ritual da mesa, que como um local propriamente dito. O local, em si, onde está a mesa, seja esse a cozinha, a sala ou ambas conjugadas, é mencionado em outros trechos que, inclusive, justificam a presença da televisão junto com a mesa posta, e por isso esses foram considerados aspectos mais periféricos do tema.

Uma gama variada de participantes também entende que um local apropriado para comer é um **lugar agradável**, desde um lugar tranquilo, calmo, em termos de barulho, e um lugar relaxante, com música ambiente e/ou companhia agradável, até um lugar confortável e agradável em termos de temperatura e iluminação (lugar fresco, bem ventilado), como observamos em: “Sem barulho, eu não consigo comer com barulho” (P5) e em: “Então seria...bom, um ambiente apropriado, tipo com uma temperatura ideal, assim fresquinho” (E5).

Trechos identificados com o tema **sem interferências** indicam que, segundo alguns participantes, um local apropriado para comer, de forma mais restrita, é um “local que não tenha TV” (E1) e de forma mais abrangente, “É onde você consegue se concentrar na comida, não há nenhuma outra coisa interferindo ali” (T3). No primeiro caso, os participantes mencionam o que consideram interferentes como, por exemplo, televisão, celular, computador, brinquedos, inclusive pessoas que possam estar conversando, circulando, levantando e sentando a toda hora, e animais (quando em casa, por exemplo, cachorros ao redor da mesa); no segundo caso não. Esse tema apresenta aspectos semelhantes ao tema **sem distração** evidenciando a inter-relação entre o onde e o como comer. Segundo o GAPB locais tranquilos e confortáveis ajudam a concentração no ato de comer e convidam a que se coma devagar⁽¹⁷⁾.

Também, alguns participantes compreendem um local apropriado para comer como um **lugar limpo**. Esse tema, no entanto, não é exclusivo de alguns trechos, sendo identificado na maioria das vezes junto com outros. O aspecto central são as condições higiênicas adequadas do lugar, referidas pelos termos limpo, higiene e higiênico: “...enfim, e tem, que tá obviamente com condições de higiene” (T4). Como aspectos periféricos, observamos trechos nos quais os participantes se referiam às condições estruturais do lugar, como coberto,

fechado, não ao ar livre onde possa cair poeira, fuligem de carro e outras sujeiras; e às condições de organização do lugar.

O tema **qualquer lugar** apresenta como um aspecto central a própria expressão “qualquer lugar”, mencionada nas respostas dadas à pergunta sobre local apropriado para comer, como observamos em: “Talvez um ambiente... boa pergunta. Nunca pensei porque eu como em qualquer lugar. Até no pasto, tocando vaca, eu estou comendo...maçã, sei lá, manga, às vezes, ou pitomba, ou acerola, ou sei lá” (E2). Outro aspecto que foi considerado nesse tema foi a indiferença dos participantes em relação a um local apropriado para comer, a exemplo de: “...eu não tenho em relação ao local e, digamos assim ao ritual de alimentação...não estabeleço um critério muito rígido, porque não me faz mal” (T4). Nesses trechos e em todos os outros nos quais foram identificados esse tema, observamos não as representações, mas as próprias práticas declaradas dos participantes, exemplificadas e/ou justificadas em suas falas.

Por fim, o tema **casa** também emergiu como resposta à pergunta sobre local apropriado para comer, em um sentido mais restrito, na medida em que os participantes se referiram à própria casa (“Agora um ambiente apropriado seria, como na minha casa” (P7)); e em um sentido mais amplo, quando se referiram a outras casas (“Nossa gente, um ambiente apropriado pra comer...olha, é por que existe muita...casa da vó, a mesa onde você come com o pessoal, esse cenário” (E7)).

O GAPB ao recomendar que se coma em ambiente apropriado diz “Procure comer sempre em locais limpos, confortáveis e tranquilos e onde não haja estímulos para o consumo de quantidades ilimitadas de alimentos”⁽¹⁷⁾. Identificamos que as representações dos participantes do estudo vão ao encontro dessa abordagem do GAPB, isso porque, em sua maioria, entendem essa recomendação como comer **à mesa**, em um lugar **limpo, agradável e sem interferências**.

A recomendação do GAPB para que se coma em ambiente apropriado é baseada no fato de que as pessoas experienciam uma variedade de cenários sociais (casa, trabalho, escola, restaurantes, entre outros) para fazerem suas refeições no decorrer do dia⁽⁵⁰⁾ e estes podem impactar o ato de comer⁽⁵¹⁾. Nesse sentido, a maioria dos restaurantes *fast food*, por exemplo, são ambientes considerados inapropriados para comer por proporcionarem um consumo rápido e excessivo, além de muitas vezes não saudável⁽¹⁷⁾.

De fato, tanto o micro e o macroambiente alimentar⁽⁵²⁾ quanto a ambiência do lugar onde se come (cor, iluminação, temperatura, odor)⁽⁵³⁾ podem influenciar o quê, quanto, como, quando e com quem se come e podem contribuir para que se tornem ambientes obesogênicos⁽⁵²⁾; daí a importância de se compreender, do ponto de vista dos atores sociais, o que é um local apropriado para comer.

O termo “ambiente”, usado na recomendação do GAPB, não foi compreendido por algumas pessoas quando aplicamos as perguntas na etapa do pré-teste e, por esse motivo, foi substituído por “local” na pergunta desse estudo. Apesar disso, de todos os temas emergentes relacionados à pergunta sobre local apropriado para comer, **casa** foi o único que esteve relacionado a um local propriamente dito; e esse tema foi o menos recorrente. Isso evidencia que não o local em si, mas as circunstâncias relacionadas a “onde” se come, justamente como apresentado no GAPB, permearam as representações dos participantes do estudo acerca dessa pergunta.

Apesar das representações dos participantes acerca do local apropriado para comer irem ao encontro das recomendações do GAPB, observamos que as representações de alguns participantes foram construídas tendo em vista a subjetividade do termo “ideal”⁽⁵⁴⁾: “O ideal é sentar na mesa toda a família” (E7) e “Esse seria o ambiente ideal, mas a preocupação inicialmente é que você tenha paz para comer, você consiga sentar à mesa sem estar o celular

tocando, sem estar vendo o *WhatsApp*, a gente tenta deixar o celular fora da mesa, para ser um momento de comer com a família (P6)”

Na maioria das vezes em que o termo “ideal” aparece nas falas dos participantes do estudo, ficam impressas normas (dietéticas, sociais, simbólicas, entre outras) representadas pelas regras ou modelos de conduta amplamente seguidos em uma dada sociedade ou em um dado grupo social^(10, 27). Tendo em vista o que consideram ideal, alguns participantes deixam a entender em suas representações que suas práticas não as correspondem (“Seria o ambiente apropriado dentro de casa é a mesa, sem muita distração ao redor. Tipo eu tenho um péssimo hábito de comer e assistir tv ou mesmo se eu to com um horário muito curto, sozinho em casa, que eu tenho que comer sozinho, eu vou pra frente do computador, é complicado” (E3)); outros manifestam tentativas de acatar tais normas (“Ter um lugar calmo, tranquilo, junto com alguém; que agora que estou tentando fazer isso” (E1)), enquanto outros procuram justificar suas práticas (“Eu deixo a TV ligada e fico escutando, mas eu estou comendo na mesa, sentadinha normal” (P7)).

O encurtamento do espaço doméstico (cozinha que não comporta mesa, mesa alocada na sala ou sala conjugada à cozinha) favorece a presença da televisão e da mesa em um mesmo ambiente. Essa questão foi observada por Garcia⁽⁵⁵⁾ em estudo sobre práticas alimentares e comportamento alimentar realizado no centro da cidade de São Paulo. Também estudo realizado na Baixada Santista no Estado de São Paulo mostrou que a falta de espaço, decorrente de certa precariedade de vida das pessoas (decorrente de pobreza ou falta de recurso), favorece que as mesmas comam no sofá ou na cama, em frente à televisão⁽⁵⁶⁾. Em nosso estudo também observamos que essa questão foi usada como algumas das justificativas dos participantes para comerem à mesa ao mesmo tempo em que assistem ou ouvem a televisão. É importante notar que algumas dessas justificativas também se apoiam no fato da

televisão constituir-se em companhia das refeições para alguns dos participantes do estudo, como veremos a seguir.

O que você acha sobre comer em companhia?

O GAPB ao recomendar que se coma em companhia diz “Sempre que possível, prefira comer em companhia, com familiares, amigos ou colegas de trabalho ou escola⁽¹⁷⁾. Comer é um ato social⁽⁵⁷⁾, ou seja, o consumo de alimentos está intrinsecamente relacionado à sociabilidade, à cultura, às crenças e hábitos construídos por um grupo social. Na medida em que o GAPB recomenda que se coma em companhia, abre-se uma oportunidade para o exercício da comensalidade. De forma geral, comensalidade é a prática de comer à mesa⁽⁵⁸⁾, na companhia de outras pessoas⁽⁵⁹⁾.

Identificamos que as representações e práticas da maioria dos participantes do estudo vão ao encontro dessa abordagem do GAPB, no entanto também identificamos que alguns participantes preferem comer sozinhos ou acham indiferente estar ou não acompanhados durante o ato de comer.

Dentre os temas relacionados à pergunta sobre comer em companhia, **bom, prefiro sozinho(a) e indiferente**, o tema **bom** foi o mais recorrente.

O tema **bom** abrange desde bom, ótimo, prazeroso, agradável, importante, essencial, sagrado até, momento de confraternizar, comunhão, diversão, ato social, hábito social. Em nosso estudo notamos que tanto dados de representações quanto de práticas permearam as falas dos participantes que acham bom comer em companhia, a exemplo do que observamos, respectivamente em: “Eu acho que faz toda a experiência mais prazerosa né?” (E4); “Fim de semana eu, em geral, gosto de fazer um churrasco, chamo as pessoas, as pessoas vão em casa, a gente come, senta, conversa, fica horas conversando e comendo alguma coisa” (P6).

Esse último trecho reflete o que afirma Lukanuski⁽⁶⁰⁾: o alimento é preparado com a expectativa de ser compartilhado, no dia-a-dia com a família nuclear e aos finais de semana com os amigos e a família nuclear e estendida. A esse respeito também observamos, segundo um outro participante, que “...seria aceitável comer sozinho nos dias de semana, mas nos finais de semana não” (P8). Desses trechos, depreendemos que a despeito da impossibilidade de se comer junto com outras pessoas durante a semana, há uma busca pelo exercício da comensalidade ao menos aos finais de semana. Assim como observado em estudo realizado por Garcia⁽⁵⁵⁾ sobre práticas e comportamento alimentar no centro da cidade de São Paulo, o domingo é caracterizado pelo encontro familiar à mesa.

Cabe notar que, dentre alguns participantes que consideram bom comer em companhia, há aqueles que consideram a televisão, o celular e os livros como companhia quando estão sozinhos durante as refeições; assim como afirma Bleil⁽³⁸⁾, a relação de afeto que antes permeava a refeição nas trocas familiares e entre amigos, hoje cede lugar a uma alimentação onde esses itens são convidados para o almoço. Essa questão deve ser considerada à luz da seguinte discussão: apesar dos obstáculos apontados para a prática da comensalidade como, por exemplo, o individualismo e o isolamento social^(58, 59), as circunstâncias e o contexto do momento vivido (não necessariamente escolhidos pelos indivíduos) podem constituir-se em impedimento para que se coma na companhia de outras pessoas. Nesse sentido, poderíamos descrever que esses indivíduos estariam exercitando uma “remota comensalidade” (ou seja, um comer sozinho, junto), tal qual foi apontada como possível em estudo realizado por Grevet, Tang e Mynatt⁽⁶¹⁾.

Esses obstáculos à comensalidade, aliados a um contexto onde se sobressai o *snacking*, esboçam uma outra tendência da alimentação atual⁽⁶²⁾, onde as praticidades oferecidas pela tecnologia e o modo de vida moderno criam novas práticas alimentares⁽⁶³⁾. Em nosso estudo

observamos essa tendência por meio da emergência dos temas **prefiro sozinho(a)** e **indiferente**.

Identificamos que o tema **prefiro sozinho(a)** abrange desde aspectos mais centrais como a própria preferência em comer sozinho, manifestada inclusive nessas palavras, até aspectos mais periféricos como falas de participantes que implicitamente expressaram não ser bom comer em companhia no geral ou em dadas situações, por diversas razões.

Os participantes que referiram preferir comer sozinhos(as) expressaram experiências pouco positivas relacionadas ao comer em companhia e, na maioria desses casos mencionaram que quando comem em companhia conversam demais e não prestam atenção no que estão comendo, comem muito rápido, ou são desestimulados a manterem uma dieta saudável.

Esses resultados apresentam semelhanças aos resultados de estudo realizado por Giacoman⁽⁶⁴⁾. Esses autores ao analisarem o significado da comensalidade entre adultos chilenos observaram que embora alguns vejam a companhia de outras pessoas como algo positivo, alguns a veem como algo que pode ser conflitante, dependendo das características de cada grupo com quem se come. Da mesma forma, resultados do estudo realizado por Cho, Takeda, Oh, Aiba e Lee⁽⁶⁵⁾ para estudar as percepções e práticas da comensalidade e do comer sozinho entre estudantes universitários coreanos e japoneses, mostraram que coreanos preferem comer em companhia e tendem a comer em maiores quantidades quando comem junto de outras pessoas ao passo que japoneses não preferem comer em companhia e comem as mesmas quantidades quando juntos ou sozinhos.

Apesar das evidências antropológicas e históricas que mostram que pessoas preferem comer na presença de outras⁽⁶⁶⁾, há diversas razões para que o ato de comer não se constitua em um momento de partilha como, por exemplo, a falta de tempo^(38, 39), o símbolo da

independência que comer sozinho pode representar⁽⁶⁷⁾ ou simplesmente a preferência por comer sozinho⁽⁶⁵⁾.

Por fim, o tema **indiferente** que identificamos em nosso estudo também pode ser apontado como uma razão para que o ato de comer não se constitua, necessariamente, em um momento de comensalidade. Isso pode ser observado na medida em que esse tema apresenta como aspecto central a indiferença de alguns participantes, e como aspecto periférico a falta de opinião de outros participantes em relação à pergunta sobre comer em companhia, como observamos em: “Eu não sei te dizer se isso é bom ou ruim” (T8) e “Eu não me importo muito com isso não, eu não me incomodo, mas tem gente que sempre chama alguém pra almoçar junto, enfim, eu não, pra mim isso é indiferente (T4)”. Para concluir, precisamos dizer que compreendemos esse tema mais como uma adaptabilidade de alguns participantes à presença ou ausência de pessoas junto à mesa nos momentos de refeição, do que propriamente uma apatia desses em relação à comensalidade.

Limitações

Por se tratar de um estudo qualitativo realizado com uma amostra de 24 adultos brasileiros, moradores da cidade de Dourados-MS, os resultados obtidos não podem ser extrapolados para indivíduos de outras localidades, no entanto o potencial de generalização teórica dos resultados não deve ser subestimado.

Em relação à seleção dos participantes, constitui-se em uma limitação desse estudo o fato de não termos considerado ser professor ou estudante do curso de Nutrição como um critério de exclusão. Apesar de termos contado com a participação de apenas um estudante de Nutrição, poderíamos ter obtido resultados drasticamente diferentes e até enviesados pelo possível conhecimento prévio desses indivíduos acerca das temáticas desse estudo, caso

contássemos com a participação no estudo de um número maior de indivíduos nessas condições.

As práticas as quais nos referimos nesse estudo limitam-se àquelas declaradas ou reconstruídas pelos sujeitos e não de práticas observadas. Constitui-se uma limitação o fato da pesquisadora que realizou as entrevistas ser nutricionista, já que isso pode representar um potencial de respostas desejáveis.

Considerações finais

As representações de alguns participantes desse estudo acerca da recomendação para que se coma com regularidade e atenção vão ao encontro da abordagem do GAPB, as representações de outros a extrapolam e algumas representações apresentam um sentido diferente daquele dado pelo GAPB a essa recomendação. Isso mostra que, por um lado é possível que haja uma comunicação eficiente entre essa recomendação do GAPB e a comunidade-alvo a que se destinam e, por outro abra-se uma oportunidade de diálogo entre uma e outra.

As representações da maioria dos participantes em relação ao local apropriado para comer vão ao encontro da abordagem do GAPB indicando que o que pensam esses indivíduos acerca dessa recomendação corresponde àquilo que o GAPB quer comunicar.

Em relação à recomendação sobre comer em companhia ou, propriamente dito, à comensalidade, há aqueles que a acham bom, outros preferem comer sozinhos e alguns são indiferentes. Ainda, em relação a essa recomendação identificamos que cada participante, tendo em vista aquilo que foi lhe tradicionalmente transmitido e temporalmente validado ou modificado, procura expressar em suas representações e práticas o que pensa e faz, ou o que pensa, não faz e justifica a respeito.

Os resultados de nosso estudo podem ser usados por pesquisadores brasileiros no sentido de otimizar a comunicação entre essas recomendações e a comunidade-alvo a que se destinam; bem como em discussões de novas pesquisas que venham a ser realizadas acerca dessa temática. Pesquisadores e entidades governamentais de outros países podem replicar os métodos utilizados nesse estudo para aprimorar as recomendações de seus guias alimentares e elaborar recomendações acerca do ato de comer e da comensalidade trazendo para o primeiro plano de suas pesquisas e ações de políticas públicas os fatores e circunstâncias socioculturais que condicionam as práticas alimentares dos indivíduos e suas relações com a saúde e/ou doença.

Conflitos de interesse

Os autores não têm conflitos de interesse.

Responsabilidade dos autores

BM concebeu a ideia inicial do estudo; BM, FBS e JCM trabalharam na concepção e delineamento; BM trabalhou na coleta e interpretação dos dados e na redação do artigo; FBS e JCM trabalharam na revisão crítica e aprovação da versão a ser publicada.

Financiamento

FBS é bolsista de produtividade do Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq) (processo n.º 311357/2015-6).

Referências bibliográficas

1. FAO - Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura. División de Nutrición. El estado de las guías alimentarias basadas en alimentos en América Latina y Caribe. 21 años después de la Conferencia Internacional sobre Nutrición [internet]. Roma; 2014 [acesso em 15 mai 2017]. Disponível em: <http://www.fao.org/3/a-i3677s.pdf>
2. WHO - World Health Organization. Preparation and Use of Food-Based Dietary Guidelines. Geneva: World Health Organization; 1998 (WHO technical report series; 880).
3. FAO - Food and Agriculture Organization of the United Nations. Food-Based Dietary Guidelines [internet]; 2017 [acesso em 17 out 2017]. Disponível em: <http://www.fao.org/nutrition/education/food-dietary-guidelines/en/>
4. Monteiro CA, Cannon G, Moubarac JC, Martins AP, Martins CA, Garzillo J, et al. Dietary guidelines to nourish humanity and the planet in the twenty-first century. A blueprint from Brazil. *Public Health Nutr.* 2015;18(13):2311-22.
5. Dinicolantonio JJ, Harcombe Z, O'Keefe JH. Problems with the 2015 Dietary Guidelines for Americans. An Alternative. *Minn Med.* 2016;99(6):40-3.
6. Aranceta Bartrina J, Arija Val V, Maíz Aldalur E, Martínez de la Victoria Muñoz E, Ortega Anta RM, Pérez-Rodrigo C, et al. Dietary guidelines for the Spanish population (SENC, December 2016); the new graphic icon of healthy nutrition. *Nutr Hosp.* 2016;33(Suppl 8):1-48.
7. Du Plooy Z, Schönfeldt HC, Hall N. The role of traditional foods in food-based dietary guidelines - A South African case study on maas (cultured milk). *Food Chem.* 2018;238:22-8.
8. Munasinghe LL, Willows ND, Yuan Y, Ekwaru JP, Veugelers PJ. Vitamin D Sufficiency of Canadian Children Did Not Improve Following the 2010 Revision of the Dietary Guidelines That Recommend Higher Intake of Vitamin D: An Analysis of the Canadian Health Measures Survey. *Nutrients.* 2017;9(9).
9. Montagnese C, Santarpia L, Iavarone F, Strangio F, Caldara AR, Silvestri E, et al. North and South American countries food-based dietary guidelines: A comparison. *Nutrition.* 2017;42:51-63.
10. Arnaiz MB. Maneras de comer hoy: comprender la modernidad alimentaria desde y más de allá de las normas. *Rev Int Sociol.* 2005;63(40):159-82.
11. Scherwitz L, Kesten D. Seven eating styles linked to overeating, overweight, and obesity. *Explore (NY).* 2005;1(5):342-59.
12. Salvy SJ, Jarrin D, Paluch R, Irfan N, Pliner P. Effects of social influence on eating in couples, friends and strangers. *Appetite.* 2007;49(1):92-9.
13. Kimura Y, Wada T, Okumiya K, Ishimoto Y, Fukutomi E, Kasahara Y, et al. Eating alone among community-dwelling Japanese elderly: association with depression and food diversity. *J Nutr Health Aging.* 2012;16(8):728-31.
14. Robinson E, Aveyard P, Daley A, Jolly K, Lewis A, Lycett D, et al. Eating attentively: a systematic review and meta-analysis of the effect of food intake memory and awareness on eating. *Am J Clin Nutr.* 2013;97(4):728-42.
15. Monteiro CA, Cannon G, Moubarac JC, Martins AP, Martins CA, Garzillo J, et al. Dietary guidelines to nourish humanity and the planet in the twenty-first century. A blueprint from Brazil. *Public Health Nutr.* 2015;18(13):2311-22.
16. Oliveira MS, Silva-Amparo L. Food-based dietary guidelines: a comparative analysis between the Dietary Guidelines for the Brazilian Population 2006 and 2014. *Public Health Nutr.* 2017:1-8.

17. Ministério da Saúde (BR), Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. Guia Alimentar para a População Brasileira. 2. ed. Brasília (DF): Ministério da Saúde (BR); 2014.
18. Temporini ER. Preventive activities in vision problems of school children. *Rev Saude Publica*. 1984;18(3):259-62.
19. Minayo MCS. O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde pública. São Paulo: Hucitec; 2010.
20. IBGE - Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Diretoria de Pesquisas, Coordenação de População e Indicadores Sociais [internet]; 2017 [acesso em nov 2017]. Disponível em: <https://cidades.ibge.gov.br/xtras/temas.php?codmun=500370&idtema=130>
21. Silva VF. Os papéis de Dourados-MS no contexto regional: apontamentos para análise de uma cidade média [dissertação]. Dourados: Universidade Federal da Grande Dourados; 2010.
22. Beckerleg SE, Lewando-Hundt GA, Borkan JM, Saad KJA, Belmaker I. eliciting local voices using natural groups interviews. *Antropol Med*. 1997;4(3):273-88.
23. Liamputtong P, Ezzy D. *Qualitative Research Methods*. 3. ed: Oxford University Press; 2005.
24. Flick U. *Introdução à Pesquisa Qualitativa: Artmed*; 2009.
25. Bernard HR, Ryan G. *Analyzing qualitative data: systematic approaches*. London: Sage; 2010.
26. Duarte R. Entrevistas em pesquisas qualitativas. *Educar*. 2004;24:213-25.
27. Poulain J-P, Proença RPC. Methodological approaches on the studies of food practices. *Rev Nutr*. 2003;16(4):21.
28. Pretti D, Urbano H. *A linguagem falada culta na cidade de São Paulo*. São Paulo: Quero; 1988.
29. MacQueen KM, McLellan E, Kay K, Mistein B. Codebook development for team-based qualitative analysis. *Cult Anthropol Methods*. 1998;10(2):31-6.
30. Gadamer H-G. *Verdade e método*. Petrópolis: Vozes; 1997.
31. Freitas MCS, Minayo MCS, Fontes GAV. Sobre o campo da alimentação e Nutrição na perspectiva das teorias compreensivas. *Cien Saude Colet*. 2011;16(1):31-8.
32. Olsen W. *Coleta de dados. Debates e métodos fundamentais em pesquisa social*. Penso; 2015.
33. Capalbo C. *Metodologia das ciências sociais e a fenomenologia de Alfred Schutz*. Rio de Janeiro: Antares; 1979.
34. de Graaf C, Kok FJ. Slow food, fast food and the control of food intake. *Nat Rev Endocrinol*. 2010;6(5):290-3.
35. Li J, Zhang N, Hu L, Li Z, Li R, Li C, et al. Improvement in chewing activity reduces energy intake in one meal and modulates plasma gut hormone concentrations in obese and lean young Chinese men. *Am J Clin Nutr*. 2011;94(3):709-16.
36. Higgs S, Woodward M. Television watching during lunch increases afternoon snack intake of young women. *Appetite*. 2009;52(1):39-43.
37. Blass EM, Anderson DR, Kirkorian HL, Pempek TA, Price I, Koleini MF. On the road to obesity: Television viewing increases intake of high-density foods. *Physiol Behav*. 2006;88(4-5):597-604.
38. Bleil SI. O padrão alimentar ocidental: considerações sobre mudanças de hábito no Brasil. *Cad Debates*. 1998;6:1-25.
39. Ortigoza ASG. Alimentação e saúde: as novas relações espaço-tempo e suas implicações nos hábitos de consumo de alimentos. *Ra'e Ga*. 2008(15):83-93.
40. Azevedo E. Alimentação, sociedade e cultura: temas contemporâneos. *Sociologias*. 2017(44):276-307.

41. Almanaque Slow Food. [internet]; 2017 [acesso em 25 out 2017]. Disponível em: <https://www.slowfood.com/Almanacco/2014/POR/mobile/index.html#p=12014>.
42. Petrini C. Slow Food: princípios da nova gastronomia. São Paulo: Senac; 2009.
43. Nelson JB. Mindful Eating: The art of presence while you eat. *Diabetes Spectr.* 2017;30(3):171-4.
44. Warren JM, Smith N, Ashwell M. A structured literature review on the role of mindfulness, mindful eating and intuitive eating in changing eating behaviours: effectiveness and associated potential mechanisms. *Nutr Res Rev.* 2017:1-12.
45. Rubin RC. The benefits of mindful eating. *Diabetes Self Manag.* 2014;31(3):20, 2-5.
46. Slow Food Brasil [internet]; 2017 [acesso em 25 out 2017]. Disponível em: <http://www.slowfoodbrasil.com>
47. Mindful Eating Brasil [internet]; 2017 [acesso em 25 out 2017]. Disponível em: <http://mindfuleatingbrasil.com.br>
48. Alvarenga MO. Comer com atenção plena (Mindful Eating). In: Alvarenga M, Figueiredo M, Timerman F, Antonaccio C. *Nutrição comportamental*. Barueri: Manole; 2015. p. 263-280.
49. Fischler C, Masson E. *Comer: A alimentação de franceses, outros europeus e americanos*. São Paulo: SENAC; 2010.
50. Mak TN, Prynne CJ, Cole D, Fitt E, Roberts C, Bates B, et al. Assessing eating context and fruit and vegetable consumption in children: new methods using food diaries in the UK National Diet and Nutrition Survey Rolling Programme. *Int J Behav Nutr Phys Act.* 2012;9:126.
51. Cohen D, Farley TA. Eating as an automatic behavior. *Prev Chronic Dis.* 2008;5(1):A23.
52. Swinburn B, Egger G, Raza F. Dissecting obesogenic environments: the development and application of a framework for identifying and prioritizing environmental interventions for obesity. *Prev Med.* 1999;29(6 Pt 1):563-70.
53. Stroebele N, De Castro JM. Effect of ambience on food intake and food choice. *Nutrition.* 2004;20(9):821-38.
54. Silva DO, Recine GIG, Queiroz EFL. Concepções de profissionais de saúde da atenção básica sobre a alimentação saudável no Distrito Federal, Brasil. *Cad Saude Publica.* 2002;18(5):1367-77.
55. Garcia RWD. Práticas e comportamento alimentar no meio urbano: um estudo no centro da cidade de São Paulo. *Cad Saude Publica.* 1997;13(3):455-67.
56. Scagliusi FB, da Rocha Pereira P, Unsain RF, de Moraes Sato P. Eating at the table, on the couch and in bed: An exploration of different locus of commensality in the discourses of Brazilian working mothers. *Appetite.* 2016;103:80-6.
57. Delormier T, Frohlich KL, Potvin L. Food and eating as social practice--understanding eating patterns as social phenomena and implications for public health. *Sociol Health Illn.* 2009;31(2):215-28.
58. Fischler C. Commensality, society and culture. *Soc Sci Inf.* 2011;50:528-48.
59. Sobal J, Nelson MK. Commensal eating patterns: a community study. *Appetite.* 2003;41(2):181-90.
60. Lukanuski M. A placer at the counter: the ones of onesses. In: Scapp R, Seitz B, editors. *Eating Culture*. Albany: State University of New York Press; 1998.
61. Grevet C, Tang A, Mynatt E. Eating alone, together: new forms of commensality. *Proceedings of the 17th ACM international conference on Supporting group work.* 2012:103-6.
62. Mintz S. *Sweetness and Power: The place of sugar in modern history*. New York: Penguin Books; 1985.

63. Lima RS, Neto JAS, Farias RCP. Alimentação, comida e cultura: o exercício da comensalidade. *Demetra*. 2015;10(3):507-22.
64. Giacomani C. The dimensions and role of commensality: A theoretical model drawn from the significance of communal eating among adults in Santiago, Chile. *Appetite*. 2016;107:460-70.
65. Cho W, Takeda W, Oh Y, Aiba N, Lee Y. Perceptions and practices of commensality and solo-eating among Korean and Japanese university students: A cross-cultural analysis. *Nutr Res Pract*. 2015;9(5):523-9.
66. Flandrin JL, Montanari M. *História da Alimentação*. São Paulo: Estação Liberdade; 1998.
67. Hunt G, Fazio A, MacKenzie K, Moloney M. Food in the family. Bringing young people back in. *Appetite*. 2011;56(2):394-402.

5.2. MANUSCRITO 2: CLASSIFICAÇÕES DE ALIMENTOS SEGUNDO ADULTOS BRASILEIROS: ELEMENTOS ENVOLVIDOS E RELAÇÕES COM A CLASSIFICAÇÃO NOVA.

O artigo intitulado “Classificações de alimentos segundo adultos brasileiros: elementos envolvidos e relações com a classificação NOVA” foi submetido à *Appetite* e corresponde ao segundo manuscrito resultante dessa tese.

Classificações de alimentos segundo adultos brasileiros: elementos envolvidos e relações com a classificação NOVA.

Bruna Menegassi^{a, *}, Priscila de Moraes Sato^a, Fernanda Baeza Scagliusi^a, Jean-Claude Moubarac^b

^a Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo, Av. Dr. Arnaldo 715, 2º andar, São Paulo, 01246-904, Brasil

^b Departamento de Nutrição da Universidade de Montreal, 2405 chemin de la Côte-Sainte-Catherine, local 1248, Montréal, Canada, H3T 1A8.

* Autor para correspondência.

Autor para correspondência: (B. Menegassi).

Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo, Av. Dr. Arnaldo 715, 2º andar, São Paulo, 01246-904, Brasil

E-mail: brunamenegassi.nut@gmail.com

Resumo

Esse estudo investigou como uma amostra de adultos brasileiros classificam alimentos, identificando os principais elementos envolvidos nesse processo e entendendo como essas classificações relacionam-se com a classificação NOVA. Para esse estudo, de natureza qualitativa, uma amostra de professores, técnicos administrativos e estudantes (n=24) da Universidade Federal da Grande Dourados, no Brasil, foi selecionada. Por meio da técnica de *pile sort* os participantes classificaram livremente, em grupos, 24 figuras de alimentos (com exemplos dos quatro grupos da classificação NOVA) e durante essa atividade uma entrevista

semiestruturada foi conduzida para permitir que os participantes explicassem e descrevessem os grupos de alimentos por eles criados. Os grupos de alimentos foram analisados por Escalonamento Multidimensional (EMD) não métrico seguidos de análise hierárquica de cluster e as entrevistas por meio de análise de conteúdo. Os participantes desse estudo apresentaram em média 30 ($\pm 9,4$) anos de idade. Um total de 128 grupos de alimentos foram criados e 55 nomes de grupos, não mutuamente exclusivos, foram usados pelos participantes. Da análise de conteúdo emergiram 16 temas, mais relacionados a alimentos e a experiências pessoais do que a contextos. Dentre esses, *grupo de alimentos*, *nutrientes*, *consumo alimentar*, *restrição alimentar* e *processamento* foram os temas mais recorrentes. A solução final da análise de cluster, decidida com auxílio da análise de conteúdo, resultou em seis agrupamentos que se relacionaram a um ou mais temas. Observou-se a presença de temas contrastantes como *comida e bobagens*, *refeições* e *alimentos prontos*, *alimentos saudáveis* e *alimentos não saudáveis*, *consumo alimentar* e *restrição alimentar*. Os resultados revelam uma grande semelhança entre as formas como os participantes classificam alimentos e a classificação NOVA, sugerindo que essa se adéqua, até certo ponto, ao pensamento popular sobre classificação de alimentos.

Palavras-chave: Classificação de alimentos; Guias alimentares; NOVA; Pile sort; Pesquisa qualitativa.

Introdução

Guias Alimentares e iniciativas similares em todo o mundo apresentam, dentre outras, recomendações baseadas em grupos de alimentos, composição nutricional e padrões alimentares saudáveis (EUFIC, 2009; Ge, 2011). Suas recomendações orientam indivíduos

em suas escolhas alimentares e contribuem para a prevenção da obesidade e de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) (FAO, 2014).

No Brasil, a primeira edição do Guia Alimentar para a População Brasileira (Ministério da Saúde, 2008), publicada em 2006, apresentava algumas de suas recomendações nutricionais baseadas em um sistema de classificação de alimentos semelhante ao utilizado na Pirâmide Alimentar dos Estados Unidos, adaptada à realidade brasileira (Welsh, Davis e Shaw, 1992). Baseando-se em fontes alimentares de nutrientes e em grupos de alimentos organizados de acordo com seus equivalentes nutricionais em termos de micro- e macronutrientes, essa classificação procurava formar as bases das diretrizes dietéticas e nutricionais para a população pela referência ao consumo quantitativo apropriado de cada grupo de alimento (Oliveira & Silva-Amparo, 2017).

Mudanças na natureza do fornecimento de alimentos e aumento da disponibilidade e consumo de alimentos processados motivaram pesquisadores brasileiros a desenvolverem uma nova classificação de alimentos (Monteiro, 2009; Monteiro et al., 2015; Monteiro, Levy, Claro, Castro, & Cannon, 2010), chamada NOVA (Monteiro et al., 2016; Monteiro et al., 2017a). Esta nova classificação distribui os alimentos de acordo com a natureza, extensão e propósito de seu processamento em quatro grupos: alimentos in natura ou minimamente processados, ingredientes culinários processados, alimentos processados e, alimentos ultraprocessados (Monteiro et al., 2015).

Alimentos in natura são obtidos diretamente da natureza (plantas ou animais) e não sofrem qualquer alteração para serem consumidos, já os minimamente processados são alimentos in natura que passam por um mínimo processo, como limpeza, secagem, moagem, fermentação. São exemplos hortaliças, carnes, ovos, leite. Ingredientes culinários processados são alimentos utilizados em preparações culinárias, sendo geralmente extraídos de alimentos in natura por processos como prensagem e refino como, por exemplo, óleos vegetais, sal e

açúcar. Alimentos processados são fabricados com adição de sal ou açúcar (ou outra substância de uso culinário, como óleo) a um alimento in natura ou minimamente processado, com o objetivo de aumentar a duração desses alimentos ou modificar seu sabor, a exemplo de geleias e conservas. Alimentos ultraprocessados são formulações industriais feitas tipicamente com cinco ou mais ingredientes, incluindo além de óleo, gordura, sal e açúcar, aditivos alimentares de uso exclusivamente industrial, como corantes, aromatizantes, conservantes e espessantes^(1, 2); são exemplos refrigerantes, salgadinhos de pacote, bolachas recheadas (Monteiro et al., 2015) (Ver Quadro 1 para definição dos grupos e exemplos de alimentos).

Os usos da classificação NOVA até agora incluem a descrição dos padrões alimentares da população, as avaliações das mudanças ao longo do tempo da parcela de produtos ultraprocessados da dieta e as análises da associação desta parcela com o perfil nutricional das dietas e os desfechos na saúde (Monteiro et al., 2017).

Usando a NOVA, no Brasil, Monteiro et al. (2011) mostraram que, entre 1987-8 e 2002-3, o consumo doméstico de alimentos não processados ou minimamente processados e ingredientes culinários processados foi constantemente substituído pelo consumo de alimentos ultraprocessados. Tendências semelhantes foram documentadas em outros lugares (Juil & Hemmingsson, 2015; Moubarac, Batal et al., 2014) e são confirmadas pela venda de alimentos ultraprocessados que aumentaram 4,7% entre 2000 e 2013 (OPAS, 2015). Uma análise de corte transversal com séries temporais revelou uma forte correlação entre mudanças na venda de alimentos ultraprocessados e mudanças na massa corporal da população neste período, em 12 países (OPAS, 2015).

Estudos realizados nos Estados Unidos (Martinez Steele et al., 2016), Reino Unido (Adams & White, 2015), Brasil (Costa, Louzada et al., 2015; Louzada, Martins et al., 2015) e Chile (Crovetto, Uauy, Martins, Moubarac e Monteiro, 2014) demonstraram consistentemente

que os alimentos ultraprocessados são desequilibrados nutricionalmente e que seu consumo afeta negativamente a qualidade nutricional das dietas.

Estudos mostraram que o maior consumo de alimentos ultraprocessados está associado a doenças, como dislipidemia em crianças (Rauber et al., 2014), síndrome metabólica em adolescentes (Tavares et al., 2011) e obesidade em adultos (Canella et al., 2014, Louzada et al., 2015).

Levando em consideração esses achados, essa classificação passou a nortear as recomendações para a escolha dos alimentos na segunda edição do Guia Alimentar para a População Brasileira, publicada em 2014 (Ministério da Saúde, 2014). Consequentemente, NOVA foi reconhecida como um instrumento válido de pesquisa, política e ação em nutrição e saúde pública, em relatórios da Organização das Nações Unidas para a Alimentação e Agricultura e da Organização Pan-Americana da Saúde (FAO, 2015; PAHO, 2015).

Pesquisas sobre classificações oficiais de alimentos são geralmente conduzidas, do ponto de vista científico, particularmente em termos químicos ou biológicos (Worsley, 1980) e, mais recentemente, em termos de processamento de alimentos (Monteiro, 2009). No entanto, classificações baseadas na ótica de indivíduos podem assumir vários aspectos, de forma que um mesmo alimento pode ser classificado como ingrediente de refeição, símbolo social ou prescrição médica (Furst, Connors, Sobal, Bisogni, & Falk, 2000).

Então, para avaliar classificações feitas por indivíduos podem ser usadas técnicas como o *pile sort*, utilizada há tempos em diversas áreas para examinar estruturas e processos cognitivos (Spradley, 1979; Weller & Romney, 1988). Na área de nutrição, essa técnica tem ajudado pesquisadores a elucidar aspectos referentes à alimentação de indivíduos e a entender como estes classificam alimentos (Banna, Buchthal, Delormier, Creed-Kanashiro, & Penny, 2016; Beltran et al., 2008; Blake, 2008; Blake et al., 2007; Quintiliani, Campbell, Haines, & Webber, 2008; Ross & Murphy, 1999).

Quadro 1. A classificação NOVA de alimentos*.**Grupo de alimentos in natura ou minimamente processados**

Os alimentos in natura são aqueles que são obtidos diretamente de plantas ou animais (como vegetais, frutas, ovos e leite) e consumidos sem qualquer alteração após remoção da natureza. Enquanto os alimentos minimamente processados são alimentos in natura que foram submetidos à limpeza, remoção de partes não usuais ou indesejáveis, fracionamento, moagem, secagem, fermentação, pasteurização, resfriamento, congelamento ou outros processos que não adicionam substâncias como óleo, gorduras, sal e açúcar, aos alimentos originais. O objetivo do processamento mínimo é preservar alimentos, facilitar seu armazenamento e, ocasionalmente, simplificar a preparação de alimentos (limpeza e remoção de partes não comestíveis), ajudar a sua digestão, ou torná-los mais saborosos (moagem ou fermentação). Os exemplos incluem grãos que são secos, polidos ou moídos em grãos ou farinha; massa feita de farinha e água; raízes, tubérculos e vegetais que são lavados; frutas secas, legumes e frutas congelados; cortes de carne que são refrigerados ou congelados; leite pasteurizado ou em pó. Embora pouco frequentes, alimentos desse grupo podem conter aditivos que preservam as propriedades originais do alimento, como antioxidantes usados em frutas desidratadas ou legumes cozidos e embalados a vácuo, e estabilizantes usados em leite ultrapasteurizado.

Grupo de ingredientes culinários processados

São substâncias extraídas de alimentos in natura ou da própria natureza por processos como prensagem, moagem, esmagamento, pulverização e refino. O objetivo do processamento aqui é produzir ingredientes usados em casas e restaurantes para temperar e cozinhar alimentos in natura ou minimamente processados e fazer pratos variados. São exemplos: sal; açúcar, melado e rapadura; óleos e gorduras (como óleo de soja ou de oliva, manteiga, creme de leite e banha; amidos. Vinagres também são ingredientes culinários, neste caso pela semelhança de uso com outras substâncias pertencentes ao grupo. Mesmo quando esses alimentos são adicionados de aditivos para preservar suas propriedades originais, como antioxidantes usados em óleos vegetais e antieméticos usados no sal de cozinha, ou de aditivos que evitam a proliferação de micro-organismos, como conservantes usados no vinagre, permanecem classificados nesse grupo.

Grupo de alimentos processados

São produtos alimentares relativamente simples fabricados essencialmente pela adição a alimentos in natura ou minimamente processados de sal ou açúcar ou outra substância de uso culinário comum, como óleo ou vinagre. O objetivo do processamento aqui é prolongar a duração dos alimentos e aumentar sua palatabilidade. Exemplos incluem legumes e frutas em conserva; frutas em calda; carnes e outros alimentos salgados, defumados e curados; queijos; e pães feitos de farinha de trigo, fermento, água e sal. Esses alimentos quando adicionados de aditivos para preservar suas propriedades originais, como antioxidantes usados em geleias, ou para evitar a proliferação de micro-organismos, como conservantes usados em carnes desidratadas, permanecem classificados nesse grupo.

Grupo de alimentos ultraprocessados

São formulações feitas principalmente ou unicamente de ingredientes industriais. A sua fabricação envolve várias etapas e muitas técnicas de processamento e ingredientes, muito utilizadas exclusivamente pela indústria. O objetivo do processamento aqui é criar produtos duráveis, acessíveis, convenientes e altamente palatáveis prontos para beber, prontos para comer ou prontos para aquecer. São exemplos: refrigerantes e pós para refrescos; ‘salgadinhos de pacote’; sorvetes, chocolates, balas e guloseimas em geral; pães de forma, biscoitos, bolos e misturas para bolo; ‘cereais matinais’ e ‘barras de cereal’; achocolatados e bebidas com sabor de frutas; caldos liofilizados com sabores variados; maioneses e outros molhos prontos; e vários produtos congelados prontos para aquecer incluindo tortas, pratos de massa e pizzas pré-preparadas; extratos de carne de frango ou de peixe empanados do tipo nuggets, salsicha, hambúrguer e outros produtos de carne reconstituída, e sopas, macarrão e sobremesas ‘instantâneos’. Classes de aditivos apenas encontrados em alimentos ultraprocessados incluem corantes, estabilizantes de cor, aromas, intensificadores de aromas, saborizantes, realçadores de sabor, edulcorantes artificiais, agentes de carbonatação, agentes de firmeza, agentes de massa, antiaglomerantes, espumantes, antiespumantes, glaceantes, emulsificantes, sequestrantes e umectantes.

*adaptado do Guia Alimentar para a População Brasileira do Ministério da Saúde (2014) e PAHO (2015).

Conhecer como indivíduos classificam alimentos pode levar pesquisadores a identificarem, por exemplo, elementos envolvidos nesse processo (Worsley, 1980) como, por exemplo, elementos relacionados a alimentos (características físicas e químicas que denotam, por exemplo, tipo, forma como foram produzidos, usos e fins específicos, composição

nutricional, origem), a experiências e juízos pessoais (preferências, restrições, rotinas de consumo, opiniões), e a contextos (situações relacionadas ao tempo e ao espaço em que os alimentos são comidos) (Blake et al., 2007; Blake, 2008), além de elementos relacionados às classificações oficiais de alimentos, utilizadas em Guias Alimentares (Lynch & Holmes, 2011). Além disso, também deve ser considerado que entender como as pessoas classificam alimentos pode ajudar a desenvolver intervenções e campanhas educacionais que abordam as formas como os alimentos são percebidos e usados, e também pode ajudar a determinar quão intuitiva e prática são as recomendações do guia alimentar.

Considerando o exposto, as inter-relações possíveis entre classificações oficiais e individuais de alimentos e considerando que pesquisas sobre classificação de alimentos com base no referencial teórico da classificação NOVA e na técnica de *pile sort* ainda não foram realizadas, justifica-se a realização desse estudo que teve por objetivos investigar e descrever: 1) como uma amostra de adultos brasileiros classifica alimentos livremente, identificando os principais elementos envolvidos nesse processo; 2) como suas classificações relacionam-se com a classificação NOVA de alimentos.

Materiais e métodos

Desenho do estudo

Este estudo transversal e de natureza qualitativa é um dos objetivos da tese de doutorado da primeira autora desse artigo intitulada “O ato de comer, a comensalidade e a classificação NOVA de alimentos nas recomendações do Guia Alimentar para a População Brasileira: contribuições de uma pesquisa qualitativa”.

Local do estudo

O estudo foi conduzido na Universidade Federal da Grande Dourados (UFGD). A escolha do local deu-se pela proximidade e interação do primeiro autor com a instituição em questão. Dourados é a segunda cidade mais populosa do Estado de Mato Grosso do Sul, localizado na Região Centro-Oeste do Brasil. Com população estimada de 218.069 habitantes no ano de 2017 (IBGE, 2017) é considerada uma cidade de porte médio (Silva, 2010).

Seleção dos participantes

Para a seleção dos participantes do estudo seguimos as recomendações de Bauer e Gaskell (2002) a qual foi aplicada para obtermos grupos naturais em vez de grupos estatísticos. Segundo esses autores, em grupos naturais as pessoas interagem conjuntamente, leem os mesmos veículos de comunicação e têm interesses e valores mais ou menos semelhantes. Por esse motivo, selecionamos professores, técnicos administrativos e estudantes da UFGD, entendendo que indivíduos desses diferentes grupos formam um meio social importante de ser considerado em pesquisas qualitativas, e constituem uma comunidade-alvo das recomendações do GAPB.

Para garantirmos uma homogeneidade dos participantes do estudo, de acordo com o preconizado por Liamputtong e Ezzy (2005), consideramos critérios de inclusão: 1) ser brasileiro; 2) possuir vínculo institucional com a UFGD; 3) ser adulto (18-60 anos); e de exclusão: 1) pertencer a grupos vulneráveis (como indígenas e remanescentes de quilombolas, frequentes na UFGD); 2) ser estudante com alguma formação anterior em nível superior.

Um convite para participar do estudo foi enviado a uma lista de 3142 endereços eletrônicos válidos de professores, técnicos administrativos e estudantes, registrados no banco de e-mails da UFGD. Aguardamos as respostas por um período máximo de dez dias, contados a partir da data do envio desse e-mail. Após esse período, contabilizamos sessenta respostas

de pessoas interessadas em participar do estudo e elegíveis para o mesmo. A fim de se obter amostra equitativa de indivíduos dos grupos de professores, técnicos administrativos e de estudantes, de ambos os sexos, contactamos também por e-mail as três primeiras mulheres e os três primeiros homens de cada grupo, os quais compuseram a amostra inicial do estudo (n=18). A primeira autora desse trabalho agendou com cada participante um dia e local indicados por eles (nas dependências da UFGD) para participarem do estudo e lhes foram resguardadas condições adequadas de conforto e privacidade.

Como determinamos o tamanho da amostra usando o conceito de saturação teórica, ou seja, o ponto em que novas informações não são obtidas por meio do processo de coleta de dados utilizado (Flick, 2009), a primeira autora realizou uma breve codificação de temas emergentes para avaliar a saturação (Bernard & Ryan, 2010). À medida que a codificação progredia, novos temas ainda foram encontrados, indicando que a saturação não havia sido atingida; assim, a mesma continuou a etapa de seleção com mais uma pessoa (elegível para o estudo) de cada sexo e de cada grupo. A codificação adicional foi realizada após a adição desses novos participantes e então nenhuma nova informação relevante, que contribuiu para os temas do estudo, emergiu. Com base nessa análise, concluímos que os critérios de saturação foram atingidos considerando o total de participantes, ou seja 24 (12 mulheres e 12 homens), sendo oito de cada grupo.

Coleta de dados

Para investigar como uma amostra de adultos brasileiros classificam alimentos, a primeira autora, que foi treinada para a coleta de dados, realizou com os participantes selecionados a técnica de *pile sort* e entrevista semiestruturada no período de janeiro a dezembro de 2016.

Para a atividade de *pile sort* um conjunto de vinte e quatro cartões (cada um medindo 4,5cm de largura e 4,0cm de altura) contendo figuras de alimentos e bebidas foi desenvolvido pelos pesquisadores responsáveis pelo estudo e apreciado por dois juízes, ambos nutricionistas e pesquisadores experientes em pesquisa qualitativa. Esse instrumento assemelhou-se ao criado por Dressler (2001) no Brasil e ao de Lynch e Holmes (2011) nos Estados Unidos. Os alimentos e bebidas pertencentes aos quatro grupos da classificação NOVA (ver Quadro 1 para definição e lista de exemplo de alimentos de cada grupo) comumente consumidos (IBGE, 2011; Louzada et al., 2015b) pelas pessoas e disponíveis na maioria dos supermercados encontrados na região do estudo, foram selecionados para serem incluídos nos cartões (Quadro 2). A Figura 1 apresenta, de forma ilustrativa, quatro dos vinte e quatro cartões utilizados para a atividade de *pile sort*.

Quadro 2. Itens alimentares selecionados para o conjunto de cartões para a atividade de *pile sort*, organizados segundo os grupos da classificação NOVA.

Alimentos in natura ou minimamente processados	Ingredientes culinários	Alimentos processados	Alimentos ultraprocessados
Banana Mandioca Feijão Arroz Carne Ovo	Óleo vegetal Banha de porco Sal Açúcar branco Açúcar mascavo Manteiga	Milho em lata Pêssego em calda Queijo Pão francês Geleia Picles	Refrigerante Caldo de carne em tablete Salgadinho de pacote Bolacha recheada Lasanha pronta para aquecer Empanado de frango congelado

Primeiro, os participantes foram apresentados ao conjunto de 24 cartões, (em ordem aleatória e sem identificação dos grupos da classificação NOVA) e foram perguntados se havia algum item que não lhes era familiar. Todos os itens foram familiares a todos os

participantes. Após, os participantes foram instruídos a classificar os itens livremente, em grupos que fizessem algum sentido para eles.

Utilizando a técnica de entrevista semiestruturada, assim que o participante concluía a atividade de *pile sort*, a pesquisadora lhe solicitava que nomeasse cada grupo criado usando suas próprias palavras e descrevesse as características dos mesmos assim como no estudo de Blake (2008) e Banna et al. (2016). As falas dos participantes foram estimuladas pela pesquisadora por meio dos comentários “O que é esse grupo?” e “Por que esses itens estão juntos?”, semelhantemente ao estudo de Lynch & Holmes (2011). Em média, a atividade de *pile sort* foi concluída pelos participantes em 20 minutos, incluindo a entrevista semiestruturada. Durante toda a atividade, um gravador de áudio foi mantido ligado para registrar, além das falas dos participantes, seus “pensamentos altos” ocorridos durante a atividade.

Figura 1. Quatro dos vinte e quatro cartões, contendo figuras de alimentos e bebidas, utilizados para a atividade de *pile sort*.



Ao final, alguns dados (idade, estado civil, escolaridade, formação profissional ou graduação em curso, peso e alturas referidos) foram obtidos junto aos participantes e registrados em uma ficha para coleta desses dados.

As entrevistas áudio-gravadas foram transcritas tão logo foram finalizadas, como sugerido por Pretti & Urbano (1988).

Análise dos dados

Para a análise das entrevistas utilizou-se análise de conteúdo exploratória, a qual utiliza uma abordagem indutiva e permite identificar temas emergentes dos dados (Bernard & Ryan, 2010).

Para isso, a primeira autora, que coletou os dados, leu várias vezes as transcrições buscando por temas que descrevessem a natureza e as características dos grupos de alimentos resultantes da classificação dos participantes e identificando, nas informações provenientes dos dados, os principais elementos envolvidos nesse processo.

Em seguida, destacou citações que pareciam importantes e as agrupou em temas utilizando a técnica de *cutting and sorting* com papel, canetas e tesouras. Bernard & Ryan (2010) descrevem essa técnica como sendo um processo que envolve identificar falas ou expressões que se destacam e organizá-las em pilhas com características semelhantes. Separadamente, outra pesquisadora da equipe (segunda autora), com experiência em análise de conteúdo, procedeu da mesma forma. A lista de temas emergentes dessa análise foi discutida e refinada entre essas pesquisadoras até chegarem a um consenso.

Um *codebook* foi desenvolvido conforme sugerido por Bernard & Ryan (2010) e MacQueen, McLellan, Kay, & Mistein (1998) e incluiu, para cada tema, uma definição curta e uma detalhada do tema, critérios de inclusão e exclusão, exemplos típicos e atípicos, e um exemplo categorizado como "*close, but no* (quase parece um exemplo do tema, mas não é)". Estas duas pesquisadoras, independentemente, realizaram a codificação das entrevistas a partir dos critérios descritos no *codebook* utilizando o processador de texto *Microsoft Word*. Os coeficientes de Kappa para confiabilidade entre observadores foram calculados para cada tema com o auxílio do GraphPad QuickCalcs (Software GraphPad, Estados Unidos) e apresentaram substancial confiabilidade de acordo com a interpretação (Landis & Koch,

1977) dos valores obtidos. Finalmente, os pesquisadores discutiram suas codificações até chegarem a um consenso.

Os termos utilizados pelos participantes, para exemplificar os temas, foram apresentados entre aspas. Frases transcritas das entrevistas de professores, técnicos administrativos e estudantes também foram apresentadas entre aspas, seguidas pelas letras P, T e E, respectivamente, seguidas dos números 1 a 8, considerando o anonimato dos participantes.

Os grupos de alimentos resultantes da classificação dos participantes obtidos por meio da atividade de *pile sort* foram analisados por Escalonamento Multidimensional (EMD) não métrico seguidos de análise hierárquica de cluster.

O Escalonamento Multidimensional (EMD) gera um mapa onde cada objeto corresponde a um ponto e a distância entre cada ponto representa o grau de similaridade entre eles (Pereira, 2004). Na análise de cluster, as distâncias entre os pontos dentro do espaço multidimensional, constituído por eixos de todas as medidas realizadas (variáveis), são calculadas, e os objetos são agrupados conforme a proximidade entre eles (Pereira, 2004). Nesse estudo as variáveis foram os alimentos descritos no Quadro 2. Utilizou-se a distância euclidiana como medida de dissimilaridade entre dois alimentos e o método da ligação média para calcular a distância entre dois *clusters* de alimentos. Ambas as análises foram realizadas com auxílio do software Anthropac® (Analytic Technologies, Lexington, KY).

Dadas as diversas soluções de agrupamentos resultantes da análise hierárquica de cluster, a solução final para os dados foi decidida entre os pesquisadores com auxílio da análise de conteúdo. Isso foi feito já que, segundo Fávero, Belfiore, Silva, & Chan (2009), é atribuição do pesquisador o julgamento do número mais adequado de *clusters*. Para isso, observaram-se como os agrupamentos se relacionavam aos temas emergentes da análise de conteúdo, atentando-se ao número de observações que compunham cada cluster e avaliando-

se a dimensão dos mesmos. Para validar a solução final de agrupamentos empregaram-se outros dois métodos para cálculo da distância entre dois clusters (ligação individual e ligação completa), buscando-se avaliar a consistência dos resultados obtidos (Fávero et al., 2009). Por fim, os agrupamentos foram interpretados considerando sua relação com temas emergentes da análise de conteúdo e identificando os principais elementos envolvidos no processo de classificação dos alimentos pelos participantes.

O Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade de São Paulo aprovou esse estudo sob número de parecer 1.127.723/2015; a UFGD aprovou a realização desse estudo em suas dependências; todos os participantes assinaram um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido antes de sua participação.

Resultados

Características dos participantes do estudo

A média de idade dos participantes desse estudo foi de 30 anos, com desvio padrão de 9,4 anos; a idade mínima encontrada foi de 19 e a máxima de 57 anos. A Tabela 1 apresenta os dados antropométricos e socioeconômicos dos participantes do estudo.

Grupos de alimentos criados pelos participantes

Um total de 128 grupos de alimentos foram criados pelos 24 participantes; na média, cinco grupos de alimentos (desvio padrão de 2,2) por participante. Um total de 55 nomes diferentes foram usados pelos participantes para descreverem esses grupos. Esses nomes não foram mutuamente exclusivos, ou seja, em alguns casos um participante deu de dois a três nomes para um mesmo grupo de alimentos como “açúcares/consumo muito pouco” e “guloseimas/semiprontos/como bem pouco”.

Tabela 1. Dados antropométricos e socioeconômicos dos participantes do estudo (n=24). Dourados, Brasil, 2016.

	Professores (n = 8)	Técnicos administrativos (n = 8)	Estudantes (n = 8)
Sexo			
Feminino	4	4	4
Masculino	4	4	4
Idade (anos), média (DP)			
	35 (9,4)	34 (8,2)	22 (2,5)
Índice de Massa Corpórea*			
(n)			
Eutrofia	1	5	4
Sobrepeso	5	3	4
Obeso	2	0	0
Escolaridade (n)			
Cursando graduação	0	0	8
Graduação completa	0	3	0
Pós-graduação completa	8	5	0
Estado civil (n)			
Casado	6	5	0
Solteiro	2	3	8

*Classificação segundo WHO (1998); DP: desvio-padrão.

Temas da análise de conteúdo

Os 128 grupos de alimentos criados pelos participantes foram descritos por eles por meio da entrevista semiestruturada, a qual foi analisada por análise de conteúdo. Da análise de conteúdo emergiram 16 temas (em negrito). A definição curta de cada tema, o coeficiente de Kappa, e o número de trechos identificados por tema são apresentados na Tabela 2.

Tabela 2. Definição dos temas emergentes na análise de conteúdo das transcrições de entrevistas dos participantes do estudo (n=24), coeficiente de Kappa e número de trechos codificados por tema. Dourados, 2016.

Tema	Definição curta do tema	Exemplos de nomes de grupos*	Kappa**	Trechos (n)
Grupos de alimentos	Tradicionalmente utilizados em guias alimentares (frutas, cereais, leguminosas) e/ou comumente referidos pelas pessoas (massas, carnes)	“laticínios”, “massas”, “frutas”, “óleos”, “gorduras”, “cereais”	0,84	54
Nutrientes	Tipo específico e/ou predominância (teor) de macronutriente, como carboidratos, proteína e lipídeos; ou micronutrientes como, por exemplo, sódio	“carboidratos”, “lipídeos”, “proteínas”	0,84	48
Consumo alimentar	Frequência do consumo de forma determinada (diário, semanal) ou indeterminada (“uso muito” e “consumo menos”)	“hábito de consumo”, “consumo pouco”	0,85	47
Restrição alimentar	Alimentos que o indivíduo não consome, evita consumir ou procura substituí-los; alimentos consumidos com moderação	“evitados”, “consumo com restrições”	0,71	33
Processamento de alimentos	Alimentos que sofreram algum grau de processamento, quer seja em âmbito industrial ou doméstico	“pouco processamento”, “altamente processados”	0,89	33
Alimentos industrializados	Alimentos produzidos por meio de processos industriais e a partir de ingredientes desconhecidos; que não podem ser produzidos em âmbito doméstico	“muito industrializados”, “totalmente industrializados”	0,82	28
Alimentos em conserva	Alimentos em conserva de sal, açúcar, vinagre, óleo e/ou outro ingrediente; pouco modificados em relação ao alimento original	“em conserva”, “enlatados”	0,72	26
Alimentos naturais	Alimentos como encontrados na natureza; não sofreram nenhuma ou sofreram pequena transformação; não apresentam adição de aditivos alimentares na forma como são apresentados para aquisição	“mais naturais”, “menos naturais”	0,93	24

(Continua)

Tabela 2. Definição dos temas emergentes na análise de conteúdo das transcrições de entrevistas dos participantes do estudo (n=24), coeficiente de Kappa e número de trechos codificados por tema. Dourados, 2016. (Continuação)

Refeições	Tomadas alimentares fortemente instituídas (refeições como o café da manhã, almoço e jantar); podem ser individuais ou compartilhadas	“alimentos para café da manhã”, “almoço”, “jantar”, “lanche”	0,77	22
Alimentos não saudáveis	Alimentos que, devido à sua composição ou forma de processamento, conferem malefícios à saúde	“não saudáveis”, “não fazem bem para a saúde”	0,82	20
Alimentos saudáveis	Alimentos que, devido à sua composição ou forma de processamento, conferem benefícios à saúde	“saudáveis”, “mais saudáveis”, “semi-saudáveis”	0,72	19
Comida	Alimentos que são comida ou "comida de verdade"; essenciais para a alimentação; efetivamente nutrem o organismo de forma adequada	“comida”, “comida fundamental”	0,95	10
Alimentos de ocasião	Relacionados a uma dimensão espacial das práticas alimentares como o local (local público ou em uma casa), a uma dimensão do meio ambiente social (com amigos, com familiares) ou a ocorrências não quotidianas como confraternizações, comemorações, etc	“aparece em confraternizações”, “consumo só na casa dos meus pais”, “consumo com amigos”	0,77	8
Ingredientes	Necessários para fazer “comida”; não são consumidos puros	“ingredientes”, “ingredientes culinários”, “condimentos”	0,75	5
Bobagens	Bobagens, bobearas, guloseimas, “ <i>junk food</i> ”; supérfluos, não essenciais na alimentação	“bobagens”, “guloseimas”	1,00	4
Alimentos prontos	Alimentos prontos para o consumo (prontos para comer e/ou prontos para aquecer); práticos (não requerem preparo prévio ou posterior). Aceleram o preparo de refeições ou as substituem; dispensa a necessidade de "cozinhar do zero" para a família ou para si	“pré-preparados”, semi-prontos”	0,86	4

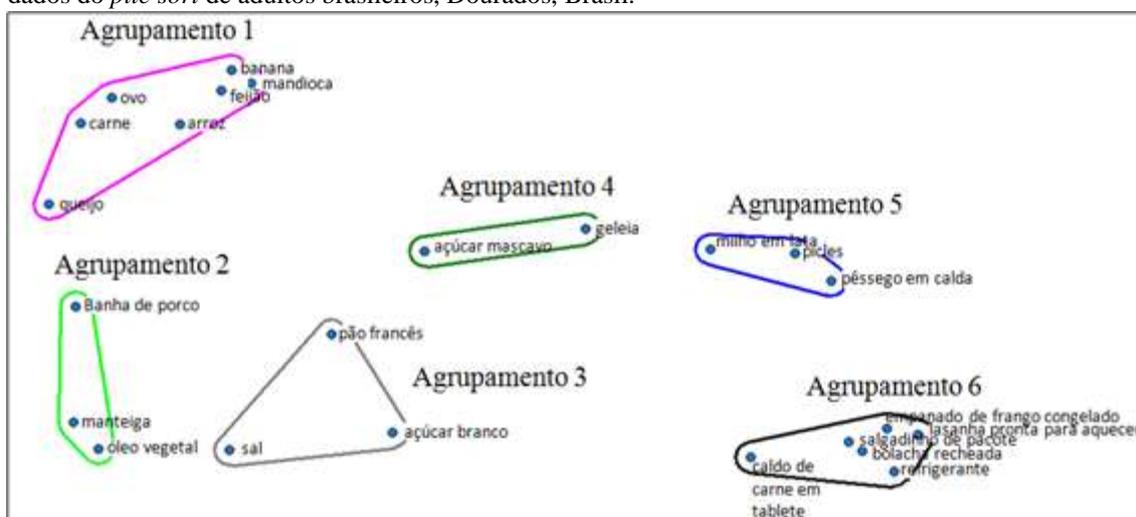
* Usados pelos participantes para descrever os grupos de alimentos criados. ** Coeficiente de Kappa para a confiabilidade interobservador entre dois codificadores. Escala de interpretação do Coeficiente Kappa: pobre (< 0,0), leve (0,0 – 0,20), razoável (0,21 – 0,40), moderada (0,41 – 0,60), substancial (0,61 – 0,80) e quase perfeita (0,81 – 1,00) (Landis e Kock, 1977).

Dos 385 trechos codificados na análise de conteúdo, 198 foram de temas relacionados a alimentos (**grupos de alimentos, nutrientes, processamento, alimentos industrializados, alimentos em conserva, ingredientes e alimentos prontos**), 157 relacionados a experiências e juízos pessoais (**consumo alimentar, restrição alimentar, alimentos naturais, alimentos não saudáveis, alimentos saudáveis, comida, bobagens**) e 30 relacionados a contextos (**refeições, alimentos de ocasião**).

Análise de cluster

Os 128 grupos de alimentos criados pelos participantes foram finalmente analisados usando análise de cluster. Da análise de cluster resultaram seis agrupamentos numerados didaticamente de um a seis (Figura 2). Por ser a análise de cluster uma técnica exploratória, o simples fato de identificarmos que alguns alimentos pertencem ao mesmo agrupamento não caracteriza que sejam semelhantes em todos os aspectos. Por esse motivo, e porque cada agrupamento resultante da análise de cluster relacionou-se com dois a seis temas da análise de conteúdo, optou-se por numerar os agrupamentos e não nomeá-los.

Figura 2. Resultados do escalonamento multidimensional e da análise hierárquica de cluster usando os dados do *pile sort* de adultos brasileiros, Dourados, Brasil.



O agrupamento 1 inclui banana, mandioca, feijão, arroz, carne, ovo e queijo. Todos os alimentos nesse agrupamento (com exceção do queijo) pertencem ao grupo dos alimentos in natura ou minimamente processados da classificação NOVA (ver Quadro 1 e Figura 2). Esse agrupamento relacionou-se aos temas **consumo alimentar**, **alimentos naturais**, **refeições**, **alimentos saudáveis** e **comida**. Apesar de alguns participantes terem classificado carne, queijo e ovo como “proteínas”; feijão como “leguminosas”; arroz e mandioca como “carboidratos”; e banana como “fruta”, denotando elementos relacionados aos temas **grupos de alimentos** e **nutrientes**, esse agrupamento evidencia que elementos relacionados aos primeiros temas citados sobrepuseram-se a estes últimos, como se observa em: “eu vou colocar como mais saudável, mais natural” (T1); “e aqui, almoço, coisas que eu consumo no almoço e janta” (P5); “eu gostaria de classificar o que é a comida realmente” (T3).

O agrupamento 2 inclui banha, manteiga e óleo vegetal. Alguns participantes chamaram esses alimentos de óleos e gorduras. Esse agrupamento relacionou-se ao tema **grupo de alimentos**. Também, esse agrupamento se relacionou ao tema **nutrientes**, já que os alimentos óleo, banha de porco e manteiga foram classificados pelos participantes também como lipídeo. Ainda, os alimentos desse agrupamento foram classificados como **ingredientes** “necessário para o preparo dos alimentos” (T2) e, de fato, esses três alimentos fazem parte do grupo ingredientes culinários processados da classificação NOVA (ver Quadro 1). Muitos participantes denominaram grupos que contêm os alimentos desse agrupamento como “alimentos que não consumo” (E4); “não aparecem na minha refeição” (P8) e “eu como mas é uma coisa muito escassa” (T8), evidenciando-se a relação dos alimentos deste agrupamento também com o tema **restrição alimentar**.

O agrupamento 3 inclui pão francês, açúcar branco e sal. Esse agrupamento relacionou-se aos temas **grupos de alimentos**, **nutrientes**, **ingredientes**, **alimentos não saudáveis** e **restrição alimentar**. Alguns dos participantes classificaram o pão branco e o açúcar branco juntos e denominaram os grupos os quais esses alimentos foram incluídos como açúcares, e outros como carboidratos. Em algumas vezes, o açúcar branco e o sal foram classificados juntos em grupos

denominados ingredientes, porém na maioria das vezes todos os alimentos desse agrupamento foram classificados juntos por serem considerados não saudáveis e evitados como se observa em: “o açúcar, e o sal, e o pão também, eu classifico esses como é os que eu uso menos” (E6).

O agrupamento 4 inclui o açúcar mascavo e geleia. Analisando-se as entrevistas observa-se que, na maioria das vezes, o açúcar mascavo é classificado em grupo separado do açúcar branco, por considerarem o primeiro mais saudável e menos processado. Observa-se nesse agrupamento, portanto, elementos relacionados aos temas **alimentos saudáveis** e **processamento de alimentos**. Tanto a geleia como o açúcar mascavo também foram considerados como **alimentos naturais**: “eu considero o açúcar mascavo um produto natural, porque ele vem da cana-de-açúcar” (T5); “talvez seja um doce mais natural esse aqui [referindo-se a geleia]” (T7), e todos esses elementos contribuem para explicar o motivo pelo qual esses alimentos aparecem juntos na análise de cluster.

O agrupamento 5 inclui milho em lata, pêssego em calda e pickles. Esse agrupamento relacionou-se ao tema **alimentos em conserva**: “milho, pepino, pêssego, todos em conserva” (E3) e também fica clara a sua relação com o tema **restrição alimentar**: “esses aqui foram os enlatados, que eu consumo com moderação... é o pickles, pêssego em calda e milho em latinha” (P5) e “tem esse grupo aqui dos enlatados, das conservas, que esse eu não... só classifiquei porque é uma coisa que não, no meu cardápio não entra” (T8).

O agrupamento 6 inclui refrigerante, caldo de carne em tablete, salgadinho de pacote, bolacha recheada, lasanha pronta para aquecer e empanado de frango congelado. Todos os alimentos que o compõem o agrupamento 6 são do grupo dos alimentos ultraprocessados da classificação NOVA (ver Quadro 2 e Figura 2). Esse agrupamento relacionou-se aos temas **restrição alimentar**, **processamento de alimentos**, **alimentos industrializados**, **alimentos não saudáveis**, **bobagens**, **alimentos prontos** e **alimentos de ocasião**.

No caso do tema **restrição alimentar**, essa relação pode ser observada nas seguintes citações: “Refrigerantes é um outro grupo dos alimentos que evito, né” (P1) e “Essas coisinhas congeladas eu já usei muito, agora eu tento usar menos” (T1).

A relação dos alimentos do agrupamento 6 com os temas **processamento de alimentos** e **alimentos industrializados**, pode ser encontrada em “então por isso eu acho que eles estão na categoria dos mais processados. Então é o Nuggets®, o caldo né, que tem um monte de, eu não sei nem o que tem aqui né, eu sei o sabor, o refrigerante, o salgadinho e a bolacha recheada também né, que esse recheio não sei o que é de verdade” (P3); “o caldo de carne industrializado né, aqui o que a gente chama de Nuggets®, que é industrializado também, a mesma coisa o pêssego em calda industrializado” (T3). Esses temas, apesar de parecidos, foram utilizados de forma distinta pela maioria dos participantes (ver Tabela 1), de forma que aqueles que utilizaram o termo processado no geral não usaram o termo industrializado e vice-versa.

A relação dos alimentos do agrupamento 6 com o tema **alimentos não saudáveis** pode ser encontrada em: “o outro e o último seriam os alimentos totalmente industrializados né, bolacha, salgadinho, esse aqui é Nuggets® né, lasanha, caldo de carne e refrigerante né. Esses pra mim são os que têm o maior teor de gordura, sódio e os que não trazem o menor benefício à saúde né, em relação à alimentação” (P6).

Ainda, os alimentos do agrupamento 6 relacionaram-se aos temas **bobagens**, **alimentos prontos** e **alimentos de ocasião** como pode ser observado nessas citações: “bobagem [risos], bobagem é o grupo que tem bolacha recheada de chocolate, Coca-Cola®, refrigerante né, é Fandangos®, Cheetos®, salgadinhos, Nuggets® e lasanha pronta, grupo de bobagens” (P4), “agora esse aqui, as partes das guloseimas, que é o refrigerante, bolachas, salgadinhos e também tem esses assados que é semiprontos, que eu não gosto, eu como bem pouco” (E6) e “o refrigerante ele aparece é... no cotidiano de refeições ou então de festa, muito mais em momentos de confraternização” (P8).

Discussão

Os participantes usaram uma grande variedade de nomes para denominar os grupos de alimentos criados por eles. Muitos desses (por exemplo, “alimentos para café da manhã”, “saudáveis”, “carboidratos”, “ingredientes”, “processados”, “consumo com amigos”) são consistentes, por exemplo, com os resultados de Blake et al. (2007) que estudaram, também por meio de *pile sort*, como adultos que vivem no Estado de Nova York classificam alimentos. Em nosso estudo, além desses nomes de grupos de alimentos, outros como “comida” e “alimentos ultraprocessados” foram usados pelos participantes; não tendo sido esses encontrados em outros estudos sobre classificação de alimentos, realizados por meio de diferentes técnicas de coleta de dados com adultos de outros países (Furst et al., 2000; Rodriguez-Oliveros, Bisogni, & Frongillo, 2014; Ross & Murphy, 1999). Em relação a esses grupos de alimentos, eles contribuíram para que os temas **comida** e **processamento** emergissem na análise de conteúdo. Discutiremos esses temas a seguir.

O tema **comida** não tem sido observado em outros estudos, se considerada a sua descrição de acordo com a Tabela 1. Em nosso estudo, tomou-se como base para a descrição desse tema, os significados dados pelos participantes, que consideravam comida como algo fundamental, essencial para a alimentação, em contraste ao que não consideravam comida, como o que era produzido por meio de processos e a partir de ingredientes desconhecidos e/ou não essenciais para a alimentação. Tal discussão é importante para o contexto desse estudo, já que após a publicação da segunda edição do Guia Alimentar, em 2015 no Brasil, foi realizada a 5ª Conferência Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional com o lema: “Comida de verdade no campo e na cidade: por direitos e soberania alimentar” (Consea, 2015) e, desde então, o termo comida de verdade foi difundido entre os brasileiros (representantes da sociedade civil, povos de comunidades tradicionais, representantes políticos e população em geral) por meio das Conferências Regionais ocorridas em várias cidades do Brasil, da própria Conferência Nacional e por meio de mídias sociais engajadas nessa temática e em outras relacionadas. Nos Estados Unidos esse termo tem sido difundido na população há mais

tempo, como, por exemplo, por meio da obra *Em defesa da Comida* (Pollan, 2009), na qual o autor faz um manifesto pela comida de verdade.

Os significados dados pelos participantes do que não consideravam comida vai ao encontro das definições dos temas **alimentos industrializados** e **bobagens**. Esse contraste entre os temas **comida** e **alimentos industrializados**, e **comida** e **bobagens**, pode ser observado também pela localização distante e oposta dos agrupamentos 1 e 6 na Figura 2, os quais se relacionaram a esses temas, conforme já descrito. Como maiores proximidades em mapas perceptuais induzem a maiores similaridades entre os itens e vice-versa (Fávero et al., 2009), é possível avaliar que os agrupamentos 1 e 6, por estarem muito distantes entre si, apresentam características bastante distintas. O contraste entre esses agrupamentos também pode ser verificado por outros temas contrastantes a eles relacionados como, por exemplo, **refeições** e **alimentos prontos**, **alimentos saudáveis** e **alimentos não saudáveis**, **consumo alimentar** e **restrição alimentar**. Furst et al. (2000), em um estudo que examinou como as pessoas constroem e usam classificações de alimentos, realizado por meio de entrevista em profundidade com adultos nos Estados Unidos, também identificaram e descreveram temas contrastantes como, por exemplo, gosto/não gosto, alimentos saudáveis/alimentos não saudáveis, alimentos frescos/alimentos processados, alimentos convenientes/alimentos não convenientes, o que confirma a tendência de oposição e dicotomia de temas encontrada em nosso estudo.

Em relação ao tema **processamento de alimentos**, de todos os termos utilizados pelos participantes desse estudo para se referirem a esse tema, apenas o termo “ultraprocessado” não foi encontrado em outros estudos sobre classificação de alimentos realizados por meio de diferentes técnicas de coleta de dados com adultos de outros países (Blake et al., 2007; Furst et al., 2000; Rodriguez-Oliveros et al., 2014; Ross & Murphy, 1999; Worsley, 1980). De fato, relacionado à classificação NOVA de alimentos, esse termo só foi veiculado no meio científico no ano de 2010 (Monteiro et al., 2010) e, por isso, estudos publicados anteriormente não registraram esse termo na fala dos participantes. Antes de 2010, poucos estudos em nutrição e epidemiologia consideraram o

processamento de alimentos, e classificações oficiais de alimentos e guias alimentares também não difundiram o mesmo. No Brasil pode-se dizer que o termo “ultraprocessado” foi difundido entre a população, por meio de comunicação em massa, principalmente após a publicação da segunda edição do Guia Alimentar para a População Brasileira.

Em 2016, um estudo com 2183 participantes foi conduzido no Uruguai com o objetivo de investigar como consumidores conceituavam o termo alimentos ultraprocessados e se os alimentos que eles percebiam com tal estavam em concordância com aqueles incluídos na classificação NOVA (Ares et al., 2016). Esses autores observaram que a maioria dos participantes descreveu os alimentos ultraprocessados como produtos altamente processados, que geralmente contêm aditivos e outros ingredientes artificiais, acentuando que os mesmos têm baixa qualidade nutricional e não são saudáveis; apesar disso também observaram que alguns dos participantes perceberam alimentos processados, ingredientes culinários e até mesmo alguns alimentos minimamente processados como ultraprocessados (Ares et al., 2016). Furst et al. (2000) observaram que às vezes alimentos frescos processados em casa eram referidos como diferentes dos processados prontos para comprar ou comercializados congelados, enlatados e embalados. Em nosso estudo, os participantes também diferenciaram alimentos processados que poderiam ser feitos em casa de alimentos processados pela indústria (ao que denominaram alimentos industrializados) e também denominaram alimentos processados (segundo a classificação NOVA) como alimentos ultraprocessados e vice-versa.

Algumas dificuldades, como as relacionadas à classificação de alimentos nesses grupos e nos outros da classificação NOVA, foram descritas por Menegassi, Almeida, Olimpio, Brunharo, & Langa (2017) em estudo realizado com estudantes e professores do Curso de Nutrição de uma instituição privada de ensino superior do Mato Grosso do Sul, Brasil. De qualquer forma, os resultados de nosso estudo sinalizam, pelo número de trechos codificados das entrevistas, uma forte presença de elementos relacionados ao grau de processamento de alimentos nas classificações feitas pelos participantes, atrás somente de elementos relacionados a grupos de alimentos, nutrientes, consumo alimentar e restrição alimentar.

Considerando o número de trechos codificados por temas, observou-se que os participantes desse estudo classificaram alimentos considerando principalmente elementos relacionados a alimentos (características físicas e químicas que denotam, por exemplo, tipo, forma como foram produzidos, usos e fins específicos, composição nutricional, origem) e a experiências e juízos pessoais (preferências, restrições, rotinas de consumo, opiniões), do que elementos relacionados a contextos (situações relacionadas ao tempo e ao espaço em que os alimentos são comidos). De forma semelhante, Ross & Murphy (1999) nos Estados Unidos, em estudo que investigou como as pessoas representam, acessam e fazem inferências sobre alimentos, observaram que classificações de alimentos feitas pelas pessoas foram dominadas por categorias taxonômicas (estruturadas em torno de propriedades intrínsecas dos próprios alimentos) apesar de categorias de contexto também estarem presentes. De fato, a grande maioria dos estudos que investigaram como pessoas (adultos e crianças) classificam alimentos, independentemente do objetivo do mesmo e da técnica de coleta de dados utilizada, demonstra que as classificações são feitas considerando mais elementos relacionados a alimentos e experiências pessoais que relacionados a contexto (Banna et al., 2016; Beltran et al., 2008; Blake, 2008; Ross & Murphy, 1999; Worsley, 1980).

Sabe-se que o contexto apresenta uma importante influência para a classificação de alimentos pelas pessoas, porém poucos são os estudos que têm investigado como as pessoas classificam alimentos em contextos específicos como, por exemplo, em casa, no trabalho, sozinho, em comparação a como classificam alimentos livremente, sem nenhum contexto definido (Blake, 2008; Blake et al., 2007). À luz dessa discussão, seria interessante que novos estudos sejam feitos com o objetivo de investigar como indivíduos brasileiros classificam alimentos em diferentes contextos, com o objetivo de obter mais detalhes sobre como os esquemas de classificação de alimentos são feitos pelas pessoas em contextos da vida real.

As classificações de alimentos feitas pelas pessoas podem estar relacionadas a um ou mais elementos. Isso foi observado nesse estudo, já que a maioria dos participantes deu de dois a três nomes, não mutuamente exclusivos, para um mesmo grupo de alimentos na atividade de *pile sort*. O

fato dos nomes dos grupos serem não mutuamente exclusivos sinaliza, segundo Ross & Murphy (1999), uma estrutura não hierárquica do esquema de classificação de alimentos feita pelos participantes. Isso pôde ser observado, por exemplo, na denominação de um mesmo grupo de alimentos como “industrializados” e “evito consumir”, e de outro como “enlatados” e “no meu cardápio não entra”. Esses achados revelam, além de importantes informações de como os participantes desse estudo falam sobre alimentos, do que fazem a respeito deles, ou seja, como o comem ou o rejeitam. Apesar desse não ter sido o objetivo desse estudo, percebe-se um caminho em potencial para se explorar, inclusive por meio da técnica de *pile sort*, as relações entre as representações (que dão conta do que o indivíduo pensa) e as práticas alimentares realmente instituídas pelos indivíduos, segundo considerações de Poulain & Proença (2003).

Em relação às classificações de alimentos oficiais, a classificação dos alimentos de acordo com a pirâmide alimentar adaptada à população brasileira (Philippi et al., 1999), foi referida apenas por dois participantes que, apesar disso, acabaram criando, entre outros, grupos de processados, conservas e enlatados, evidenciando que essa classificação não comporta itens dessa natureza.

Já em relação à classificação NOVA (Monteiro et al., 2016), apenas um participante mencionou a tentativa de agrupar os alimentos de acordo com esta e trata-se de uma exceção já que este era estudante do curso de Nutrição. Dada a observação desse resultado em particular sugere-se que, para futuros estudos relacionados a essa temática, ser professor ou estudante do curso de Nutrição seja considerado um critério de exclusão, já que a depender do percentual da participação de indivíduos que tenham algum conhecimento prévio acerca da NOVA e diante de uma possível tentativa destes participantes classificarem os alimentos de acordo com essa classificação, os resultados poderão apresentar-se drasticamente diferentes daqueles que seriam obtidos caso esses indivíduos não participassem do estudo.

Apesar disso, há evidências de que elementos dessa classificação estejam permeando os processos cognitivos para classificação de alimentos da maioria dos participantes desse estudo, haja vista a emergência dos temas **alimentos naturais, ingredientes e processamento de alimentos**.

Especificamente, os agrupamento 1 e 6, resultantes da análise de cluster, alocados em lados opostos e distantes entre si no mapa do EMD, e que contêm exatamente todos os alimentos dos grupos dos alimentos in natura ou minimamente processados e dos alimentos ultraprocessados, respectivamente, somam-se a essas evidências.

Limitações

Os resultados aqui delineados devem ser considerados à luz das seguintes limitações. Trata-se de um pequeno estudo qualitativo realizado com uma amostra de 24 adultos brasileiros moradores da cidade de Dourados-MS. Devido a isso e à análise de cluster não ser apropriada para inferências de características de população a partir de dados amostrais (Pereira, 2004), os achados deste estudo não podem ser extrapolados para adultos brasileiros de outras localidades. No entanto, os temas identificados em nossa análise podem ser aplicáveis a outras populações semelhantes e, portanto, o potencial de generalização teórica não deve ser subestimado.

Em relação à seleção dos participantes, constitui-se em uma limitação desse estudo o fato de não termos considerado ser professor ou estudante do curso de Nutrição como um critério de exclusão.

A seleção de exemplos de alguns alimentos, em detrimento de outros, e o número de alimentos selecionados para a atividade de *pile sort* também constituem-se em limitações desse estudo.

É possível que os temas emergentes nesses estudos não reflitam com precisão os critérios que foram realmente usadas pelos participantes para pensar e classificar os alimentos, mas podem ser considerados elementos envolvidos nesse processo.

Conclusões

Esse estudo examinou como adultos brasileiros classificam alimentos e identificou os principais elementos envolvidos nesse processo. O uso do referencial da classificação NOVA e da técnica de *pile sort* nesse estudo constituem-se em uma nova abordagem metodológica que poderá dar suporte a outros estudos necessários de serem realizados dentro dessa temática.

Em particular, o presente estudo contribui para entender como os adultos brasileiros classificam os alimentos. Mais notavelmente, os resultados revelam uma grande semelhança entre as formas como os participantes do estudo classificam alimentos e a classificação NOVA, sugerindo que essa se conforma, até certo ponto, ao pensamento popular sobre classificação de alimentos.

Conflitos de interesse

Os autores não têm conflitos de interesse.

Responsabilidade dos autores

FBS deu a ideia inicial do estudo; BM, FBS e JCM trabalharam na concepção e delineamento; BM trabalhou na interpretação dos dados e na redação do artigo; PMS, FBS e JCM trabalharam na revisão crítica e aprovação da versão ser publicada.

Financiamento

FBS é bolsista de produtividade do Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq) (processo n.º 311357/2015-6).

Referências bibliográficas

- Ares, G., Vidal, L., Allegue, G., Giménez, A., Bandeira, E., Moratorio, X., ...Curutchet, M. R. (2016). Consumers' conceptualization of ultra-processed foods. *Appetite*, *105*, 611-617. doi:10.1016/j.appet.2016.06.028
- Banna, J. C., Buchthal, O. V., Delormier, T., Creed-Kanashiro, H. M., & Penny, M. E. (2016). Influences on eating: A qualitative study of adolescents in a periurban area in Lima, Peru. *BMC Public Health*, *16*, 40. doi:10.1186/s12889-016-2724-7
- Barcelos, G. T., Rauber, F., & Vitolo, M. R. (2014). Produtos processados e ultraprocessados e ingestão de nutrientes em crianças. *Revista Ciência e Saúde*, *7*(3), 6.
- Bauer, M. W., & Gaskell, G. (2002). *Pesquisa qualitativa com texto, imagem e som: Um manual prático* (2nd ed.). Petrópolis, RJ: Editora Vozes.
- Beltran, A., Knight Sepulveda, K., Watson, K., Baranowski, T., Baranowski, J., Islam, N., & Missaghian, M. (2008). Diverse food items are similarly categorized by 8- to 13-year-old children. *J Nutr Educ Behav*, *40*(3), 149-159. doi:10.1016/j.jneb.2008.01.002
- Bernard, H. R., & Ryan, G. (2010) *Analyzing qualitative data: Systematic approaches*. Thousand Oaks, CA.: Sage.
- Bielemann, R. M., Motta, J. V., Minten, G. C., Horta, B. L., & Gigante, D. P. (2015). Consumption of ultra-processed foods and their impact on the diet of young adults. *Rev Saude Publica*, *49*, 28.
- Blake, C. E. (2008). Individual differences in the conceptualization of food across eating contexts. *Food Qual Prefer*, *19*(1), 62-70. doi:10.1016/j.foodqual.2007.06.009
- Blake, C. E., Bisogni, C. A., Sobal, J., Devine, C. M., & Jastran, M. (2007). Classifying foods in contexts: How adults categorize foods for different eating settings. *Appetite*, *49*(2), 500-510. doi:10.1016/j.appet.2007.03.009
- Brazilian Ministry of Health. (2008). *Dietary guidelines for the Brazilian population* (1st ed.). Brasilia, Brazil: Brazilian Ministry of Health. Retrieved from http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_alimentar_populacao_brasileira_2008.pdf
- Brazilian Ministry of Health. (2014). *Dietary guidelines for the Brazilian population* (2nd ed.). Brasilia, Brazil: Brazilian Ministry of Health. Retrieved from http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/publicacoes/guia_alimentar_populacao_brasileira.pdf
- Brazilian Ministry of Health. (2015). Final report of the 5th National Conference of Food and Nutritional Safety - Conferência Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional. Brasília, Brazil. Brazilian Ministry of Health Retrieved from <http://www4.planalto.gov.br/consea/publicacoes/site/relatorio-final-5a-conferencia-nacional-de-seguranca-alimentar-e-nutricional/view>
- Canella, D. S., Levy, R. B., Martins, A. P., Claro, R. M., Moubarac, J. C., Baraldi, L. G., ...Monteiro, C. A. (2014). Ultra-processed food products and obesity in Brazilian households (2008-2009). *PLoS One*, *9*(3), e92752. doi:10.1371/journal.pone.0092752
- Crovetto, M. M., Uauy, R., Martins, A. P., Moubarac, J. C., & Monteiro, C. (2014). Household availability of ready-to-consume food and drink products in Chile: Impact on nutritional quality of the diet. *Rev Med Chil*, *142*(7), 850-858. doi:10.4067/S0034-98872014000700005
- Dressler, W. W. (2001). Culture and individual adaptation: Research report I. Brazil. Retrieved from <http://anthropology.ua.edu/Faculty/dressler/Dressler%20Research%20Report%20I.pdf>
- EUFIC. (2009). Food-Based Dietary Guidelines in Europe. Belgium. Retrieved from <http://www.eufic.org/en/healthy-living/article/food-based-dietary-guidelines-in-europe>
- FAO. (2009) Food-based Dietary Guidelines. Rome: Retrieved from <http://www.fao.org/nutrition/nutrition-education/food-dietary-guidelines/en>
- FAO. (2014) El Estado de Las Guías Alimentarias Basadas en Alimentos en América Latina y Caribe. *21 años después de la Conferencia Internacional sobre Nutrición*. Rome: Food and

- Agriculture Organization for the United Nations. Retrieved from <http://www.audyn.org.uy/sitio/repo/arch/i3677s.pdf>
- FAO. (2015) Guidelines on the collection of information on food processing through food consumption surveys. Rome: Food and Agriculture Organization for the United Nations. Retrieved from <http://www.fao.org/3/a-i4690e.pdf>
- Flick, U. (2009). *Introdução à Pesquisa Qualitativa*. Porto Alegre: Artmed.
- Furst, T., Connors, M., Sobal, J., Bisogni, C., & Falk, L. W. (2000). Food classifications: Levels and categories. *Ecol Food Nutr*, 39(5), 331-355.
- Fávero, L. P. L., Belfiore, P. P., Silva, F. L., & Chan, B. L. (2009). *Análise de dados: Modelagem multivariada para tomada de decisões* (1st ed.). Rio de Janeiro: Elsevier.
- Ge, K. (2011). The transition of Chinese dietary guidelines and food guide pagoda. *Asia Pac J Clin Nutr*, 20(3), 439-446.
- IBGE. (2011). Pesquisa de orçamentos familiares 2008-2009. Análise do consumo alimentar pessoal no Brasil. Brazil. Retrieved from <https://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/livros/liv50063.pdf>
- IBGE. (2017). *Estimativa da População 2017*. Brazil. Retrieved from <https://cidades.ibge.gov.br/xtras/temas.php?codmun=500370&idtema=130>.
- Julia, C., Martinez, L., Allès, B., Touvier, M., Hercberg, S., Méjean, C., & Kesse-Guyot, E. (2017). Contribution of ultra-processed foods in the diet of adults from the French NutriNet-Santé study. *Public Health Nutr*, 1-11. doi:10.1017/S1368980017001367
- Landis, J. R., & Koch, G. G. (1977). The measurement of observer agreement for categorical data. *Biometrics*, 33, 159-174.
- Liamputtong, P., & Ezzy, D. (2005). *Qualitative Research Methods* (3rd ed.). Oxford, UK: Oxford University Press.
- Louzada, M. L. C., Baraldi, L. G., Steele, E. M., Martins, A. P., Canella, D. S., Moubarac, J. C., ...Monteiro, C. A. (2015a). Consumption of ultra-processed foods and obesity in Brazilian adolescents and adults. *Prev Med*, 81, 9-15. doi:10.1016/j.ypmed.2015.07.018
- Louzada, M. L. C., Martins, A. P., Canella, D. S., Baraldi, L. G., Levy, R. B., Claro, R. M., ...Monteiro, C. A. (2015b). Ultra-processed foods and the nutritional dietary profile in Brazil. *Rev Saude Publica*, 49, 38. doi:10.1590/S0034-8910.2015049006132
- Lynch, E. B., & Holmes, S. (2011). Food group categories of low-income African American women. *J Nutr Educ Behav*, 43(3), 157-164. doi:10.1016/j.jneb.2010.02.011
- Martins, A. P., Levy, R. B., Claro, R. M., Moubarac, J. C., & Monteiro, C. A. (2013). Increased contribution of ultra-processed food products in the Brazilian diet (1987-2009). *Rev Saude Publica*, 47(4), 656-665. doi:10.1590/S0034-8910.2013047004968
- Martínez-Steele, E., Baraldi, L. G., Louzada, M. L., Moubarac, J. C., Mozaffarian, D., & Monteiro, C. A. (2016). Ultra-processed foods and added sugars in the US diet: Evidence from a nationally representative cross-sectional study. *BMJ Open*, 6(3), e009892. doi:10.1136/bmjopen-2015-009892
- MacQueen, K. M., McLellan, E., Kay, K., Mistein, B. (1998). Codebook development for team-based qualitative analysis. *Cult Anthropol*, 10(2), 31-36.
- Menegassi, B., Almeida, J. B., Olimpio, M.-Y. M., Brunharo, M., & Langa, F. R. (in press). A nova classificação de alimentos: teoria, prática e dificuldades. *Cien Saude Colet*. [online journal] (2017/Feb). [Accessed 28/09/2017]. Available at :<http://www.cienciaesaudecoletiva.com.br/artigos/a-nova-classificacao-de-alimentos-teoria-pratica-e-dificuldades/16086>.
- Monteiro, C. A. (2009). Nutrition and health. The issue is not food, nor nutrients, so much as processing. *Public Health Nutr*, 12(5), 729-731. doi:10.1017/S1368980009005291
- Monteiro, C. A., Levy, R. B., Claro, R. M., Castro, I. R. R., & Cannon, G. (2010). A new classification of foods based on the extent and purpose of their processing. *Cadernos de Saúde Pública*, 26, 2039-2049.

- Monteiro, C. A., Levy, R. B., Claro, R. M., de Castro, I. R., & Cannon, G. (2011). Increasing consumption of ultra-processed foods and likely impact on human health: Evidence from Brazil. *Public Health Nutr*, *14*(1), 5-13. doi:10.1017/S1368980010003241
- Monteiro, C. A., Cannon, G., Moubarac, J. C., Martins, A. P., Martins, C. A., Garzillo, J., ...Jaime, P. C. (2015). Dietary guidelines to nourish humanity and the planet in the twenty-first century. A blueprint from Brazil. *Public Health Nutr*, *18*(13), 2311-2322. doi:10.1017/S1368980015002165
- Monteiro, C. A., Cannon, G., Levy, R., Moubarac, J.-C., Jaime, P. C., Martins, A. P., ...Parra, D. (2016). The star shines bright. [Food classification. Public health]. *World Nutr*, *7*(1-3), 10.
- Monteiro, C. A., Cannon, G., Moubarac, J. C., Levy, R. B., Louzada, M. L., & Jaime, P. C. (2017a). The UN Decade of Nutrition, the NOVA food classification and the trouble with ultra-processing. *Public Health Nutr*, 1-13. doi:10.1017/S1368980017000234
- Monteiro, C. A., Moubarac, J. C., Levy, R. B., Canella, D. S., Louzada, M. L. D. C., & Cannon, G. (2017b). Household availability of ultra-processed foods and obesity in nineteen European countries. *Public Health Nutr*, 1-9. doi:10.1017/S1368980017001379
- Moubarac, J. C., Martins, A. P., Claro, R. M., Levy, R. B., Cannon, G., & Monteiro, C. A. (2013). Consumption of ultra-processed foods and likely impact on human health. Evidence from Canada. *Public Health Nutr*, *16*(12), 2240-2248. doi:10.1017/S1368980012005009
- Oliveira, M. S., & Silva-Amparo, L. (2017). Food-based dietary guidelines: A comparative analysis between the Dietary Guidelines for the Brazilian Population 2006 and 2014. *Public Health Nutr*, 1-8. doi:10.1017/S1368980017000428
- PAHO. (2015). *Ultra-processed food and drink products in Latin America: Trends, impact on obesity, policy implications*. Washington, D.C.: Pan American Health Organization. Retrieved from http://iris.paho.org/xmlui/bitstream/handle/123456789/7699/9789275118641_eng.pdf?sequence=5&isAllowed=y&ua=1
- Pereira, J. C. R. (2004). *Análise de dados qualitativos: Estratégias metodológicas para as ciências da Saúde, humanas e sociais*. São Paulo: Edusp.
- Philippi, S. T., Latterza, A. R., Cruz, A. T. R., & Ribeiro, L. C. (1999). Adapted food pyramid: A guide for a right food choice. *Revista de Nutrição*, *12*(1), 65-80.
- Pollan, M. (2009). *In defense of food: An eater's manifesto* (1st ed.). Westminster, UK: Penguin Books.
- Poulain, J.-P., & Proença, R. P. C. (2003). Methodological approaches on the studies of food practices. *Revista de Nutrição*, *16*(4), 365-386.
- Pretti, D., & Urbano, H. (1988). *A linguagem falada culta na cidade de São Paulo*. São Paulo: Queroz.
- Quintiliani, L. M., Campbell, M. K., Haines, P. S., & Webber, K. H. (2008). The use of the pile sort method in identifying groups of healthful lifestyle behaviors among female community college students. *J Am Diet Assoc*, *108*(9), 1503-1507. doi:10.1016/j.jada.2008.06.428
- Rauber, F., Campagnolo, P. D., Hoffman, D. J., & Vitolo, M. R. (2015). Consumption of ultra-processed food products and its effects on children's lipid profiles: A longitudinal study. *Nutr Metab Cardiovasc Dis*, *25*(1), 116-122. doi:10.1016/j.numecd.2014.08.001
- Rodriguez-Oliveros, M. G., Bisogni, C. A., & Frongillo, E. A. (2014). Knowledge about food classification systems and value attributes provides insight for understanding complementary food choices in Mexican working mothers. *Appetite*, *83*, 144-152. doi:10.1016/j.appet.2014.08.022
- Ross, B. H., & Murphy, G. L. (1999). Food for thought: Cross-classification and category organization in a complex real-world domain. *Cogn Psychol*, *38*(4), 495-553. doi:10.1006/cogp.1998.0712
- Silva, V. F. (2010). *Os papéis de Dourados-MS no contexto regional:apontamentos para análise de uma cidade média*. (Mestrado em Geografia), Universidade Federal da Grande Dourados, Dourados.

- Sparrenberger, K., Friedrich, R. R., Schiffner, M. D., Schuch, I., & Wagner, M. B. (2015). Ultra-processed food consumption in children from a Basic Health Unit. *J Pediatr (Rio J)*, *91*(6), 535-542. doi:10.1016/j.jped.2015.01.007
- Spradley, J. (1979). *The Ethnographic Interview*. New York, NY: Holt, Rinehart and Winston.
- Tavares LF, Fonseca SC, Garcia Rosa ML, Yokoo EM. Relationship between ultra-processed foods and metabolic syndrome in adolescents from a Brazilian Family Doctor Program. *Public Health Nutr*. 2012;15(1):82-7.
- Vedovato, G. M., Trude, A. C., Kharmats, A. Y., & Martins, P. A. (2015). Degree of food processing of household acquisition patterns in a Brazilian urban area is related to food buying preferences and perceived food environment. *Appetite*, *87*, 296-302. doi:10.1016/j.appet.2014.12.229
- Weller, S. C., & Romney, A. K. (1988). *Systematic Data Collection, Qualitative Research Methods*. Newbery Park, CA: Sage Publications.
- Welsh, S., Davis, C., Shaw, A. (1992) A brief history of food guides in the United States. *Nutrition Today*, *27*(6), 6-11.
- WHO. (2000). Obesity: Preventing and managing the global epidemic. Report of a WHO Consultation. WHO Technical Report Series 894. Geneva: World Health Organization.
- Worsley, A. (1980). Thought for food: Investigations of cognitive aspects of food. *Ecol Food Nutr*, *9*, 65-80.

5.3. MANUSCRITO 3: COMPREENSÕES DE ADULTOS BRASILEIROS ACERCA DA CLASSIFICAÇÃO NOVA DE ALIMENTOS

O artigo intitulado “Compreensões de adultos brasileiros acerca da classificação NOVA de alimentos” foi submetido à Cadernos de Saúde Pública - e corresponde ao terceiro manuscrito dessa tese.

Compreensões de adultos brasileiros acerca da classificação NOVA de alimentos

Bruna Menegassi^a *, Fernanda Baeza Scagliusi^a, Jean-Claude Moubarac^b

^a Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo, Av. Dr. Arnaldo 715, 2º andar, São Paulo, 01246-904, Brasil

^b Departamento de Nutrição da Universidade de Montreal, 2405 chemin de la Côte-Sainte-Catherine, local 1248, Montréal, Canada, H3T 1A8.

* Autor para correspondência.

Autor para correspondência: (B. Menegassi).

Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo, Av. Dr. Arnaldo 715, 2º andar, São Paulo, 01246-904, Brasil

E-mail: brunamenegassi.nut@gmail.com

Resumo

A classificação NOVA categoriza os alimentos, de acordo com a natureza, extensão e o propósito do seu processamento, em quatro grupos: alimentos in natura ou minimamente processados, ingredientes culinários processados, alimentos processados e, alimentos ultraprocessados. Nesse estudo transversal e de natureza qualitativa investigamos as compreensões de adultos brasileiros acerca da classificação NOVA, identificando as relações entre essas compreensões e a teoria relacionada a essa classificação, bem como as facilidades, dificuldades e dúvidas desses indivíduos em relação a essa classificação. Conduzimos entrevistas semiestruturadas com uma amostra de 24 moradores da cidade de Dourados-MS, e uma atividade de classificação de alimentos com um conjunto de 24 cartões contendo figuras de alimentos e bebidas (com exemplos dos quatro grupos da classificação NOVA). Os dados foram analisados utilizando análise de conteúdo exploratória,

análise de conteúdo somativa e escalonamento multidimensional não-métrico. Os resultados mostraram que a classificação NOVA é compreendida pelos participantes do estudo, principalmente, em termos de **processamento**, **produção** e **químicos**. De forma geral, essas compreensões vão ao encontro da definição dada pela teoria indicando que o que pensam esses indivíduos acerca da classificação NOVA corresponde àquilo que essa quer comunicar. De forma particular, as compreensões dos participantes acerca dos grupos de alimentos in natura ou minimamente processados e de alimentos ultraprocessados apresentam mais relações de semelhança com as definições dadas pela teoria do que as compreensões acerca dos grupos de ingredientes culinários e de alimentos processados. As facilidades dos participantes identificadas em relação aos dois primeiros grupos mencionados e as dificuldades e dúvidas em relação aos dois últimos indicam que atenção especial deve ser dada aos ingredientes culinários e alimentos processados quando do uso da classificação NOVA como guia de escolha alimentar adequada e saudável por profissionais do setor saúde e de outros setores, e pela população em geral.

Palavras-chaves: NOVA, Classificação de alimentos, Ultraprocessados, Guia alimentar, Educação alimentar e nutricional, Brasil.

Introdução

A classificação NOVA categoriza os alimentos de acordo com a natureza, extensão e propósito de seu processamento⁽¹⁾. O processamento de alimentos, como entendido por essa classificação, envolve processos físicos, químicos e biológicos que ocorrem após a separação do alimento da natureza e antes que ele seja submetido a preparações culinárias, ou antes do seu consumo no caso de itens que não requerem preparação culinária⁽¹⁾.

A NOVA classifica todos os alimentos e bebidas em quatro grupos: alimentos in natura ou minimamente processados, ingredientes culinários processados, alimentos processados e, alimentos ultraprocessados⁽¹⁾. Alimentos in natura são obtidos diretamente da natureza (plantas ou animais) e

não sofrem qualquer alteração para serem consumidos, já os minimamente processados são alimentos in natura que passam por um mínimo processo, como limpeza, secagem, moagem, fermentação. São exemplos hortaliças, carnes, ovos e leite. Ingredientes culinários processados são alimentos utilizados em preparações culinárias, sendo geralmente extraídos de alimentos in natura por processos como prensagem e refino, como por exemplo óleos vegetais, sal e açúcar. Alimentos processados são fabricados com adição de sal ou açúcar (ou outra substância de uso culinário, como óleo) a um alimento in natura ou minimamente processado, com o objetivo de aumentar a duração desses alimentos e/ou modificar seu sabor, a exemplo de geleias e conservas. Alimentos ultraprocessados são formulações industriais feitas tipicamente com cinco ou mais ingredientes, incluindo além de óleo, gordura, sal e açúcar, aditivos alimentares de uso exclusivamente industrial, como corantes, aromatizantes, conservantes e espessantes^(1, 2); são exemplos refrigerantes, salgadinhos de pacote, bolachas recheadas (Ver Quadro 1 para definição dos grupos e exemplos de alimentos).

A classificação NOVA já foi aplicada em diversos países. Os usos dessa classificação até agora incluem a descrição de padrões dietéticos da população, avaliações de mudanças ao longo do tempo na parcela da alimentação referente a alimentos ultraprocessados e análises da associação entre o consumo de ultraprocessados e o perfil nutricional das dietas ou desfechos na saúde⁽³⁾. Nesse sentido, alguns estudos mostraram associação positiva entre o consumo de alimentos ultraprocessados e obesidade^(4, 5), síndrome metabólica⁽⁶⁾ e dislipidemias⁽⁷⁾.

Desde a sua concepção^(8, 9) a classificação NOVA passou por algumas atualizações e revisões^(1, 10), mas as razões para se enfatizar o processamento de alimentos como um fator crucial no entendimento da relação entre dieta e saúde pública, bem como da relação entre alimentos e questões socioculturais, econômicas, políticas e ambientais, sempre estiveram presentes em sua teoria. Nesse artigo denominamos “teoria” relacionada à classificação NOVA não somente às definições, mas também as características de cada grupo de alimento considerando todas essas questões, amplamente discutidas por Monteiro et al.⁽³⁾.

A classificação NOVA foi reconhecida como um instrumento válido de pesquisa, política e ação em nutrição e saúde pública, em relatórios da Organização das Nações Unidas para a Alimentação e Agricultura e da Organização Pan-Americana da Saúde^(11, 12).

Essa classificação foi incluída na segunda edição do Guia Alimentar para a População Brasileira, publicada em 2014 pelo Ministério da Saúde e como parte desse instrumento de apoio às ações de educação alimentar e nutricional, passou a nortear algumas das recomendações para a escolha dos alimentos pelos indivíduos⁽¹³⁾.

Para que logrem êxito em seus objetivos, instrumentos de educação nutricional devem ser de fácil compreensão⁽¹⁴⁾, práticos, realistas e devem permitir o máximo de flexibilidade para a escolha dos alimentos⁽¹⁵⁾. É importante, portanto, que se conheça quão compreensíveis são esses instrumentos e suas recomendações. Nesse caso, portanto, é importante que se conheça quão compreensíveis são para os indivíduos as definições e identificações de alimentos in natura ou minimamente processados, ingredientes culinários processados, alimentos processados e alimentos ultraprocessados, já que estas constam no Guia Alimentar para a População Brasileira.

No Uruguai, Ares et al.⁽¹⁶⁾ investigou a compreensão das pessoas acerca de alimentos ultraprocessados, mas não dos outros grupos da NOVA. No Brasil, a despeito do crescente uso dessa classificação^(5, 7, 17-19) não há estudos que se propuseram a investigar a compreensão de pessoas acerca dessa classificação, o que justifica a realização desse estudo.

Para a realização de ações de promoção de saúde baseadas em instrumentos de educação alimentar e nutricional faz-se necessário conhecer as maneiras de pensar da comunidade-alvo dessas ações⁽²⁰⁾. Nesse sentido, pesquisas qualitativas, que têm por objetivo reunir uma compreensão profunda acerca do comportamento humano e as razões que regem esse tipo de comportamento⁽²¹⁾, constituem-se em uma adequada opção metodológica para estudar as maneiras de pensar das pessoas.

Quadro 1. A classificação NOVA de alimentos*.**Grupo de alimentos in natura ou minimamente processados**

Os alimentos in natura são aqueles que são obtidos diretamente de plantas ou animais (como vegetais, frutas, ovos e leite) e consumidos sem qualquer alteração após remoção da natureza. Enquanto os alimentos minimamente processados são alimentos in natura que foram submetidos à limpeza, remoção de partes não usuais ou indesejáveis, fracionamento, moagem, secagem, fermentação, pasteurização, resfriamento, congelamento ou outros processos que não adicionam substâncias como óleo, gorduras, sal e açúcar, aos alimentos originais. O objetivo do processamento mínimo é preservar alimentos, facilitar seu armazenamento e, ocasionalmente, simplificar a preparação de alimentos (limpeza e remoção de partes não comestíveis), ajudar a sua digestão, ou torná-los mais saborosos (moagem ou fermentação). Os exemplos incluem grãos que são secos, polidos ou moídos em grãos ou farinha; massa feita de farinha e água; raízes, tubérculos e vegetais que são lavados; frutas secas, legumes e frutas congelados; cortes de carne que são refrigerados ou congelados; leite pasteurizado ou em pó. Embora pouco frequentes, alimentos desse grupo podem conter aditivos que preservam as propriedades originais do alimento, como antioxidantes usados em frutas desidratadas ou legumes cozidos e embalados a vácuo, e estabilizantes usados em leite ultrapasteurizado.

Grupo de ingredientes culinários processados

São substâncias extraídas de alimentos in natura ou da própria natureza por processos como prensagem, moagem, esmagamento, pulverização e refino. O objetivo do processamento aqui é produzir ingredientes usados em casas e restaurantes para temperar e cozinhar alimentos in natura ou minimamente processados e fazer pratos variados. São exemplos: sal; açúcar, melado e rapadura; óleos e gorduras (como óleo de soja ou de oliva, manteiga, creme de leite e banha; amidos. Vinagres também são ingredientes culinários, neste caso pela semelhança de uso com outras substâncias pertencentes ao grupo. Mesmo quando esses alimentos são adicionados de aditivos para preservar suas propriedades originais, como antioxidantes usados em óleos vegetais e antieméticos usados no sal de cozinha, ou de aditivos que evitam a proliferação de micro-organismos, como conservantes usados no vinagre, permanecem classificados nesse grupo.

Grupo de alimentos processados

São produtos alimentares relativamente simples fabricados essencialmente pela adição a alimentos in natura ou minimamente processados de sal ou açúcar ou outra substância de uso culinário comum, como óleo ou vinagre. O objetivo do processamento aqui é prolongar a duração dos alimentos e aumentar sua palatabilidade. Exemplos incluem legumes e frutas em conserva; frutas em calda; carnes e outros alimentos salgados, defumados e curados; queijos; e pães feitos de farinha de trigo, fermento, água e sal. Esses alimentos quando adicionados de aditivos para preservar suas propriedades originais, como antioxidantes usados em geleias, ou para evitar a proliferação de micro-organismos, como conservantes usados em carnes desidratadas, permanecem classificados nesse grupo.

Grupo de alimentos ultraprocessados

São formulações feitas principalmente ou unicamente de ingredientes industriais. A sua fabricação envolve várias etapas e muitas técnicas de processamento e ingredientes, muito utilizadas exclusivamente pela indústria. O objetivo do processamento aqui é criar produtos duráveis, acessíveis, convenientes e altamente palatáveis prontos para beber, prontos para comer ou prontos para aquecer. São exemplos: refrigerantes e pós para refrescos; ‘salgadinhos de pacote’; sorvetes, chocolates, balas e guloseimas em geral; pães de forma, biscoitos, bolos e misturas para bolo; ‘cereais matinais’ e ‘barras de cereal’; achocolatados e bebidas com sabor de frutas; caldos liofilizados com sabores variados; maioneses e outros molhos prontos; e vários produtos congelados prontos para aquecer incluindo tortas, pratos de massa e pizzas pré-preparadas; extratos de carne de frango ou de peixe empanados do tipo nuggets, salsicha, hambúrguer e outros produtos de carne reconstituída, e sopas, macarrão e sobremesas ‘instantâneos’. Classes de aditivos apenas encontrados em alimentos ultraprocessados incluem corantes, estabilizantes de cor, aromas, intensificadores de aromas, saborizantes, realçadores de sabor, edulcorantes artificiais, agentes de carbonatação, agentes de firmeza, agentes de massa, antiaglomerantes, espumantes, antiespumantes, glaceantes, emulsificantes, sequestrantes e umectantes.

*adaptado do Guia Alimentar para a População Brasileira do Ministério da Saúde (2014) e PAHO (2015).

Considerando o exposto, esse estudo objetivou investigar e descrever: 1) as compreensões de adultos brasileiros acerca da classificação NOVA, identificando as relações entre essas compreensões e a teoria relacionada a essa classificação e 2) as facilidades, dificuldades e dúvidas desses indivíduos em relação a essa classificação. Para o nosso conhecimento esse é o primeiro

estudo realizado com tais objetivos, o qual poderá contribuir para um diálogo eficiente entre o que pensam as pessoas acerca da classificação NOVA e o que essa quer comunicar.

Materiais e métodos

Desenho e local do estudo

Este estudo transversal e de natureza qualitativa é um dos objetivos da tese de doutorado da primeira autora desse artigo intitulada “O ato de comer, a comensalidade e a classificação NOVA de alimentos nas recomendações do Guia Alimentar para a População Brasileira: contribuições da pesquisa qualitativa”. O estudo foi conduzido na Universidade Federal da Grande Dourados (UFGD) localizada na cidade de Dourados, no Estado de Mato Grosso do Sul, Brasil. A escolha do local deu-se pela proximidade e interação da primeira autora com a instituição em questão.

Seleção dos participantes

Seguindo as recomendações de Bauer e Gaskell⁽²²⁾ selecionamos grupos naturais, que no caso desse estudo foram formados por professores, técnicos administrativos e estudantes da UFGD. Em grupos naturais as pessoas interagem conjuntamente, leem os mesmos veículos de comunicação, têm interesses e valores mais ou menos semelhantes⁽²²⁾.

Nesse estudo foram incluídos adultos (18-60 anos), brasileiros, e que possuíam vínculo institucional com a UFGD, e excluídos estudantes com alguma formação anterior em nível superior e indivíduos pertencentes a grupos vulneráveis (como indígenas e remanescentes de quilombolas, frequentes na UFGD).

Um convite para participar do estudo foi enviado a uma lista de 3142 endereços eletrônicos válidos de professores, técnicos administrativos e estudantes, registrados no banco de e-mails da UFGD. Aguardamos as respostas por um período máximo de dez dias, contados a partir da data do envio desse e-mail. Após esse período, contabilizamos sessenta respostas de pessoas interessadas

em participar do estudo e elegíveis para o mesmo. A fim de se obter amostra equitativa de indivíduos dos grupos de professores, técnicos administrativos e de estudantes, de ambos os sexos, contactamos também por e-mail as três primeiras mulheres e os três primeiros homens de cada grupo, os quais compuseram a amostra inicial do estudo (n=18). A primeira autora desse trabalho agendou com cada participante um dia e local indicados por eles (nas dependências da UFGD) para participarem do estudo e lhes foram resguardadas condições adequadas de conforto e privacidade.

Como determinamos o tamanho da amostra usando o conceito de saturação teórica, ou seja, o ponto em que novas informações não são obtidas por meio do processo de coleta de dados utilizado⁽²³⁾, a primeira autora realizou uma breve codificação de temas emergentes para avaliar a saturação⁽²⁴⁾. À medida que a codificação progredia, novos temas ainda foram encontrados, indicando que a saturação não havia sido atingida; assim, a mesma continuou a etapa de seleção com mais uma pessoa (elegível para o estudo) de cada sexo e de cada grupo. A codificação adicional foi realizada após a adição desses novos participantes e então nenhuma nova informação relevante, que contribuiu para os temas do estudo, emergiu. Com base nessa análise, concluímos que os critérios de saturação foram atingidos considerando o total de participantes, ou seja 24 (12 mulheres e 12 homens), sendo oito de cada grupo.

Coleta de dados

A coleta de dados foi realizada no período de janeiro a dezembro de 2016. Para alcançarmos os objetivos desse estudo, a primeira autora (denominada aqui como pesquisadora) foi treinada para a coleta de dados e realizou com os participantes selecionados uma atividade de classificação de alimentos guiada por uma entrevista semiestruturada.

Para a atividade de classificação um conjunto de vinte e quatro cartões (cada um medindo 4,5cm de largura e 4,0cm de altura) contendo figuras de alimentos e bebidas foi desenvolvido pelos pesquisadores responsáveis pelo estudo e apreciado por dois juízes, ambos nutricionistas e pesquisadores experientes em pesquisa qualitativa. Esse instrumento assemelhou-se ao criado por

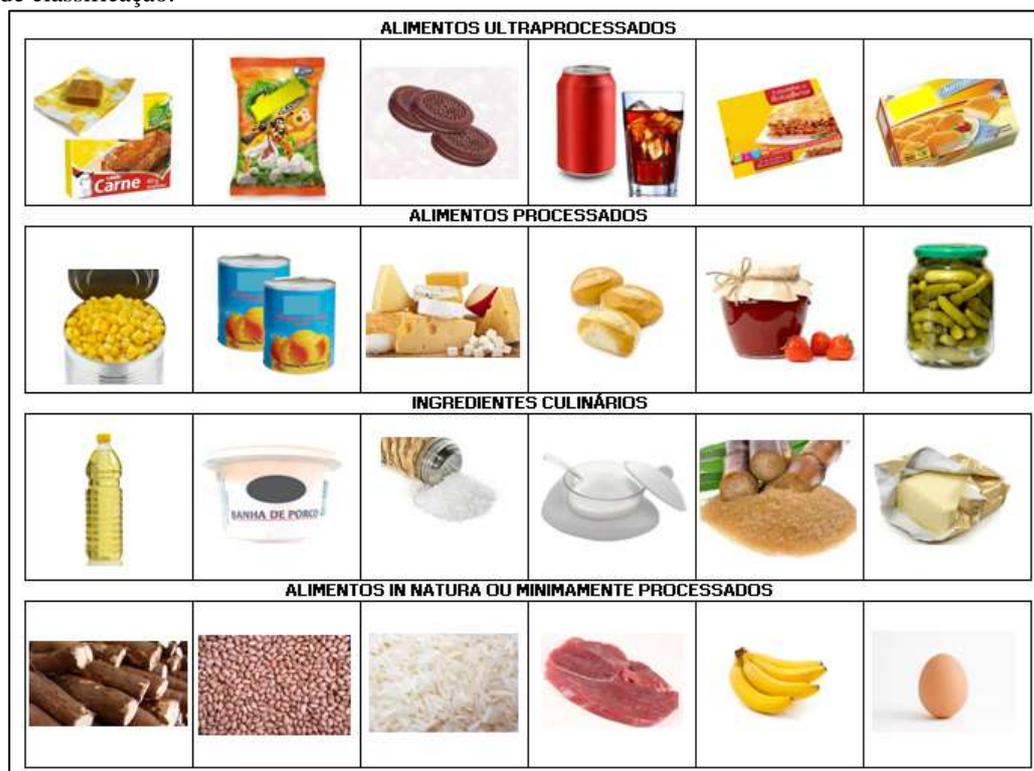
Dressler⁽²⁵⁾ no Brasil e ao de Lynch e Holmes⁽²⁶⁾ nos Estados Unidos. A Figura 1 apresenta o conjunto de cartões de alimentos e bebidas utilizado para a atividade de classificação. Estes foram selecionados por serem exemplos dos quatro grupos da classificação NOVA e serem comumente consumidos pelas pessoas^(4, 27) e disponíveis na maioria dos supermercados encontrados na região do estudo.

Primeiro, os participantes foram apresentados ao conjunto de 24 cartões (em ordem aleatória e sem identificação dos grupos da classificação NOVA) e foram perguntados se havia algum item que não lhes era familiar. Todos os itens foram familiares a todos os participantes. Após, a pesquisadora entregou aos participantes os nomes dos quatro grupos da classificação NOVA impressos cada um em uma tira de papel e solicitou que classificassem os itens de acordo com os nomes dos grupos apresentados.

Utilizando a técnica de entrevista semiestruturada, assim que o participante concluía a atividade de classificação, a pesquisadora lhe solicitava que explicasse os motivos pelos quais classificou cada alimento em cada grupo usando suas próprias palavras e descrevesse as características dos mesmos, assim como no estudo de Blake⁽²⁸⁾ e Banna et al.⁽²⁹⁾ As falas dos participantes foram estimuladas pela pesquisadora por meio dos comentários “Por que esses alimentos estão nesse grupo?” e “O que são alimentos in natura ou minimamente processados” (e depois o nome dos outros grupos)”. Em média, a atividade de classificação foi concluída pelos participantes em 20 minutos, incluindo a entrevista semiestruturada.

Durante toda a atividade, um gravador de áudio foi mantido ligado para registrar, além das falas dos participantes, seus “pensamentos altos” ocorridos durante a atividade. A classificação feita por cada participante foi registrada em uma fotografia. As entrevistas áudio-gravadas foram transcritas pela pesquisadora tão logo foram finalizadas, como sugerido por Pretti e Urbano⁽³⁰⁾. Esse material constituiu o corpus da análise.

Figura 1. Conjunto de 24 cartões contendo figuras de alimentos e bebidas utilizado na atividade de classificação.



Análise dos dados

Os dados foram analisados em duas etapas. Na primeira etapa, para investigarmos e descrevermos as compreensões dos participantes do estudo acerca da classificação NOVA realizamos análise de conteúdo exploratória das transcrições. Segundo Bernard e Ryan⁽²⁴⁾, essa análise emprega uma abordagem indutiva e permite identificar temas emergentes provenientes dos dados.

Para essa análise, a primeira autora leu várias vezes as transcrições buscando por temas que descrevessem a compreensão dos participantes acerca dos quatro grupos da classificação NOVA. Em seguida, destacou citações que pareciam importantes e as agrupou em temas utilizando a técnica de *cutting and sorting* com auxílio do *Microsoft Office Excel*® (Microsoft Corporation, USA). Bernard e Ryan⁽²⁴⁾ descrevem essa técnica como sendo um processo que envolve identificar falas ou expressões que se destacam e organizá-las em pilhas com características semelhantes. Inicialmente, a primeira autora identificou temas bastante específicos, os quais foram discutidos e refinados com

os outros dois pesquisadores até chegarem a um consenso. Isso foi feito para reunir os temas específicos em temas mais abrangentes, porém com características semelhantes, e assegurar a validade da análise.

Um *codebook* foi desenvolvido conforme sugerido por Bernard e Ryan⁽²⁴⁾ e MacQueen et al.⁽³¹⁾ e incluiu, para cada tema, uma definição curta e uma detalhada, critérios de inclusão e exclusão, exemplos típicos e atípicos, e um exemplo categorizado como "*close, but no*" (quase parece um exemplo do tema, mas não é). A primeira autora realizou a codificação das transcrições a partir dos critérios descritos no *codebook* utilizando o processador de texto *Microsoft Office Word*® (Microsoft Corporation, USA) e, por fim, realizou as etapas de tratamento dos resultados, e de inferência e interpretação descrevendo os temas a partir das tendências central (o que há de mais comum e típico do tema) e periférica (o que há de menos comum)⁽²⁴⁾.

Apresentamos os dados em forma de paráfrases e citações literais como sugerido por Bernard e Ryan⁽²⁴⁾. As citações literais são apresentadas entre aspas, seguidas pelas letras P (professor), T (técnico administrativo) e E (estudante), respectivamente, seguidas dos números 1 a 8, considerando o anonimato dos participantes. Expressões curtas ou termos utilizados pelos participantes são apresentados somente entre aspas. Cabe mencionarmos que as falas dos participantes foram transcritas de forma literal e, inclusive, marcas de alguns alimentos e bebidas mencionadas pelos participantes foram mantidas nas transcrições, apesar de as termos ocultado das figuras utilizadas.

Para identificarmos as relações entre as compreensões dos participantes do estudo acerca da classificação NOVA e a teoria relacionada a essa classificação, utilizamos a publicação de Monteiro et al.⁽³⁾ como referencial teórico. Dessa forma foi possível interpretar os dados obtidos e inferir conclusões para o alcance do primeiro objetivo desse estudo.

Em uma segunda etapa, para identificarmos e descrevermos as facilidades, dificuldades e dúvidas dos participantes em relação à classificação NOVA realizamos análise de conteúdo somativa das transcrições. Segundo Hsieh e Shannon⁽³²⁾ essa análise tem o propósito de entender os

contextos de uso e os significados subjacentes de palavras. A identificação e a quantificação de certas palavras no texto, passos iniciais dessa análise, são usados para identificar o padrão dos dados e contextualizar os códigos encontrados⁽³²⁾. Dessa forma, iniciamos essa análise com a identificação nas transcrições das palavras fácil, fáceis, facilidade, difícil, difíceis, dificuldade, dúvida e dúvidas; identificamos seus contextos de uso excluindo os trechos nos quais essas palavras foram usadas fora do contexto de interesse; realizamos a contagem dessas palavras com a ajuda do processador de texto *Microsoft Office Word*® (Microsoft Corporation, USA) verificando em que contextos mais apareciam. Essas palavras foram escolhidas tendo em vista esse segundo objetivo do estudo.

Como técnica de análise auxiliar para identificarmos as facilidades e dificuldades dos participantes em relação aos grupos da classificação NOVA, realizamos análise de escalonamento multidimensional (EMD) não métrico dos alimentos classificados na atividade de classificação feita pelos participantes do estudo.

O EMD gera um mapa de itens representados por pontos e objetiva transformar as classificações de itens de cada participante em distâncias representadas em espaço multidimensional a partir da similaridade de classificações⁽³³⁾. Nesse estudo as variáveis foram os alimentos apresentados na Figura 1; utilizou-se a distância euclidiana como medida de dissimilaridade entre duas observações. Essa análise foi realizada com auxílio do software *Anthropac*® (Analytic Technologies, Lexington, KY).

A partir dessas duas análises foi possível interpretar os dados obtidos e inferir conclusões para o alcance do segundo objetivo desse estudo.

O Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade de São Paulo aprovou esse estudo sob número de parecer 1.127.723/2015; a UFGD aprovou a realização desse estudo em suas dependências; todos os participantes assinaram um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido antes de sua participação.

Resultados

A média de idade dos participantes do estudo foi de 30 anos, com desvio padrão de 9,4 anos; seis professores e cinco técnicos administrativos eram casados e todos os estudantes eram solteiros. Dos 24 participantes somente três eram naturais de Dourados; os outros 21 nasceram em outras cidades das Regiões Centro-Oeste (n = 11), Sudeste (n = 6), Sul (n = 3) e Nordeste (n = 1) do Brasil. Dentre esses 21, cinco moravam em Dourados há um ano; dez, de um ano e um mês a cinco anos; cinco, de cinco anos e um mês a dez anos; e quatro há mais de dez anos.

Quando solicitados para descreverem os grupos de alimentos da classificação NOVA, os participantes falaram sobre a extensão do processamento, as diferenças nas formas como os alimentos são produzidos e o uso de produtos e processos químicos e aditivos (Tabela 1).

De forma particular, o grupo de ingredientes culinários, além de ter sido compreendido em termos de processamento, também foi compreendido – porém, por uma minoria de participantes – em termos de uso e consumo, como observamos em “usados para fazer”, “para fazer outros produtos”, “usados na rotina”, “devem ser consumidos em conjunto com outros alimentos e não sozinhos”.

O tema **processamento** focou mais no tipo do processamento, mas abrangeu também a quantidade e a extensão do processamento (também chamado processo, por alguns participantes) pelos quais os alimentos passam até chegarem na forma como são disponibilizados para consumo. O tipo do processamento foi descrito para os grupos dos alimentos in natura ou minimamente processados e para o grupo dos alimentos processados, mas não para o grupo dos alimentos ultraprocessados. No caso do grupo dos alimentos in natura ou minimamente processados, vários tipos de processamentos foram mencionados para os alimentos minimamente processados; no caso dos alimentos in natura, estes foram descritos como alimentos que “não exigem processamento”; o que pode ser considerado uma quantidade nula, em termos de quantidade de processamento.

Ao contrário do que identificamos em termos de quantidade de processamento para o grupo de alimentos in natura ou minimamente processados, identificamos que tanto o grupo de alimentos processados como o grupo de alimentos ultraprocessados foram descritos como aqueles que passam por “muitos processos” ou são “muito processados”.

O tema **produção** focou mais no local onde são produzidos os alimentos, mas também abrangeu a sua forma de produção. A natureza e o solo foram identificados como os locais de produção do grupo dos alimentos in natura ou minimamente processados, e a indústria como o local onde são produzidos os alimentos processados e os alimentos ultraprocessados.

A colheita, o preparo, o cultivo foram identificados como a forma de produção do grupo dos alimentos in natura ou minimamente processados; os alimentos processados foram descritos como feitos e não transformados; e os alimentos ultraprocessados foram descritos em termos de produção como transformados, inclusive por processos desconhecidos por parte de alguns participantes.

O tema **químicos** apresentou como foco central os “aditivos químicos” e “produtos químicos” mencionados na descrição dos grupos de alimentos processados e alimentos ultraprocessados, os quais foram exemplificados ou não por classes de aditivos alimentares (“corantes”, “conservantes”) ou nomes de aditivos (“glutamato”) usados na fabricação de alimentos. O tema também abrangeu a “composição química”, mencionada nesse termo ou no termo “química”, os quais foram utilizados na descrição do grupo dos alimentos ultraprocessados, tanto como sinônimo de aditivos como de ingredientes artificiais; a propósito, o termo artificial foi mencionado apenas na descrição desse grupo.

A quantidade de aditivos químicos também foi identificada nesse tema. No caso dos alimentos processados, apesar de alguns participantes descreverem esse grupo como tendo uma grande quantidade de aditivos, a maioria o descreveu como tendo menos. Já no caso do grupo dos alimentos ultraprocessados, esse foi descrito como tendo mais aditivos. Esse tema também abrangeu o processo de produção mencionado como “processo químico” e esse foi um aspecto periférico do tema. Em relação a esse tema, o grupo dos alimentos in natura ou minimamente processados foi

descrito como aquele que não passa por processo químico e não tem a sua composição química alterada.

No caso específico do grupo de alimentos ultraprocessados, ainda identificamos que esse foi compreendido em termos de ausência de valor nutritivo; de prejuízos que trazem à saúde; de uso ingredientes artificiais que mimetizam ingredientes naturais; de potencial viciante; de praticidade; de conveniência; e de grande vida de prateleira. Observamos isso, respectivamente nos trechos: “O cheetos®, por exemplo, é difícil você achar alguma coisa alimentícia ali dentro dele”(T4); “Ultraprocessados seria algo que te prejudica”(E2); “O refrigerante ele tem a coloração dele para induzir, por exemplo, o Guaraná®, o refrigerante de laranja é para induzir a nossa a memória, a nossa lembrança, o cérebro achar que aquilo é feito do próprio produto in natura, que no caso não é”(P8); “E por mais que a pessoa tome consciência de que não é algo saudável, meio que cria uma dependência desse tipo de produto”(E4); “E os ultraprocessados é refeição rápida: não tenho tempo para nada, preciso comer alguma coisa. Sempre serviu para isso. Não me planejei, não tenho tempo, vou comer uma lasanha e tomar um copo de Coca®”(P6); “Os ultraprocessados são os mais rápidos, aqueles que comem sozinho, come em pé, correndo na rua”(P7); “Demoram um pouco mais pra estragar”(E6).

Em relação às facilidades, dificuldades e dúvidas, identificamos que a palavra “dúvida” foi a mais frequente (Tabela 2). A leitura dos trechos nos quais identificamos essa palavra nos permitiu identificar a frequente presença da expressão “não sei” significando dúvidas e, por isso, acabamos por incluí-la na somatória da palavra “dúvida” quando acompanhado ou não dessa no trecho.

Identificamos que as palavras “fácil” e “fáceis” foram usadas pelos participantes para expressarem suas facilidades em relação ao grupo de alimentos in natura ou minimamente processados e ao grupo de alimentos ultraprocessados. Já as palavras “difícil” e “dificuldade” foram usadas para expressarem as dificuldades em relação à classificação NOVA de alimentos de uma forma geral, e em relação ao grupo de ingredientes culinários especificamente (Tabela 2).

As palavras “dúvida” e “dúvidas” foram usadas para expressarem as dúvidas dos participantes, as quais identificamos estarem relacionadas a alimentos, aos grupos de alimentos e a processos pelos quais passam alimentos (Tabela 2).

Em sua maioria as dúvidas dos participantes estiveram relacionadas a alimentos. Ao identificarmos e contarmos esses alimentos, notamos que a maior parte dessas dúvidas foi em relação a alimentos do grupo dos ingredientes culinários, a exemplo da manteiga e do açúcar branco, e do grupo dos processados, a exemplo do queijo e da geleia (Tabela 3). Dentre as dúvidas relacionadas aos grupos de alimentos (12 trechos), identificamos que sua maioria (8 trechos) esteve relacionada ao grupo de ingredientes culinários (Tabela 2).

A Figura 2 apresenta a análise de escalonamento multidimensional. O valor de stress dessa análise (0,089), segundo Kruskal (1964) citado por Fávero et al.⁽³⁴⁾ indica uma excelente adequação do ajuste do EMD. Quanto maior o valor de Stress, pior o ajuste, já que seu valor mínimo será zero quando não existirem diferenças entre as distâncias das observações⁽³⁴⁾. Essa figura nos permite, de forma auxiliar, observarmos as facilidades, dificuldades e dúvidas dos participantes do estudo em relação à classificação NOVA. A proximidade entre determinados itens alimentares indica a similaridade entre eles e, portanto, podemos afirmar que os itens que estão mais perto entre si foram compreendidos por mais participantes como pertencentes ao mesmo grupo. De forma bastante clara observamos de um lado do mapa perceptual (à esquerda) a maior proximidade entre refrigerante, salgadinho de pacote, empanado de frango congelado, bolacha recheada e lasanha pronta congelada e de outro lado (à direita) a maior proximidade entre carne, banana, ovo, arroz, feijão e mandioca.

Tabela 1. Compreensões (termos e expressões) de adultos brasileiros (n= 24) acerca da classificação NOVA de alimentos.

Temas (número de trechos codificados)	Grupos			
	In natura ou minimamente processados	Ingredientes culinários	Alimentos processados	Alimentos ultraprocessados
Processamento (33)				
Tipo	“ensacar”, “separar”, “misturar”, “bater”, “embalada”, “cortada”, “envasada”, “pasteurizada”, “tirar da vagem”, “separados”, “descascado”, “lavado” “limpo”;	-	“cozimento”, “processamento menos refinado”, “conservação” e “hidratados”;	-
Quantidade	“sem muito processamento” “não exige processamento”	“muito processado”, “bastante processada”	“muito processado”; “existem menos etapas até chegar ao produto final”; “que tem um processamento”	“passaram por muitos processos”
Extensão	“não é um processo tão grande”; “intervenção mínima”; “não vai tirar a natureza dele, o natural dele”	-	“bem processado” “índice de processamento bastante grande”	“bem processado”, “processo gigantesco”; “que existe um processo maior para obtenção desses produtos”
Produção (20)				
Local	“que venha da natureza”; “é da natureza”; “sai direto do solo”	-	“industrializado, ele faz parte de uma indústria, uma pequena indústria”, “tem que fazer toda uma questão de industrialização”, “precisa de ter um processo industrial, mas que não chegue a ser o máximo com adição de várias coisas”, “não tem como você fazer em casa”; “não vão diretamente para uma indústria”	“não tem como você produzir isso na sua casa”, “processo industrial pesado” e “produtos industrializados, super industrializados”; “vão para a indústria”
Forma	“são colhidos ou preparados”; “cultivado em plantação de terra”; “eu colho”	-	“é feito”; “não são transformados”	“são transformados”; “para o cérebro achar que aquilo é feito do próprio produto in natura, que no caso não é”; “eu não faço ideia como é o processo” (Continua)

Tabela 1. Compreensões (termos e expressões) de adultos brasileiros (n= 24) acerca da classificação NOVA de alimentos.

(Continuação)

Químicos (16)	“não passaram por nenhum processo químico ou se passaram foi alguma coisa extremamente mínima que não alterou de forma significativa o valor nutricional do alimento ou a composição química dele”	-	“tem muito aditivo ali”; “com presença grande de aditivos químicos”; “um processo químico digamos mais natural”; “passa por um processo químico”; “existem menos conservantes, é o produto mais inteiro”; “com menos processos químicos e menos misturas”; “são hidratados com vários produtos químicos”	“tem é esqueci o nome da química lá”; “corante e tal”; “tem mais composição química dentro deles”; “tem a coloração dele para induzir o nosso cérebro”; “mais conservantes”; “tem ingredientes que você não encontra natural”; “tem muito sal e muito conservante”; “são bem artificiais”
---------------	--	---	--	---

Tabela 2. Facilidades, dificuldades e dúvidas de adultos brasileiros (n = 24) em relação à classificação NOVA de alimentos.

Palavras (número de trecho quantificado)	Exemplo de citação
Facilidades (3) ^a	<p>“Produtos in natura ou minimamente processados foi um dos mais fáceis também. Eu classifiquei nesse grupo o arroz, a banana, o ovo, a mandioca, o feijão, a carne e a geleia” (E4)</p> <p>“Algumas das figuras são mais fáceis de classificar. Foram, digamos as primeiras, os ultraprocessados. É muito mais nítido você perceber esses alimentos como ultraprocessados: a bolacha, a lasanha industrializada, o refrigerante, salgadinho, o caldo de carne, o empanado de frango.” (E4)</p> <p>“É...tá, e in natura é o mais fácil, né? In natura ou minimamente processados ficaria a banana, mandioca, carnes, cereais, arroz e feijão e os ovos.” (P7)</p>
Dificuldades (2) ^b	<p>“Ó, eu que tenho um pouquinho de noção estou tendo dificuldade para montar isso aqui.” (T5)</p> <p>“E ingrediente culinários, não pode dar nenhuma explicação sobre, sobre ah, pera ai, deixa eu pensar o que seria ingredientes culinários, ah, vamo botar aqui, esse tá mais difícil.” (T4)</p>
Dúvidas (42) ^c	
Alimentos (27)	<p>“É que, por exemplo, o queijo, é digamos, a forma de produzi-lo é um pouco mais artesanal ainda, como vou dizer? É mais produzido em sítio, digamos assim, então ele meio que em parte fica em produtos processados ou minimamente processados, porque me confunde o fato de ser artesanal, digamos assim a forma de produzir o queijo.” (E4)</p> <p>“Esse aqui, a geleia, me parece como se fosse um doce caseiro ou alguma coisa do tipo, eu tenho dúvida se ele seria minimamente ou se ele é processado.” (T7)</p> <p>“Essa aqui é um dúvida muito grande, o mascavo... eu não sei se ele é in natura, ele deve ser processado.” (T5)</p>
Grupos (12)	<p>“E ingredientes culinários eu também fiquei em dúvida porque, digamos, eu nunca prestei muita atenção nisso então eu não consegui definir talvez um significado para culinários.” (E4)</p> <p>“Processado e ultraprocessado, tá aí um termo ótimo para criar uma dúvida na pessoa.” (T5)</p>
Processos (3)	<p>“Eu tenho dúvida em relação a esses três, o pêssego, o picles e a geleia. Porque eu não sei como é o processo deles...” (E4)</p> <p>“O picles, eu não sei qual é o processo quando ele vai ficar em conserva, o que eles fazem.” (T5)</p>

^a Inclui as palavras fácil, fáceis e facilidade.

^b Inclui as palavras difícil, difíceis e dificuldade.

^c Inclui as palavras dúvida e dúvidas e a expressão “não sei”.

Interpretando esses resultados juntamente com os dados da análise de conteúdo somativa identificamos que os alimentos posicionados à esquerda foram classificados como alimentos do grupo ultraprocessados e à direita como alimentos do grupo in natura ou minimamente processados, grupos esses que estiveram menos relacionados às dúvidas dos participantes. Mais ao centro do mapa observamos itens menos próximos uns dos outros que

correspondem aos alimentos mais identificados nas dúvidas dos participantes em relação à classificação NOVA.

Tabela 3. Alimentos, por grupos, e frequência com que foram identificados (entre parênteses) nas dúvidas de adultos brasileiros (n = 24) em relação à classificação NOVA de alimentos.

Grupo de alimentos in natura ou minimamente processados	Grupo de ingredientes culinários	Grupo de alimentos processados	Grupo de alimentos ultraprocessados
Alimento	Alimento	Alimento	Alimento
Carne (1)	Óleo vegetal (1)	Milho em lata (2)	Salgadinho de pacote (1)
Ovo (1)	Banha de porco (1)	Pêssego em calda (2)	Bolacha recheada (1)
	Sal (1)	Queijo (4)	Empanado de frango congelado (1)
	Açúcar branco (2)	Geleia (4)	
	Açúcar mascavo (1)	Picles (1)	
	Manteiga (3)		

Figura 2. Análise de escalonamento multidimensional dos alimentos classificados pelos participantes do estudo (n = 24), Dourados, Brasil.



Nota: Indicamos na vertical nomes de itens nos quais os pontos estão sobrepostos.

Discussão

Apesar das dúvidas dos participantes, principalmente em relação aos alimentos dos grupos de ingredientes culinários e de alimentos processados, observamos que as

compreensões dos participantes acerca da classificação NOVA perpassaram pela teoria e identificamos relações de semelhança entre uma e outra.

A relação de semelhança entre as compreensões dos participantes acerca do grupo dos alimentos in natura ou minimamente e a teoria relacionada à classificação NOVA fica evidente, por exemplo, pelo fato dos participantes terem mencionado tipos de processamentos específicos desse grupo que são tipicamente usados pela indústria com a finalidade de manter preservadas as características originais dos alimentos ao serem retirados da natureza (Ver Quadro 1).

Os alimentos in natura também têm sido chamado de alimentos naturais⁽³⁾. Apesar de uma ausência de estudos que investigaram as compreensões ou percepções das pessoas acerca do grupo de alimentos in natura, adentramos à discussão em torno do natural.

Segundo Lifschitz⁽³⁵⁾ para tribos alimentares (microgrupos de naturalistas, macrobióticos, vegetarianos) o natural é definido pela origem dos produtos; os alimentos reconhecidos como naturais remetem-se à própria natureza, nascem na terra. Aparici et al.⁽³⁶⁾ em estudo realizado na Espanha, nos mostra que a naturalidade de um alimento se vincula, a princípio, ao fato desse não ter sido transformado ou manipulado industrialmente em alguma de suas diferentes fases de produção, distribuição, conservação e/ou preparação culinária; por sua vez, a categoria natural se relaciona com outras categorias como o rural frente ao urbano, o tradicional frente ao moderno, o perto frente ao longe, o local frente ao global. Furst et al.⁽³⁷⁾ nos mostra que alimentos frescos, como sinônimos de naturais, apresentam-se contrastados por alimentos processados na compreensão dos participantes de estudo realizado nos Estados Unidos. Nas compreensões dos participantes de nosso estudo acerca dos alimentos in natura encontramos elementos que também apontam nessas direções; e apresentam relação de semelhança com a teoria. Esse consenso, de certa forma, em relação ao natural, pode ter

resultado nas facilidades dos participantes de nosso estudo em relação ao grupo de alimentos in natura ou minimamente processados.

Em relação ao termo minimamente processado, estudo realizado por Cardello et al.⁽³⁸⁾ nos Estados Unidos sobre percepções de consumidores de alimentos processados constatou que a frase ‘minimamente processada’ presente, por exemplo, em embalagens de alimentos, tem utilidade negativa para esses indivíduos. Os autores desse estudo hipotetizam que os consumidores, ao invés de perceberem o processamento mínimo como um benefício, percebem que o produto pode não ter sido suficientemente processado e, portanto, pode representar algum risco microbiológico ou outro risco de segurança. Em nosso estudo as compreensões dos participantes acerca de alimentos minimamente processados não foram nesse sentido; mas sim no sentido de que esses sofrem uma intervenção mínima que não altera o seu valor nutricional ou a sua composição; o que também apresenta relação de semelhança com a teoria.

O grupo de ingredientes culinários foi compreendido por uma minoria de participantes em termos de uso e consumo, e os trechos identificados nos permitem afirmar que essa compreensão apresenta relação de semelhança com a teoria.

As dúvidas dos participantes em relação aos alimentos dos grupos de ingredientes culinários e de alimentos processados foram, por um lado, no sentido de que esses consideravam que ingredientes culinários também são processados. De fato, alimentos classificados como ingredientes culinários são obtidos por processamentos como prensagem, moagem, pulverização, secagem, refino⁽¹⁾. Isso pode ter ocorrido pois usamos o termo “ingredientes culinários” e não o termo “ingredientes culinários processados”. Em um esforço de tradução do grupo de ingredientes culinários, o Guia Alimentar para a População Brasileira o apresenta sob o nome “óleos, gorduras, sal e açúcar”.

Por outro lado, seguindo uma lógica de que alimentos de um dado grupo sofrem mais ou menos processamento em relação a alimentos de outro grupo, o açúcar mascavo, por exemplo, foi classificado em alguns casos como alimento in natura ou minimamente processado e o açúcar branco como alimento processado; e ainda observamos nessa mesma tendência, que esses mesmos alimentos foram classificados em outros casos, respectivamente, como alimento processado e alimento ultraprocessado. A lógica da classificação NOVA, na qual esses alimentos, bem como óleos, gorduras, sal, banha de porco, manteiga, mel, entre outros, são classificados como ingredientes culinários, é baseada nos processos envolvidos na extração dessas substâncias e no propósito do processamento que, nesse caso, é a criação de produtos que são usados nas cozinhas das casas ou dos restaurantes para temperar e cozinhar alimentos in natura ou minimamente processados; e no uso dessas substâncias, já que apenas raramente são consumidas puras⁽³⁾. Pela nossa análise, as compreensões da maioria dos participantes não perpassaram por essas questões consideradas pela teoria.

O ovo e o caldo de carne em tablete também foram classificados como ingredientes culinários. No caso do ovo, supomos que ele foi considerado um ingrediente líquido de uma receita culinária, tal qual, segundo a técnica dietética⁽³⁹⁾ também podem ser o leite, o óleo, a água ou outros líquidos; mas essa não é a lógica de classificação de alimentos da NOVA. Estudo realizado com profissionais e estudantes de nutrição brasileiros, que classificaram uma lista de 30 alimentos com base na classificação NOVA, encontrou que 13% dos participantes classificaram o ovo como ingrediente culinário⁽⁴⁰⁾. O caldo de carne em tablete foi considerado um alimento usado em preparações culinárias, mas nesse caso os participantes não consideraram seu **processamento** e nem a sua composição em **químicos** que, no mínimo, leva realçador de sabor^(41, 42), uma classe de aditivo alimentar apenas encontrada em alimentos ultraprocessados⁽³⁾; e portanto justificam sua classificação como tal e não como ingrediente

culinário. Essas questões reforçam as evidências das dificuldades e de dúvidas dos participantes em relação aos alimentos desse último grupo.

Em relação ao grupo de alimentos processados, os participantes que classificaram o picles, o milho em lata e o pêssego em calda como pertencentes a esse grupo, o fizeram por considerarem esses alimentos como conservas. De fato, segundo a classificação NOVA, as conservas de hortaliças, de cereais ou de leguminosas e as frutas em calda são exemplos típicos de alimentos desse grupo⁽³⁾ e, portanto, a compreensão desses participantes vai ao encontro da teoria.

No entanto, a geleia, apesar de também constituir-se em uma conserva de fruta pelo açúcar e ter sido classificada como alimento processado, também foi classificada por alguns participantes como alimento do grupo in natura ou minimamente processado. Isso foi feito por a considerarem “artesanal” ou “caseira”. Identificamos esses termos nas dúvidas dos participantes em relação à classificação desse alimento nesses dois grupos mencionados. As dúvidas dos participantes em relação ao queijo também foram nesse sentido (Ver Tabela 2 e Figura 2).

Segundo Furst et al.⁽³⁷⁾ as pessoas constroem seus entendimentos sobre alimentos baseados nas experiências do curso de suas vidas e em vários contextos que as influenciam. Dessa forma, uma pessoa que possa ter experienciado a própria produção de geleias, queijos ou outros alimentos processados como pães e conservas de hortaliças, ou possa ter vivido em um contexto no qual alguém os produziu ou os produz, poderá compreendê-los como alimentos in natura ou minimamente processados, não pelo seu tipo de processamento em si, mas por não serem produzidos na indústria e serem produzidos sem “químicos”, características essas identificadas nesse estudo para esse grupo.

Independente de serem produzidos em casa, sítio ou na indústria, e de forma artesanal ou caseira, alimentos do grupo in natura adicionados de sal ou açúcar, e eventualmente óleo,

vinagre ou outro ingrediente culinário, com a finalidade de terem aumentada a sua duração, são transformados em alimentos processados. Apesar dos participantes compreenderem a classificação NOVA em termos do local e da forma de produção dos alimentos, suas compreensões não abrangeram de forma específica essas questões relacionadas a esse grupo.

No caso do grupo de alimentos ultraprocessados, os resultados de nosso estudo mostram-se semelhantes aos resultados de estudo realizado por Ares et al.⁽¹⁶⁾ no Uruguai. Esses autores ao investigarem as compreensões de consumidores acerca do termo ultraprocessado encontraram que estes relacionam o termo principalmente ao processamento, mencionando temas como ‘altamente processado’, ‘processado mais que uma vez’, ‘produtos industriais’, ‘processados quimicamente’ e ‘não feitos em casa’.

Ainda, em relação a esse grupo, os participantes de nosso estudo mostraram compreensões que vão além do **processamento**, da **produção** e de **químicos**, e avançam em outras direções, as quais identificamos relacionarem-se às implicações nutricionais, sociais e culturais desse grupo de alimentos. Essas e outras implicações, como as metabólicas, econômicas, políticas e ambientais dos alimentos ultraprocessados, amplamente discutidas desde a concepção da classificação NOVA de alimentos^(3, 8-10), são questões que, inclusive, embasam a regra de ouro para a escolha dos alimentos do guia alimentar brasileiro⁽¹³⁾ “prefira sempre alimentos in natura ou minimamente processados e preparações culinárias a alimentos ultraprocessados”. Devido a isso, a compreensão dos participantes vai ao encontro da teoria.

Limitações

Em relação à amostra do estudo, embora termos selecionado moradores de Dourados-MS, homens e mulheres, com idades e escolaridades diversas, os resultados obtidos não podem ser extrapolados para toda a população dessa cidade ou de outras localidades, no

entanto o potencial de generalização teórica dos resultados não deve ser subestimado. Em relação à seleção dos participantes, o fato de não termos considerado ser professor ou estudante do curso de Nutrição como um critério de exclusão, constitui-se em uma limitação desse estudo. Apesar de termos contado com a participação de apenas um estudante de Nutrição, poderíamos ter obtido resultados drasticamente diferentes e até enviesados pelo possível conhecimento prévio desses indivíduos acerca da NOVA, caso contássemos com a participação no estudo de um número maior de indivíduos nessas condições.

A seleção de alguns alimentos e bebidas em detrimento de outros podem ter influenciado nas compreensões, facilidades, dificuldades e dúvidas dos participantes acerca da classificação NOVA e isso constitui-se em uma limitação desse estudo. Também constitui-se uma limitação o fato de alguns alimentos, como a geleia por exemplo, serem encontrados tanto sob a forma de alimentos processados (produzidos somente com frutas e açúcar) como de alimentos ultraprocessados (produzidos com frutas, açúcar e aditivos alimentares, que caracterizem o alimento com tal), e a figura utilizada não permitir essa distinção.

Em relação à análise de dados, é possível que os temas emergentes na análise de conteúdo exploratória não reflitam com precisão as compreensões dos participantes acerca da classificação NOVA, mas podem ser considerados elementos envolvidos nesse processo. Os resultados da análise de conteúdo somativa são limitados pois outras palavras, além das consideradas nesse estudo, podem ter sido usadas pelos participantes para expressar as suas facilidades, dificuldades e dúvidas em relação à classificação NOVA. No entanto, em conjunto com a técnica de escalonamento multidimensional, esses resultados se complementaram e foram úteis para alcançarmos o objetivo proposto.

Conclusões

De forma geral, as compreensões dos participantes desse estudo acerca da classificação NOVA vão ao encontro de sua definição dada pela teoria, indicando que o que pensam esses indivíduos corresponde àquilo que essa quer comunicar. De forma particular, as compreensões dos participantes acerca dos grupos de alimentos in natura ou minimamente processados e de alimentos ultraprocessados apresentam mais relações de semelhança com as definições dadas pela teoria a esses grupos que as compreensões acerca dos grupos de ingredientes culinários e de alimentos processados. As facilidades dos participantes identificadas em relação aos dois primeiros grupos mencionados e as dificuldades e dúvidas em relação aos dois últimos indicam que atenção especial deve ser dada aos ingredientes culinários e alimentos processados quando do uso das recomendações do Guia Alimentar, que incluem a classificação NOVA, por profissionais de saúde, agentes comunitários e educadores, por exemplo, em ações de educação alimentar e nutricional.

Esses e outros trabalhadores no Brasil e em outros países, cujo ofício envolve a promoção da saúde da população, podem usar os resultados de nosso estudo no sentido de otimizar a comunicação entre a classificação NOVA – e as recomendações para escolha dos alimentos decorrentes dessa – e a comunidade-alvo a que se destinam.

Já as pessoas podem usar esses resultados para conhecerem a classificação NOVA e identificarem as suas facilidades, dificuldades e dúvidas em relação a essa classificação, para que assim possam usufruir de escolhas alimentares saudáveis e adequadas.

Conflitos de interesse

Os autores não têm conflitos de interesse.

Responsabilidade dos autores

BM concebeu a ideia inicial do estudo; BM, FBS e JCM trabalharam na concepção e delineamento; BM trabalhou na coleta e interpretação dos dados e na redação do artigo; FBS e JCM trabalharam na revisão crítica e aprovação da versão a ser publicada.

Financiamento

FBS é bolsista de produtividade do Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq) (processo n.º 311357/2015-6).

Referências bibliográficas

1. Monteiro CA, Cannon G, Levy-Costa R, Moubarac J-C, Jaime PC, Martins AP, et al. The star shines bright. Food classification. *Public Health World Nutrition*. 2016;7(1-3):28-38.
2. Monteiro CA, Cannon G, Moubarac JC, Martins AP, Martins CA, Garzillo J, et al. Dietary guidelines to nourish humanity and the planet in the twenty-first century. A blueprint from Brazil. *Public Health Nutr*. 2015;18(13):2311-22.
3. Monteiro CA, Cannon G, Moubarac JC, Levy-Costa RB, Louzada ML, Jaime PC. The UN Decade of Nutrition, the NOVA food classification and the trouble with ultra-processing. *Public Health Nutr*. 2017:1-13.
4. Louzada MLC, Baraldi LG, Steele EM, Martins AP, Canella DS, Moubarac JC, et al. Consumption of ultra-processed foods and obesity in Brazilian adolescents and adults. *Prev Med*. 2015;81:9-15.
5. Canella DS, Levy-Costa RB, Martins AP, Claro RM, Moubarac JC, Baraldi LG, et al. Ultra-processed food products and obesity in Brazilian households (2008-2009). *PLoS One*. 2014;9(3):e92752.
6. Tavares LF, Fonseca SC, Garcia Rosa ML, Yokoo EM. Relationship between ultra-processed foods and metabolic syndrome in adolescents from a Brazilian Family Doctor Program. *Public Health Nutr*. 2012;15(1):82-7.
7. Rauber F, Campagnolo PD, Hoffman DJ, Vitolo MR. Consumption of ultra-processed food products and its effects on children's lipid profiles: a longitudinal study. *Nutr Metab Cardiovasc Dis*. 2015;25(1):116-22.
8. Monteiro CA, Levy-Costa RB, Claro RM, Castro IRR, Cannon G. A new classification of foods based on the extent and purpose of their processing. *Cad Saude Publica*. 2010;26:2039-49.
9. Monteiro CA, Gomes FS, Cannon G. The Snack Attack. *A J Public Health*. 2010;100(6):975-81.

10. Monteiro CA, Cannon G, Levy-Costa RB, Moreira RC, Moubarac J-C. The food system. The big issue for nutrition, disease, health, well-being. *World Nutrition*. 2012;3(12):527-69.
11. FAO. Guidelines on the collection of information on food processing through food consumption surveys - Food and Agriculture Organization for the United Nations. Rome; 2015.
12. PAHO. Ultra-processed food and drink products in Latin America: Trends, impact on obesity, policy implications. Washington, D.C: Pan American Health Organization; 2015.
13. Ministério da Saúde (BR), Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. Guia Alimentar para a População Brasileira. 2. ed. Brasília (DF): Ministério da Saúde (BR); 2014.
14. Barbosa RMS, Colares LGT, Soares EA. Desenvolvimento de guias alimentares em diversos países. *Rev Nutr*. 2008;21(4):455-67.
15. Welsh S, Davis C, Shaw A. Development of the Food Guide Pyramid. *Nutr Today*. 1992;12-23.
16. Ares G, Vidal L, Allegue G, Giménez A, Bandeira E, Moratorio X, et al. Consumers' conceptualization of ultra-processed foods. *Appetite*. 2016;105:611-7.
17. Louzada MLC, Martins AP, Canella DS, Baraldi LG, Levy-Costa RB, Claro RM, et al. Impact of ultra-processed foods on micronutrient content in the Brazilian diet. *Rev Saude Publica*. 2015;49:45.
18. Martins CA, de Sousa AA, Veiros MB, González-Chica DA, Proença RP. Sodium content and labelling of processed and ultra-processed food products marketed in Brazil. *Public Health Nutr*. 2015;18(7):1206-14.
19. Vedovato GM, Trude AC, Kharmats AY, Martins PA. Degree of food processing of household acquisition patterns in a Brazilian urban area is related to food buying preferences and perceived food environment. *Appetite*. 2015;87:296-302.
20. Piovesan A, Temporini ER. Exploratory research: a methodological procedure for the study of human factors in the field of Public Health. *Rev Saude Publica*. 1995;29(4):318-25.
21. Minayo MCS. O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde pública. São Paulo: Hucitec; 2010.
22. Bauer MW, Gaskell G. Pesquisa qualitativa com texto, imagem e som: Um manual prático. Petrópolis, RJ: Editora Vozes; 2002.
23. Flick U. Introdução à Pesquisa Qualitativa: Artmed; 2009.
24. Bernard HR, Ryan G. Analyzing qualitative data: systematic approaches. London: Sage; 2010.
25. Dressler WW. Culture and individual adaptation: Research report I. Brazil 2001 [Available from: <http://anthropology.ua.edu/Faculty/dressler/Dressler%20Research%20Report%20I.pdf>.
26. Lynch EB, Holmes S. Food group categories of low-income African American women. *J Nutr Educ Behav*. 2011;43(3):157-64.
27. IBGE. Pesquisa de orçamentos familiares 2008-2009. Análise do consumo alimentar pessoal no Brasil. Rio de Janeiro; 2011.
28. Blake CE, Bisogni CA, Sobal J, Devine CM, Jastran M. Classifying foods in contexts: how adults categorize foods for different eating settings. *Appetite*. 2007;49(2):500-10.
29. Banna JC, Buchthal OV, Delormier T, Creed-Kanashiro HM, Penny ME. Influences on eating: a qualitative study of adolescents in a periurban area in Lima, Peru. *BMC Public Health*. 2016;16:40.
30. Pretti D, Urbano H. A linguagem falada culta na cidade de São Paulo. São Paulo: Quieiroz; 1988.

31. MacQueen KM, McLellan E, Kay K, Mistein B. Codebook development for team-based qualitative analysis. *Cult Anthropol Methods*. 1998;10(2):31-6.
32. Hsieh HF, Shannon SE. Three approaches to qualitative content analysis. *Qual Health Res*. 2005;15(9):1277-88.
33. Pereira JCR. *Análise de dados qualitativos: Estratégias metodológicas para as ciências da Saúde, humanas e sociais*. São Paulo: Edusp; 2004.
34. Fávero LPL, Belfiore PP, Silva FL, Chan BL. *Análise de dados: modelagem multivariada para tomada de decisões*. 1. ed. Rio de Janeiro: Elsevier Editora; 2009.
35. Lifschitz J. Alimentação e cultura: em torno do natural. *Physis*. 1997;7(2):69-83.
36. Zafra Aparici E, Muñoz García A, Larrea-Killinger C. Do we know what we eat?: Perceptions regarding food risks in Catalonia, Spain. *Salud Colect*. 2016;12(4):505-18.
37. Furst T, Connors M, Sobal J, Bisogni C, Falk LW. Food Classifications: Levels and categories. *Ecol Food Nutr*. 2000; 39(5), 331-355.
38. Cardello AV, Schutz HG, Leshner LL. Consumer perceptions of food processed by innovative and emerging technologies: A conjoint analytic study. *Innov Food Sci Emerg Technol*. 2007;8(1):73-83.
39. Philippi ST. *Nutrição e Técnica Dietética*. 3.ed. Barueri: Manole; 2016.
40. Menegassi B, Almeida JB, Olimpio MYM, Brunharo M, Langa FR. (in press). A nova classificação de alimentos: teoria, prática e dificuldades. *Cien Saude Colet*. [online journal] (2017/Feb). [Accessed 28/09/2017]. Available at :<http://www.cienciaesaudecoletiva.com.br/artigos/a-nova-classificacao-de-alimentos-teoria-pratica-e-dificuldades/16086>.
41. Guimarães CP, Marquez UML. Composição química de tabletes de caldo de carne: nitrogênio protéico, não-protéico e fenilalanina. *Cien Tecnol Aliment*. 2002;22(3):308-13.
42. Fabrício LFF, Pimenta MESH, Reis TA, Mesquita TC, Fukushima KL, Oliveira RME, et al. Elaboração de caldo de peixe em cubos compactados utilizando pirambéba (*Serrasalmus brandtii*) e tilápia (*Oreochromis niloticus*). *Semina*: 2013;34(1):241-52.

6. CONCLUSÕES

As representações de alguns participantes desse estudo acerca da recomendação para que se coma com regularidade e atenção vão ao encontro da abordagem do Guia; nesse caso destacamos as representações sobre comer com regularidade como ter horário para comer, e as representações sobre comer com atenção como comer sem distração, devagar e observando os sinais do corpo. As representações de outros participantes extrapolam a abordagem do Guia e apresentam alguns sentidos diferentes daqueles dados por esse instrumento; nesse caso regularidade é compreendida como equilíbrio e quantidade adequada de alimentos, e atenção como observar as características e a quantidade dos alimentos. Isso mostra que, por um lado é possível que haja uma comunicação eficiente entre essa recomendação do Guia e a comunidade-alvo a que se destinam e, por outro abre-se uma oportunidade de diálogo entre uma e outra.

Já em relação ao local apropriado para comer, as representações da maioria dos participantes vão ao encontro da abordagem do Guia, indicando que o que pensam esses indivíduos acerca dessa recomendação corresponde àquilo que o Guia quer comunicar.

Em relação à recomendação sobre comer em companhia ou, propriamente dito, à comensalidade, há aqueles que a acham boa, outros preferem comer sozinhos e alguns são indiferentes. Ainda, em relação a essa recomendação identificamos que cada participante, tendo em vista aquilo que foi lhe tradicionalmente transmitido e temporalmente validado ou modificado, procura expressar em suas representações e práticas o que pensa e faz, ou o que pensa, não faz e justifica a respeito.

Ao investigarmos e descrevermos a forma como os participantes desse estudo classificam alimentos livremente, identificamos uma grande semelhança entre essa forma e a classificação NOVA, sugerindo que essa nova classificação se conforma, até certo ponto, ao pensamento popular sobre classificação de alimentos.

De forma geral, as compreensões dos participantes desse estudo acerca da classificação NOVA vão ao encontro de sua definição dada pela teoria indicando que o que pensam esses indivíduos corresponde àquilo que essa quer comunicar. De forma particular, as compreensões dos participantes acerca dos grupos de alimentos in natura ou minimamente processados e de alimentos ultraprocessados apresentam mais relações de semelhança com as definições dadas pela teoria a esses grupos do que as compreensões acerca dos grupos de ingredientes culinários e de alimentos processados; daí termos identificado facilidades dos participantes em relação aos dois primeiros grupos mencionados e dificuldades e dúvidas em relação aos dois últimos.

Fazendo um paralelo entre os resultados das duas atividades de classificação feitas pelos participantes, observamos que em suas compreensões há uma clara distinção entre alimentos in natura ou minimamente processados e alimentos ultraprocessados. Essa distinção é notada pelo maior distanciamento entre os alimentos desses dois grupos em relação aos outros alimentos e pela posição oposta de seus alimentos nos mapas perceptuais resultantes das análises dessas duas atividades. Nesse mesmo paralelo, no entanto, observamos que os ingredientes culinários processados e os alimentos processados não são tão claramente distinguidos pelos participantes.

7. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A proposta de estudar a classificação NOVA de alimentos empregada na segunda edição do Guia Alimentar para a População Brasileira e a recomendação “comer com regularidade e atenção, em ambientes apropriados e em companhia” apresentada no capítulo “o ato de comer e à comensalidade” desse Guia, considerou o relevante papel dessas temáticas no cenário atual da saúde pública do Brasil, no qual a substituição de alimentos in natura ou minimamente processados por alimentos ultraprocessados e as mudanças nas maneiras de comer, têm levado a alterações negativas nas práticas alimentares e tem contribuído para o aumento do índice de doenças crônicas entre os brasileiros. Tais alterações caracterizam-se pelo consumo rápido e excessivo de alimentos práticos, convenientes, hiperpalatáveis e desbalanceados nutricionalmente que, em termos gerais não precisam de pré-preparo ou preparo e podem ser consumidos em qualquer lugar, deixando de lado o exercício da comensalidade.

Ademais, a proposta de estudar tais temáticas considerou que, dentro dos vários aspectos “inovadores” apresentados pela segunda edição do Guia em relação à primeira, estas contribuíram para a incorporação do discurso sociocultural ao biomédico e epidemiológico da nutrição, permitindo uma visão mais holística de suas recomendações (OLIVEIRA e SILVA-AMPARO, 2017).

Estudar o ato de comer e a comensalidade é falar da experiência humana, das formas de pensar, sentir, agir dos indivíduos, é falar do homem e do seu meio, por meio de suas representações e práticas. Ao estudarmos essa temática por meio da recomendação do Guia “comer com regularidade e atenção, em ambientes apropriados e em companhia” – com contribuições da pesquisa qualitativa – nos foi possível fundir os horizontes do Guia

Alimentar aos saberes de sua comunidade-alvo, passo esse indispensável para que o trabalho em saúde alcance suas mais elevadas finalidades práticas.

Da mesma forma que estudar o ato de comer e a comensalidade é falar da experiência humana, deveria ser estudar os alimentos. Apesar de, segundo FREITAS et al. (2011), “a nutrição ser tão fechada aos significados atribuídos pelos sujeitos” a questões já tão normatizadas por essa ciência, como alimentos e suas classificações, nos lançamos nesse desafio – com contribuições da pesquisa qualitativa, – e logramos êxito em falar de alimentos a partir da subjetividade e da experiência dos participantes; o que reforça a necessidade de uma valorização desse tipo de pesquisa. A esse respeito, reiteramos a importante contribuição da pesquisa qualitativa na construção do conhecimento da ciência da nutrição e ousamos dizer, metaforicamente, que muito mais que uma “radiografia simples”, ela pode nos dar um complexo diagnóstico por imagem da realidade estudada e complementar os resultados obtidos por meio de pesquisas quantitativas, as quais predominam dentro dessa ciência.

Nesse sentido, observarmos a importante contribuição das diversas realidades vivenciadas pelos indivíduos na construção de “verdades práticas” e na (re)construção das “verdades teóricas” (referidas nesse estudo, de forma geral, como abordagem ou teoria do Guia Alimentar e da classificação NOVA), quer sejam a respeito do grupo de alimentos ultraprocessados, da comensalidade, ou de quaisquer outros temas estudados.

Nesse sentido, reiteramos também a importância do referencial teórico metodológico da hermenêutica filosófica aplicada à alimentação e nutrição (FREITAS et al., 2011) adotado nesse estudo, o qual nos permitiu abrir-nos aos significados atribuídos pelos sujeitos a essas temáticas e, da mesma forma, pode permitir a outros pesquisadores e à própria ciência da nutrição se abrirem, em um “exercício compreensivo”, aos significados atribuídos pelos sujeitos às suas comidas, suas práticas alimentares, seus corpos.

Estudar a temática da classificação NOVA nesse exercício compreensivo foi ao mesmo tempo desafiador e instigante. Desafiador, primeiro porque sua “teoria” abarca questões muito mais complexas que as nutricionais, as quais por muito tempo estivemos – nós, pesquisadores, e a população em geral – acostumados; e segundo porque a publicidade de alimentos de multinacionais alimentícias, algumas entidades e alguns pesquisadores (no geral relacionados à indústria de alimentos e ela própria), têm argumentado a favor de alimentos processados e ultraprocessados em discursos que tentam desconstruir e/ou desmerecer a NOVA em benefício da indústria alimentícia. Instigante porque nos permitiu uma reflexão profunda sobre o alimento que nutre, a comida que acultura, o culinário que agrega e sobre todos esses elementos que nos aproximam da relação intrínseca e inexorável entre o alimento e o ato de comer e a comensalidade.

Considerando que logramos êxito em alcançar os objetivos propostos, podemos dizer que os resultados desse estudo devem ser encarados como ações complementares às oficinas e à consulta pública desenvolvidas durante o processo de elaboração do Guia Alimentar nas quais diversas alterações/implementações em seu conteúdo foram realizadas ouvindo-se a voz de pesquisadores, profissionais de saúde, educadores e representantes de organizações da sociedade civil, no sentido de tornar o Guia Alimentar um instrumento útil e de fácil compreensão para todos. Ou seja, nossos resultados (principalmente aqueles que apontam para representações acerca do comer com regularidade e atenção que extrapolam a abordagem do Guia e as dificuldades e dúvidas dos participantes em relação aos ingredientes culinários processados e aos alimentos processados) devem fazer parte do processo de (re)construção desse instrumento que não deve dar-se por acabado mas, ao invés disso, em uma perspectiva construcionista, deve estar em constante aprimoramento, principalmente considerando que “diferentes saberes geram o conhecimento para a formulação de guias alimentares”.

A respeito dos métodos usados em nosso estudo nas atividades que envolveram a classificação NOVA, reiteramos o potencial de uso do *pile sort* como um método de suporte a estudos relacionados a essa e a outras temáticas da área da alimentação e nutrição que, juntamente com entrevistas semiestruturadas, podem contribuir para conhecermos e nos aproximarmos, como profissionais e pesquisadores, das maneiras de pensar e agir dos indivíduos e compreendermos quais são os valores, crenças ou pontos de vista de uma comunidade apropriados em sua cultura.

A respeito da amostra de nosso estudo, dos 24 participantes somente três (12%) eram naturais de Dourados, sendo os outros 21 naturais de outras cidades da Região Centro-Oeste e também das regiões Sudeste, Sul e Nordeste do Brasil. Dentre esses, 17 (81%) moravam há menos de dez anos em Dourados. Apesar de não termos feito uma análise profunda dos resultados considerando a naturalidade dos participantes – e se eram provenientes de pequenas ou grandes cidades, de áreas rurais ou urbanas, – destacamos que essa questão precisa ser considerada como um aspecto que influencia diretamente os resultados, de forma que outros temas poderiam ser obtidos nas análises de conteúdo, por exemplo, caso situássemos nosso estudo em outra cidade brasileira que não apresentasse esse traço de fluxo migratório, tal qual apresenta a cidade de Dourados.

Destacamos que os resultados aqui apresentados também podem ter sido influenciados por informações que vinham sendo veiculadas em meios de comunicação de massa como rádio, televisão, jornais e revistas no período do estudo. A esse respeito citamos os programas “Bela cozinha” e “Panelinha” apresentados, respectivamente, pelas chefs de cozinha Bela Gil e Rita Lobo no canal GNT, e o programa “Jornal Nacional” apresentado pela rede Globo, os quais foram citados por alguns participantes ao se referirem que já tinham ouvido falar do Guia Alimentar.

Consideramos como benefício aos participantes, por terem participado do estudo, o fato de termos apresentado (lido e discutido), ao final de cada entrevista, a classificação NOVA e a recomendação sobre “comer com regularidade e atenção, em ambientes apropriados e em companhia” e de nos termos colocado à disposição para esclarecimentos que viessem a surgir após a entrevista.

Os resultados desse estudo podem ser usados por pesquisadores brasileiros no sentido de otimizar a comunicação entre as recomendações do Guia Alimentar, relacionadas às temáticas desse estudo, e a comunidade-alvo a que se destinam; bem como em discussões de novas pesquisas que venham a ser realizadas acerca dessas temáticas. Pesquisadores e entidades governamentais de outros países podem replicar os métodos utilizados nesse estudo para aprimorarem o conhecimento acerca dessas temáticas com a finalidade de as inserirem nas recomendações de seus guias alimentares.

Profissionais da saúde que estejam em vias de aplicarem ou já estejam aplicando as recomendações do Guia Alimentar, relacionadas às temáticas desse estudo, como parte de suas condutas, podem se beneficiar dos métodos utilizados aqui para buscarem objetivos semelhantes aos de nosso estudo em outras comunidades. Já as pessoas podem usar esses resultados para conhecerem e se aprofundarem nas recomendações do Guia Alimentar, relacionadas às temáticas desse estudo.

Os nossos resultados podem guiar políticas públicas de alimentação e nutrição, que venham a ser elaboradas considerando as temáticas estudadas, com a proposta de aconselhar pessoas em práticas alimentares que promovam hábitos e estilos de vida saudáveis e reduzir índices de obesidade e de doenças relacionadas. Ainda, nossos resultados podem ser úteis para a implementação de ações de saúde pública que venham a tratar as temáticas estudadas, na medida em que contribuem para ampliar os conhecimentos acerca do ato de comer, da

comensalidade e da classificação NOVA de alimentos, temas esses presentes nas recomendações do Guia Alimentar para a População Brasileira.

8. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Alvarenga MS, Scagliusi FB, Philippi ST. Changing attitudes, beliefs and feelings towards food in bulimic patients. *Arch Latinoam Nutr.* 2008;58(3):274-9.

Alves HJ, Boog MC. Food behavior in student residence halls: a setting for health promotion. *Rev Saude Publica.* 2007;41(2):197-204.

Alves-Mazzotti AJ, Gewandsznajder F. O método nas ciências naturais e sociais: pesquisa quantitativa e qualitativa. São Paulo: Pioneira; 1999.

Anigbo OAC. Commensality and the human relationship among IGBO: an Ethnographic Study of Ibagba Aka, Igboeze L.G.A. Anambra State, Nigeria. [internet]. Nsukka: University of Nigeria Press; 1987 [acesso em 21 nov 2017]. Disponível em: <http://www.unn.edu.ng/publications/files/Commensality%20and%20Human%20Relationship%20Among%20The%20Igbo.pdf>

Anthropac Analytic Technologies [internet]. Version 4.98. Lexington, KY; 2017 [acesso em 15 mai 2017]. Disponível em: <http://www.analytictech.com/anthropac/anthropac.htm>

Aranceta-Bartrina J, Arija-Val V, Maíz-Aldalur E, Martínez de la Victoria-Muñoz E, Ortega-Anta RM, Pérez-Rodrigo C, et al. Dietary guidelines for the Spanish population (SENC, December 2016); the new graphic icon of healthy nutrition. *Nutr Hosp.* 2016;33(Suppl 8):1-48.

Ares G, Vidal L, Allegue G, Giménez A, Bandeira E, Moratorio X, et al. Consumers' conceptualization of ultra-processed foods. *Appetite.* 2016;105:611-7.

Arnaiz MB. Maneras de comer hoy: comprender la modernidad alimentaria desde y más de allá de las normas. *Rev Int Sociol.* 2005;63(40):159-82.

Ayres JR. Norma e formação: horizontes filosóficos para as práticas de avaliação no contexto da promoção da saúde. *Cien Saude Colet.* 2004;9(3):583-92.

Ayres JR. Uma concepção hermenêutica de saúde. *Physis.* 2007;17(1):43-61.

Ayres JR. Para comprender el sentido práctico de las acciones de salud: contribuciones de la Hermenéutica Filosófica. *Salud Colect.* 2008;4(2):159-72.

Azevedo E. Alimentação, sociedade e cultura: temas contemporâneos. *Sociologias.* 2017(44):276-307.

Baião MR, Deslandes SF. Práticas alimentares na gravidez: um estudo com gestantes e puérperas de um complexo de favelas do Rio de Janeiro (RJ, Brasil). *Cien Saude Colet.* 2010;15(supl. 2):3199-3206.

Banna JC, Buchthal OV, Delormier T, Creed-Kanashiro HM, Penny ME. Influences on eating: a qualitative study of adolescents in a periurban area in Lima, Peru. *BMC Public Health*. 2016;16:40.

Barcelos GT, Rauber F, Vitolo MR. Produtos processados e ultraprocessados e ingestão de nutrientes em crianças. *Ciênc Saude* [internet]. 2014 set-dez [acesso em 21 mai 2016];7(3):155-161. Disponível em: <http://revistaseletronicas.pucrs.br/ojs/index.php/faenfi/article/view/19755/12525>

Bauer MW, Gaskell G. Pesquisa qualitativa com texto, imagem e som: um manual prático. Petrópolis, RJ: Editora Vozes; 2002.

Belei RA, Gimenez-Paschoal SR, Nascimento EN, Matsumono PHVR. O uso da entrevista, observação e videogravação em pesquisa qualitativa. *Cad Educ*. 2008;30:187-99.

Beltran A, Knight Sepulveda K, Watson K, Baranowski T, Baranowski J, Islam N, et al. Diverse food items are similarly categorized by 8- to 13-year-old children. *J Nutr Educ Behav*. 2008;40(3):149-59.

Bernard HR. *Research methods in anthropology: qualitative and quantitative approaches*. 4. ed. Oxford: Altamira Press; 2006.

Bernard HR, Ryan G. *Analyzing qualitative data: systematic approaches*. London: Sage; 2010.

Bielemann RM, Motta JV, Minten GC, Horta BL, Gigante DP. Consumption of ultra-processed foods and their impact on the diet of young adults. *Rev Saude Publica*. 2015;49:28.

Blake CE, Bisogni CA, Sobal J, Devine CM, Jastran M. Classifying foods in contexts: how adults categorize foods for different eating settings. *Appetite*. 2007;49(2):500-10.

Blake CE, Bisogni CA, Sobal J, Jastran M, Devine CM. How adults construct evening meals. Scripts for food choice. *Appetite*. 2008;51(3):654-62.

Blake CE. Individual differences in the conceptualization of food across eating contexts. *Food Qual Prefer*. 2008;19(1):62-70.

Bleil SI. O padrão alimentar ocidental: considerações sobre mudanças de hábito no Brasil. *Cad Debates*. 1998;6:1-25.

Boni V, Quaresma SJ. Aprendendo a entrevistar: como fazer entrevistas em ciências sociais. *R Em Tese* [internet]. 2005 jan [acesso em 15 jul 2017];2(1):68-80. Disponível em: <https://periodicos.ufsc.br/index.php/emtese/article/view/18027/16976>

Canella DS, Levy-Costa RB, Martins AP, Claro RM, Moubarac JC, Baraldi LG, et al. Ultra-processed food products and obesity in Brazilian households (2008-2009). *PLoS One*. 2014;9(3):e92752.

Canesqui AM, Garcia RWD. *Antropologia e nutrição: um diálogo possível* [internet]. Rio de Janeiro: Editora Fiocruz; 2005. [acesso em 11 jan 2016]. Disponível em: <https://static.scielo.org/scielobooks/v6rkd/pdf/canesqui-9788575413876.pdf>

- Canesqui AM. Pesquisas qualitativas em nutrição e alimentação. *Rev Nutr.* 2009;22(1):125-139.
- Capabra A. Uma abordagem hermenêutica da relação saúde-doença. *Cad Saude Publica.* 2003;19(4):923-931.
- Carvalho MC, Luz MT. Simbolismo sobre “natural” na alimentação. *Cien Saude Colet.* 2011;16(1):147-54.
- Castillo E, Vásquez ML. El rigor metodológico en la investigación cualitativa. *Colombia Médica* [internet]. 2003 [acesso em 03 mai 2017];34(3):164-167. Disponível em: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=28334309>
- CGAN - Coordenadoria Geral de Alimentação e Nutrição, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. Relatório final da consulta pública - Guia Alimentar para a População Brasileira. Brasília (DF): Ministério da Saúde (BR); 2014.
- Chizzotti A. A pesquisa qualitativa em ciências humanas e sociais: evolução e desafios. *Rev Port Educ* [internet]. 2003 [acesso em 12 mai 2016];16(2):221-236. Disponível em: http://www.grupodec.net.br/wp-content/uploads/2015/10/Pesquisa_Qualitativa_em_Ciencias_Sociais_e_Humanas_-_Evolucoes_e_Desafios_1_.pdf
- Cho W, Takeda W, Oh Y, Aiba N, Lee Y. Perceptions and practices of commensality and solo-eating among Korean and Japanese university students: a cross-cultural analysis. *Nutr Res Pract.* 2015;9(5):523-9.
- Cohen D, Farley TA. Eating as an automatic behavior. *Prev Chronic Dis.* 2008;5(1):A23.
- Conselho Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional - CONSEA: Relatório final da 5ª Conferência Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional. Brasília; 2015.
- Corbeau J-C. Socialité, sociabilité...sauce toujours. *Internationale de L'imaginaire.* 1997;7(Nouvelle Série):69-81.
- Correa DA. Estilo e escrita: modos de manifestação do conhecimento. *Cad Est Lingüí.* 2004:707-13.
- Costa SM, Horta PM, dos Santos LC. Food advertising and television exposure: influence on eating behavior and nutritional status of children and adolescents. *Arch Latinoam Nutr.* 2012;62(1):53-9.
- Crovetto MM, Uauy R, Martins AP, Moubarac JC, Monteiro C. Household availability of ready-to-consume food and drink products in Chile: impact on nutritional quality of the diet. *Rev Med Chil.* 2014;142(7):850-8.
- Dinicolantonio JJ, Harcombe Z, O'Keefe JH. Problems with the 2015 Dietary Guidelines for Americans. *An Alternative. Mo Med.* 2016;113(2):93-7.
- Dodds A, Chamberlain K. The problematic messages of nutritional discourse: a case-based critical media analysis. *Appetite.* 2017;108:42-50.

Dressler WW. Culture and individual adaptation: research report I. Brazil 2001 [internet]; 2002 [acesso em 15 out 2016]. Disponível em: <http://anthropology.ua.edu/Faculty/dressler/Dressler%20Research%20Report%20I.pdf>.

Du Plooy Z, Schönfeldt HC, Hall N. The role of traditional foods in food-based dietary guidelines - A South African case study on maas (cultured milk). *Food Chem.* 2018;238:22-8.

Durkheim É. Las formas elementales de la vida religiosa: el sistema totémico en Australia. Madrid: Alianza Editorial; 1993.

Dutra GF, Kaufmann CC, Pretto AD, Albernaz EP. Sedentary lifestyle and poor eating habits in childhood: a cohort study. *Cien Saude Colet.* 2016;21(4):1051-9.

Elias N. O processo civilizador: uma história dos costumes. Rio de Janeiro: Jorge Zahar; 1994.

FAO - Food and Agriculture Organization of the United Nations. Food and Nutrition Division. Agriculture food and nutrition for Africa - A resource book for teachers of agriculture [internet]. Rome; 1997 [acesso em 15 mai 2017]. Disponível em: <http://www.fao.org/docrep/w0078e/w0078e00.htm>

FAO - Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura. División de Nutrición. El estado de las guías alimentarias basadas en alimentos en América Latina y Caribe. 21 años después de la Conferencia Internacional sobre Nutrición [internet]. Roma; 2014 [acesso em 15 mai 2017]. Disponível em: <http://www.fao.org/3/a-i3677s.pdf>

FAO - Food and Agriculture Organization of the United Nations. Nutrition Division. Guidelines on the collection of information on food processing through food consumption surveys [internet]. Rome; 2015 [acesso em 17 out 2017]. Disponível em: <http://www.fao.org/3/a-i4690e.pdf>

FAO - Food and Agriculture Organization of the United Nations. Food-Based Dietary Guidelines [internet]; 2017 [acesso em 17 out 2017]. Disponível em: <http://www.fao.org/nutrition/education/food-dietary-guidelines/en/>

Fardet A, Rock E. Toward a new philosophy of preventive nutrition: from a reductionist to a holistic paradigm to improve nutritional recommendations. *Adv Nutr.* 2014;5(4):430-46.

Fávero LPL, Belfiore PP, Silva FL, Chan BL. Análise de dados: modelagem multivariada para tomada de decisões. Rio de Janeiro: Elsevier; 2009.

Fernandes AT. Ritualização da comensalidade. *Sociologia.* 1997;7:7-30.

Ferreira SR, Gimeno SG, Hirai AT, Harima H, Matsumura L, Pittito BeA. Effects of an intervention in eating habits and physical activity in Japanese-Brazilian women with a high prevalence of metabolic syndrome in Bauru, São Paulo State, Brazil. *Cad Saude Publica.* 2008;24 Suppl 2:S294-302.

Ferreira VA, Magalhães R. Nutrição e promoção da saúde: perspectivas atuais. *Cad Saude Publica.* 2007;23(7):1674-1681.

Ferreira VA, Magalhães R. Daily eating habits of obese women living in Rocinha Shantytown (Rio de Janeiro, RJ, Brazil). *Cien Saude Colet*. 2011;16(6):2983-91.

Fischer CG, Garnett T. Plates, pyramids, planet. Developments in national healthy and sustainable dietary guidelines: a state of play assessment [internet]. FAO and the Environmental Change Institute & The Oxford Martin Programme on the Future of Food: The University of Oxford; 2016 [acesso em 14 out 2017]. Disponível em: <http://www.fao.org/3/a-i5640e.pdf>

Fischler C. Gastro-nomie et gastro-anomie. *Communication La nourriture: Pour une anthropologie bioculturelle de l'alimentation*. 1979;31:189-210.

Fischler C. *L'(h)omnivore*. Paris: Odile Jacob; 1990.

Fischler C. A "McDonaldisação" dos costumes. In: Flandrin J-L, Montanari M, editores. *História da alimentação*. 8. ed. São Paulo: Estação Liberdade; 1998. p. 841-862.

Fischler C, Masson E. *Comer: a alimentação de franceses, outros europeus e americanos*. São Paulo: SENAC; 2010.

Fischler C. Commensality, society and culture. *Social Science Information*. 2011;50:528-48.

Flandrin J-L, Montanari M. *História da Alimentação*. 8. ed. São Paulo: Estação Liberdade; 1998. A humanização das condutas alimentares; p. 26-35.

Flick U. *Introdução à Pesquisa Qualitativa*: Artmed; 2009.

Florêncio TT, Ferreira HS, Cavalcante JC, Assunção ML, Sawaya AL. Short stature and food habits as determining factors for the low productivity of sugarcane labourers in the State of Alagoas, north-eastern Brazil. *Arch Latinoam Nutr*. 2008;58(1):33-9.

Fonseca AB, Souza TSN, Frozi DS, Pereira RA. Modernidade alimentar e consumo de alimentos: Contribuições sócio-antropológicas para a pesquisa em nutrição. *Cien Saude Colet*. 2011;16(9):3853-62.

Fortes LeS, Almeida SeS, Cipriani FM, Ferreira ME. Inappropriate eating behavior: a longitudinal study with female adolescents. *Rev Paul Pediatr*. 2014;32(1):85-91.

Freitas MCS, Minayo MCS, Fontes GAV. Sobre o campo da alimentação e Nutrição na perspectiva das teorias compreensivas. *Cien Saude Colet*. 2011;16(1):31-8.

Furst T, Connors M, Sobal J, Bisogni C, Falk LW. Food Classifications: Levels and categories. *Ecol Food Nutr*. 2000; 39(5):331-355.

Gadamer H-G. *Verdade e método*. Petrópolis: Vozes; 1997.

Gallian DMC. A desumanização do comer. *Estud Av*. 2007;21(60):179-84.

Garcia RWD. Representações sociais da comida no meio urbano: Algumas considerações para o estudo dos aspectos simbólicos da alimentação. *Cad Debate*. 1994;2:12-40.

- Garcia RWD. Práticas e comportamento alimentar no meio urbano: Um estudo no centro da cidade de São Paulo. *Cad Saude Publica*. 1997;13(3):455-67.
- Giacoman C. The dimensions and role of commensality: A theoretical model drawn from the significance of communal eating among adults in Santiago, Chile. *Appetite*. 2016;107:460-70.
- Golafshani N. Understanding reliability and validity in qualitative research. *The Qualitative Report*. 2003;8(4):597-607.
- Goldenberg M. "A comida como objeto de pesquisa": uma entrevista com Claude Fischler. *Psic Clin*. 2011;23(1):223-42.
- Gonçalves RFM, Chehter EZ. Perfil mastigatório de obesos mórbidos submetidos à gastroplastia. *Rev CEFAC*. 2012;14(3):489-97.
- Green J, Thorogood N. *Qualitative methods for health research*. London: Sage; 2004.
- Grignon C. Commensality and social morphology: an essay of typology. In: Scholliers P, editor. *Food, drink and identity: Cooking, eating and drinking in Europe since the Middle Ages*. Oxford: Berg; 2001. p. 23-33.
- Grignon C, Grignon Ch. L'espace social des pratiques alimentaires. *Bulletin d'information du Département d'Économie et de Sociologie Rurales*. 1980;(6).
- Günther H. Pesquisa qualitativa versus pesquisa quantitativa: esta é a questão? *Psicol Teor Pesq*. 2006;22(2):9.
- Harris JE, Gleason PM, Sheean PM, Boushey C, Beto JA, Bruemmer B. An introduction to qualitative research for food and nutrition professionals. *J Am Diet Assoc*. 2009;109(1):80-90.
- Higgs S. Social norms and their influence on eating behaviours. *Appetite*. 2015;86:38-44.
- Holm L, Lauridsen D, Lund TB, Gronow J, Niva M, Mäkelä J. Changes in the social context and conduct of eating in four Nordic countries between 1997 and 2012. *Appetite*. 2016;103:358-68.
- Hsieh HF, Shannon SE. Three approaches to qualitative content analysis. *Qual Health Res*. 2005;15(9):1277-88.
- IBGE. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Pesquisa de orçamentos familiares 2008-2009. Análise do consumo alimentar pessoal no Brasil. Rio de Janeiro; 2011.
- IBGE - Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Diretoria de Pesquisas, Coordenação de População e Indicadores Sociais [internet]; 2017 [acesso em nov 2017]. Disponível em: <https://cidades.ibge.gov.br/xtras/temas.php?codmun=500370&idtema=130>
- Ireland J, van Erp-Baart AM, Charrondièrè UR, Møller A, Smithers G, Trichopoulou A, et al. Selection of a food classification system and a food composition database for future food consumption surveys. *Eur J Clin Nutr*. 2002;56 Suppl 2:S33-45.

Juul F, Hemmingsson E. Trends in consumption of ultra-processed foods and obesity in Sweden between 1960 and 2010. *Public Health Nutr.* 2015;25:1-12.

Kerner S, Chou C, Warmind M. *Commensality: from everyday food to feast*: Bloomsbury Academic; 2015.

Kimura Y, Wada T, Okumiya K, Ishimoto Y, Fukutomi E, Kasahara Y, et al. Eating alone among community-dwelling Japanese elderly: association with depression and food diversity. *J Nutr Health Aging.* 2012;16(8):728-31.

Lawton J, Ahmad N, Hanna L, Douglas M, Bains H, Hallowell N. 'We should change ourselves, but we can't': accounts of food and eating practices amongst British Pakistanis and Indians with type 2 diabetes. *Ethn Health.* 2008;13(4):305-19.

Leite FH, de Carvalho C, de Abreu DS, Oliveira MA, Budd N, Martins PA. Association of neighbourhood food availability with the consumption of processed and ultra-processed food products by children in a city of Brazil: a multilevel analysis. *Public Health Nutr.* 2017:1-12.

Levy-Costa RB, Sichieri R, Pontes NS, Monteiro CA. Disponibilidade domiciliar de alimentos no Brasil: distribuição e evolução (1974-2003). *Rev Saude Publica.* 2005;39(4):530-40.

Levy RB, Castro IR, Cardoso LeO, Tavares LF, Sardinha LM, Gomes FaS, et al. [Food consumption and eating behavior among Brazilian adolescents: National Adolescent School-based Health Survey (PeNSE), 2009]. *Cien Saude Colet.* 2010;15 Suppl 2:3085-97.

Li J, Zhang N, Hu L, Li Z, Li R, Li C, et al. Improvement in chewing activity reduces energy intake in one meal and modulates plasma gut hormone concentrations in obese and lean young Chinese men. *Am J Clin Nutr.* 2011;94(3):709-16.

Liamputtong P, Ezzy D. *Qualitative Research Methods*. 3. ed: Oxford University Press; 2005.

Lima FE, Latorre MoR, Costa MJ, Fisberg RM. Diet and cancer in Northeast Brazil: evaluation of eating habits and food group consumption in relation to breast cancer. *Cad Saude Publica.* 2008;24(4):820-8.

Lindsay AC, Machado MT, Sussner KM, Hardwick CK, Peterson KE. Infant-feeding practices and beliefs about complementary feeding among low-income Brazilian mothers: a qualitative study. *Food Nutr Bull.* 2008;29(1):15-24.

Louzada MLC, Baraldi LG, Steele EM, Martins AP, Canella DS, Moubarac JC, et al. Consumption of ultra-processed foods and obesity in Brazilian adolescents and adults. *Prev Med.* 2015a;81:9-15.

Louzada MLC, Martins AP, Canella DS, Baraldi LG, Levy RB, Claro RM, et al. Impact of ultra-processed foods on micronutrient content in the Brazilian diet. *Rev Saude Publica.* 2015b;49:45.

Lynch EB, Holmes S. Food group categories of low-income African American women. *J Nutr Educ Behav.* 2011;43(3):157-64.

Maciel ME, Castro HE. A comida boa para pensar: sobre práticas, gostos e sistemas alimentares a partir de um olhar socioantropológico. *Demetra*. 2013;8((Supl. 1)):321-8.

MacQueen KM, McLellan E, Kay K, Mistein B. Codebook development for team-based qualitative analysis. *Cult Anthropol Methods*. 1998;10(2):31-6.

Magnani JGC. Discurso e representação, ou de como os Baloma de Kiriwina podem reencarnar-se nas atuais pesquisas. In: Cardoso R, organizador. *A aventura antropológica: teoria e pesquisa*. Rio de Janeiro: Paz e Terra; 1986. p. 127-40.

Mak TN, Prynne CJ, Cole D, Fitt E, Roberts C, Bates B, et al. Assessing eating context and fruit and vegetable consumption in children: new methods using food diaries in the UK National Diet and Nutrition Survey Rolling Programme. *Int J Behav Nutr Phys Act*. 2012;9:126.

Manzini EJ. Uso da entrevista em dissertações e teses produzidas em um programa de pós-graduação em educação. *Rev Percurso*. 2012;4(2):22.

Marshall DW, Anderson AS. Proper meals in transition: young married couples on the nature of eating together. *Appetite*. 2002;39(3):193-206.

Martins APB, Levy RB, Claro RM, Moubarac J-C, Monteiro CA. Participação crescente de produtos ultraprocessados na dieta brasileira (1987-2009). *Rev Saude Publica*. 2013; 47(4): 656-665.

Martins CA, de Sousa AA, Veiros MB, González-Chica DA, Proença RP. Sodium content and labelling of processed and ultra-processed food products marketed in Brazil. *Public Health Nutr*. 2015;18(7):1206-14.

Mennell SJ, Murcott A, Otterloo AHv. *Sociology of food: Eating, diet and culture*. London, Newbury Park, New Delhi: SAGE; 1992.

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

Minayo MCSO, Deslandes SF, Gomes R. *Pesquisa social: teoria, método e criatividade*. Petrópolis: Vozes; 2011.

Ministério da Saúde (BR), Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. *Guia Alimentar para a População Brasileira*. 1. ed. Brasília (DF): Ministério da Saúde (BR); 2008.

Ministério da Saúde (BR), Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. *Guia Alimentar para a População Brasileira*. 2. ed. Brasília (DF): Ministério da Saúde (BR); 2014.

Mintz SW. Comida e antropologia: Uma breve revisão. *Rev Bra Ci Soc*. 2001;16(47):31-42.

Montagnese C, Santarpia L, Iavarone F, Strangio F, Caldara AR, Silvestri E, et al. North and South American countries food-based dietary guidelines: a comparison. *Nutrition*. 2017;42:51-63.

Montanari M. *Comida como cultura*. São Paulo: SENAC; 2013.

Monteiro CA. Nutrition and health. The issue is not food, nor nutrients, so much as processing. *Public Health Nutrition*. 2009;12(5):729-31.

Monteiro CA, Gomes FS, Cannon G. The snack attack. *Am J Public Health*. 2010a;100(6):975-81.

Monteiro CA, Levy RB, Claro RM, Castro IRR, Cannon G. A new classification of foods based on the extent and purpose of their processing. *Cad Saude Publica*. 2010b;26:2039-49.

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.

Monteiro CA, Cannon G, Levy-Costa RB, Moreira RC, Moubarac J-C. The food system. The big issue for nutrition, disease, health, well-being. *World Nutrition*. 2012;3(12):527-69.

Monteiro CA, Cannon G, Moubarac JC, Martins AP, Martins CA, Garzillo J, et al. Dietary guidelines to nourish humanity and the planet in the twenty-first century. A blueprint from Brazil. *Public Health Nutr*. 2015;18(13):2311-22.

Monteiro CA, Cannon G, Levy R, Moubarac J-C, Jaime PC, Martins AP, et al. The star shines bright. *World Nutrition*. 2016;7(1-3):28-38.

Monteiro CA, Cannon G, Moubarac JC, Levy-Costa RB, Louzada ML, Jaime PC. The UN Decade of Nutrition, the NOVA food classification and the trouble with ultra-processing. *Public Health Nutr*. 2017:1-13.

Moubarac JC, Martins AP, Claro RM, Levy RB, Cannon G, Monteiro CA. Consumption of ultra-processed foods and likely impact on human health. Evidence from Canada. *Public Health Nutr*. 2013;16(12):2240-8.

Moubarac JC, Batal M, Martins AP, Claro R, Levy RB, Cannon G, et al. Processed and ultra-processed food products: consumption trends in Canada from 1938 to 2011. *Can J Diet Pract Res* 2014;75(1):15-21.

Munasinghe LL, Willows ND, Yuan Y, Ekwaru JP, Veugelers PJ. Vitamin D sufficiency of canadian children did not improve following the 2010 revision of the dietary guidelines that recommend higher intake of vitamin d: an analysis of the canadian health measures survey. *Nutrients*. 2017;9(9):945.

Nelson JB. Mindful Eating: the art of presence while you eat. *Diabetes Spectr*. 2017;30(3):171-4.

Nestle M. *Food politics: How the food industry influences nutrition and health*. Berkeley, CA: University of California Press; 2002.

Nestle M. Brazil's new dietary guidelines: food-based! [internet]. 2014; [acesso em 15 out 2017]. Disponível em: <http://www.foodpolitics.com/2014/02/brazils-new-dietary-guidelines-food-based/>; 2014 [

- Ochs E, Smith R, Taylor C. Detective stories at dinnertime: problem-solving through co-narration. *Cultural Dynamics*. 1989;2(2):238-57.
- Ochs E, Shohet M. The cultural structuring of mealtime socialization. *New Dir Child Adolesc Dev*. 2006(111):35-49.
- Olsen W. Coleta de dados. *Debates e métodos fundamentais em pesquisa social*. Penso; 2015.
- Oliveira MS, Silva-Amparo L. Food-based dietary guidelines: a comparative analysis between the Dietary Guidelines for the Brazilian Population 2006 and 2014. *Public Health Nutr*. 2017:1-8.
- Ortigoza ASG. Alimentação e saúde: as novas relações espaço-tempo e suas implicações nos hábitos de consumo de alimentos. *Ra'e Ga*. 2008(15):83-93.
- PAHO - Pan American Health Organization. Ultra-processed food and drink products in Latin America: trends, impact on obesity, policy implications [internet]. Washington (DC); 2015 [acesso em 15 out 2017]. Disponível em: http://iris.paho.org/xmlui/bitstream/handle/123456789/7699/9789275118641_eng.pdf
- PAHO - Pan American health Organization. Division of Health promotion and protection. Food based dietary guidelines and health promotion in Latin American [internet]; 1999 [acesso em 21 mar 2016]. Disponível em: http://www.who.int/nutrition/publications/nutrientrequirements/dietguide_paho.pdf?ua=1
- Patton MQ. *Qualitative evaluation and research methods*. London: Sage; 1990.
- Pereira JCR. *Análise de dados qualitativos: Estratégias metodológicas para as ciências da saúde, humanas e sociais*. São Paulo: Edusp; 2004.
- Philippi ST, Latterza AR, Cruz ATR, Ribeiro LC. Adapted Food Pyramid: A guide for a right food choice. *Rev Nut*. 1999;12(1):15.
- Philippi ST. *Pirâmide dos alimentos: fundamentos básicos da nutrição*. Barueri: Manole; 2008.
- Piovesan A, Temporini ER. Exploratory research: a methodological procedure for the study of human factors in the field of Public Health. *Revista de Saúde Pública*. 1995;29(4):318-25.
- Pliner P, Bell R. A table for one: The pain and pleasure of eating alone. In: Meiselman HL, editor. *Meals in science and practice: Interdisciplinary research and business applications*. Cambridge: CRC Press & Woodhead; 2009. p. 169-89.
- Pollan M. *O dilema do onívoro: uma história natural de quatro refeições*. Rio de Janeiro: Intrínseca; 2007.
- Pollan M. *In defense of food: An eater's manifesto*. New York: Penguin Press; 2008.
- Pons SC. Pontos de partida teórico-metodológicos para o estudo sociocultural da alimentação em um contexto de transformação. In: Canesqui AM, Garcia RWD, organizadoras. *Antropologia e Nutrição: um diálogo possível*. Rio de Janeiro: Fiocruz; 2005. p. 101-126.

Poulain J-P, Proença RPC. O espaço social alimentar: um instrumento para o estudo dos modelos alimentares. *Rev Nutr.* 2003a;16(3):245-56.

Poulain J-P, Proença RPC. Reflexões metodológicas para o estudo das práticas alimentares. *Rev Nutr.* 2003b;16(4):365-386.

Poulain J-P. Sociologias da alimentação: os comedores e o espaço social alimentar. 2. ed. Florianópolis: Editora da UFSC; 2013.

Pretti D, Urbano H. A linguagem falada culta na cidade de São Paulo. São Paulo: Quero; 1988.

Quintiliani LM, Campbell MK, Haines PS, Webber KH. The use of the pile sort method in identifying groups of healthful lifestyle behaviors among female community college students. *J Am Diet Assoc.* 2008;108(9):1503-7.

Rauber F, Campagnolo PD, Hoffman DJ, Vitolo MR. Consumption of ultra-processed food products and its effects on children's lipid profiles: a longitudinal study. *Nutr Metab Cardiovasc Dis.* 2015;25(1):116-22.

Reicks M, Banna J, Cluskey M, Gunther C, Hongu N, Richards R, et al. Influence of parenting practices on eating behaviors of early adolescents during independent eating occasions: implications for obesity prevention. *Nutrients.* 2015;7(10):8783-801.

Robinson E, Aveyard P, Daley A, Jolly K, Lewis A, Lycett D, et al. Eating attentively: a systematic review and meta-analysis of the effect of food intake memory and awareness on eating. *Am J Clin Nutr.* 2013;97(4):728-42.

Rocks T, Pelly F, Slater G, Martin LA. Eating attitudes and behaviours of students enrolled in undergraduate nutrition and dietetics degrees. *Nutr Diet.* 2017;74(4):381-7.

Rodrigues PRM, Luiz RR, Monteiro LS, Ferreira MG, Gonçalves-Silva RMV, Pereira RA. Adolescents' unhealthy eating habits are associated with meal skipping. *Nutrition.* 2017;42:114-20.e1.

Rojas JEA. O indivisível e o divisível na história oral. In: Martinelli ML, organizadora. Pesquisa qualitativa: um instigante desafio. São Paulo: Veras; 1999. p. 87-94.

Ross BH, Murphy GL. Food for thought: cross-classification and category organization in a complex real-world domain. *Cogn Psychol.* 1999;38(4):495-553.

Rovaletti ML. The post-modern society as a crisis of the commensality. *Vertex.* 2013;24(112):405-9.

Salvy SJ, Jarrin D, Paluch R, Irfan N, Pliner P. Effects of social influence on eating in couples, friends and strangers. *Appetite.* 2007;49(1):92-9.

Santos KMO. O desenvolvimento histórico da ciência da nutrição em relação ao de outras ciências. Campinas: UNICAMP; 1989.

Santos BS. Um discurso sobre as ciências. Porto: Discurso Editorial; 1997.

- Sato PM, Lourenço BH, Trude ACB, Unsain RF, Pereira PR, Martins PA, et al. Family meals and eating practices among mothers in Santos, Brazil: a population-based study. *Appetite*. 2016;103:38-44.
- Scagliusi FB, Nakagawa KA, Campos RM, Kotait M, Fabbri A, Sato P, et al. Nutritional knowledge, eating attitudes and chronic dietary restraint among men with eating disorders. *Appetite*. 2009;53(3):446-9.
- Scagliusi FB, da Rocha Pereira P, Unsain RF, de Moraes Sato P. Eating at the table, on the couch and in bed: an exploration of different locus of commensality in the discourses of Brazilian working mothers. *Appetite*. 2016;103:80-6.
- Scherwitz L, Kesten D. Seven eating styles linked to overeating, overweight, and obesity. *Explore (NY)*. 2005;1(5):342-59.
- Schraiber LB. Pesquisa qualitativa em saúde: reflexões metodológicas do relato oral e produção de narrativas em estudo sobre a profissão médica. *Rev Saude Publica*. 1995;29(1):63-74.
- Scrinis G. *Nutritionism: The science and politics of dietary advice*. New York: Columbia University Press; 2013.
- Silva VF. Os papéis de Dourados-MS no contexto regional: apontamentos para análise de uma cidade média [dissertação]. Dourados: Universidade Federal da Grande Dourados; 2010.
- Simmel G. *Sociologia de la comida. El individuo y la libertad: ensayos de crítica de la cultura*. Barcelona: Península; 1986.
- Sobal J. Sociability and meals: facilitation, commensality, and interaction. In: Meiselman HL, editor. *Dimensions of the meal: the science, culture, business and art of eating*. Gaithersburg: Aspen; 2000. p. 119-33.
- Sobal J, Nelson MK. Commensal eating patterns: a community study. *Appetite*. 2003;41(2):181-90.
- Spradley J. *The Ethnographic Interview*. New York, NY: Holt, Rinehart and Winston; 1979.
- Stroebele N, De Castro JM. Effect of ambience on food intake and food choice. *Nutrition*. 2004;20(9):821-38.
- Sumner J. Waging the struggle for healthy eating: food environments, dietary regimes and Brazil's dietary guidelines. *Local Environment*. 2015;21(10):1230-42.
- Swinburn B, Egger G, Raza F. Dissecting obesogenic environments: the development and application of a framework for identifying and prioritizing environmental interventions for obesity. *Prev Med*. 1999;29(6 Pt 1):563-70.
- Tavares LF, Fonseca SC, Garcia Rosa ML, Yokoo EM. Relationship between ultra-processed foods and metabolic syndrome in adolescents from a Brazilian family doctor program. *Public Health Nutr*. 2012;(15),1,82-87.

Temporini ER. Preventive activities in vision problems of school children. *Rev Saude Publica*. 1984;18(3):259-62.

Vedovato GM, Trude AC, Kharmats AY, Martins PA. Degree of food processing of household acquisition patterns in a Brazilian urban area is related to food buying preferences and perceived food environment. *Appetite*. 2015;87:296-302.

Vesnaver E, Keller HH, Sutherland O, Maitland SB, Locher JL. Alone at the Table: Food Behavior and the Loss of Commensality in Widowhood. *J Gerontol B Psychol Sci Soc Sci*. 2016;71(6):1059-69.

Vesnaver E, Keller HH. Social influences and eating behavior in later life: a review. *J Nutr Gerontol Geriatr*. 2011;30(1):2-23.

Vox [internet]. Brazil has the best nutritional guidelines in the world; 2015 [acesso em 23 out 2017]. Disponível em: <https://www.vox.com/2015/2/20/8076961/brazil-food-guide>

Weber M. *La ciudad*. Madrid: Piqueta; 1987.

Weller SC, Romney AK. *Systematic Data Collection, Qualitative Research Methods*. Newbery Park, CA: Sage Publications; 1988.

Welsh S, Davis C, Shaw A. Development of the food guide pyramid. *Nutr Today*. 1992:12-23.

WHO - World Health Organization. *Preparation and Use of Food-Based Dietary Guidelines*. Geneva: World Health Organization; 1998 (WHO technical report series; 880).

Worsley A. Thought for food: Investigations of cognitive aspects of food. *Ecol Food Nutr*. 1980;9:65-80

APÊNDICES

Apêndice 1 - Convite para participação do estudo.

Participe da pesquisa	
Implicações dos produtos ultraprocessados nas práticas alimentares: contribuições da pesquisa qualitativa.	
O que é?	É uma pesquisa de doutorado de Bruna Menegassi – aluna FSP/USP e professora FCS/UFGD
Como será ?	Uma entrevista áudio-gravada (cerca de 30 minutos)
Como participar ?	Envie um e-mail para brunamenegassi.nut@gmail.com
Onde?	Agendaremos um lugar para a entrevista nas Unidades 1 ou 2 da UFGD
Quem pode participar?	Alunos de graduação, técnicos administrativos e professores da UFGD
Quando?	Enviar e-mail de 28 de janeiro à 07 de fevereiro de 2016

Apêndice 2 - Roteiro para a entrevista semiestruturada.

Introdução à entrevista	
Apresentação do entrevistador e dos tópicos da entrevista	Nós conversaremos um pouco sobre algumas temáticas presentes no Guia Alimentar para a População Brasileira
Tópicos	Pergunta
1. Maneiras de comer do participante em um contexto geral	Me conte um pouco sobre o jeito que você come no seu dia-a-dia.
2. Representações e práticas sobre comer com regularidade e atenção	Para você, o que significa comer com regularidade e atenção?
3. Representações e práticas sobre comer em ambientes apropriados	O que você considera um local apropriado para comer?
4. Representações e práticas sobre comer em companhia	O que você acha sobre comer em companhia?
5. Incentivo para falar sobre as representações e práticas	E como é no seu dia a dia? E como é isso para você?
6. Classificação livre dos alimentos	Aqui eu tenho 24 figuras de alimentos. Você poderia classificar livremente esses alimentos?
7. Classificação dos alimentos com base na classificação NOVA de alimentos	Agora você poderia classificar essas figuras de acordo com esses grupos? (apresentando os nomes dos quatro grupos da classificação NOVA em tiras de papel)
Finalização da entrevista	
Agradecimento ao entrevistado	Nós discutimos uma porção de assuntos interessantes, há alguma coisa que não discutimos? Há algo mais que você gostaria de me dizer? Apresentar as recomendações do Guia sobre o ato de comer e a comensalidade e a classificação NOVA.

Apêndice 3 - Ficha para coleta de dados dos participantes.

Nome do participante:		
Cidade em que nasceu:		
Há quanto tempo mora em Dourados:		
Segmento: Professor () Técnico administrativo () Estudante de graduação ()		
Sexo:	Idade:	Estado civil:
Número de filhos:	Profissão:	
Telefone para contato:	E-mail:	
Escolaridade:		
Peso referido:	Altura referida:	
Data da entrevista:	Local:	Duração da entrevista:
Particularidades ocorridas durante a entrevista:		

Apêndice 4 - Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

Você está sendo convidado(a) como voluntário(a) a participar da pesquisa: “Implicações dos produtos ultraprocessados nas práticas alimentares: contribuições da pesquisa qualitativa”.

A JUSTIFICATIVA, OS OBJETIVOS E OS PROCEDIMENTOS: O motivo que nos leva a estudar o assunto são as mudanças que vêm ocorrendo nas práticas alimentares, ou seja, nas formas de comer, devido ao ultra processamento dos alimentos (produtos prontos para comer e/ou pré-preparados prontos para aquecer). O tema é de grande importância atual e, por isso, está presente na 2.^a edição do Guia Alimentar para a População Brasileira elaborado pelo Ministério da Saúde. No entanto, para que políticas públicas, como essa, sejam efetivas em seus propósitos é importante conhecer as maneiras de agir, sentir e pensar das pessoas sobre o tema. No Brasil não há estudos das práticas alimentares no contexto atual e relevante dos produtos ultraprocessados, o que justifica a proposta desse trabalho. O objetivo desse projeto é estudar como os produtos ultraprocessados podem interferir positiva ou negativamente nas práticas alimentares.

Os procedimentos de coleta de material dados será através de entrevistas de acordo com uma metodologia escolhida pela pesquisadora. A entrevista, composta de algumas perguntas, será áudio-gravada. As observações de comportamento não-verbais e situações poderão ser anotadas em diário de campo do entrevistador. A sua participação será única, significando que não será requisitado em outro momento da pesquisa.

DESCONFORTOS E RISCOS E BENEFÍCIOS: Existe um desconforto e risco mínimo para você que se submeter à coleta de dados para essa pesquisa, já que o tema alimentação envolve vários aspectos psicológicos, fisiológicos e socioculturais que podem trazer à tona as mais diversas situações já vividas a ela relacionadas. Por outro lado, possibilidade de expressão de dúvidas e conhecimentos sobre os produtos ultraprocessados e as práticas alimentares poderão constituir-se em benefícios a você.

FORMA DE ACOMPANHAMENTO E ASSISTÊNCIA: Após a pesquisa, caso você apresente alguma dúvida quanto às perguntas e queira melhor esclarecimento sobre o tema, você poderá entrar em contato com a pesquisadora através de telefone ou email. Caso, após a pesquisa, a pesquisadora identifique necessidade de acompanhamento por parte de profissional da saúde em quaisquer aspectos relacionados à participação na pesquisa, você será encaminhado adequadamente para assistência integral, imediata e gratuita de sua cidade.

GARANTIA DE ESCLARECIMENTO, LIBERDADE DE RECUSA E GARANTIA DE SIGILO: Você será esclarecido(a) sobre a pesquisa em qualquer aspecto que desejar. Você é livre para recusar-se a participar, retirar seu consentimento ou interromper a participação a qualquer momento. A sua participação é voluntária e a recusa em participar não irá acarretar qualquer penalidade ou perda de benefícios.

O(s) pesquisador(es) irá(ão) tratar a sua identidade, seus dados e as informações obtidas nesse estudo com padrões profissionais de sigilo. Os resultados dessa pesquisa serão enviados para você através de email, após sua completa conclusão e publicação. Sua identidade será mantida em sigilo nas entrevistas e nas fotos (através de programas de computação que impedem o reconhecimento da pessoa fotografada) Qualquer material

Apêndice 4 - Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (continuação).

que indique a sua participação não será liberado sem a sua permissão. Você não será identificado(a) em nenhuma publicação que possa resultar deste estudo. Uma via deste consentimento informado será arquivada pelo pesquisador pelo prazo de 5 anos e outra será fornecida a você.

CUSTOS DA PARTICIPAÇÃO, RESSARCIMENTO E INDENIZAÇÃO POR EVENTUAIS DANOS: A participação no estudo não acarretará custos para você e não será disponível nenhuma compensação financeira. Não haverá, por parte dos pesquisadores, quaisquer indenizações por danos decorrentes da pesquisa, visto o risco mínimo que ela oferece e o acompanhamento e a assistência disponibilizados aos participantes em casos de necessidade.

DECLARAÇÃO DO SUJEITO E/OU DO RESPONSÁVEL LEGAL:

Eu, _____
fui informado(a) dos objetivos da pesquisa acima de maneira clara e detalhada e esclareci minhas dúvidas. Sei que em qualquer momento poderei solicitar novas informações e motivar minha decisão se assim o desejar. O(s) pesquisador(es) Bruna Menegassi e Jean-Claude Moubarac certificaram-me de que todos os dados desta pesquisa serão confidenciais. Também sei que caso existam gastos adicionais, estes serão absorvidos pelo orçamento da pesquisa. Em caso de dúvidas poderei contatar a pesquisadora Bruna Menegassi no telefone (67) 8142-0834 ou no email: bmenegassi@usp.br ou ainda o Comitê de Ética em Pesquisa da Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo, sito à Av. Dr. Arnaldo, 715, Cerqueira César – CEP 01246-904, São Paulo, SP – Telefone: (11) 3061-7779 – e-mail: coep@fsp.usp.br.

Declaro que concordo em participar desse estudo. Recebi uma via desse termo de consentimento livre e esclarecido e me foi dada a oportunidade de ler e esclarecer todas as minhas dúvidas.

Dourados, ____ de _____ de 2015.

Assinatura do sujeito da pesquisa
ou responsável legal

Assinatura do pesquisador
responsável
(carimbo ou nome legível)

PESQUISADORA RESPONSÁVEL:

Bruna Menegassi – aluna do Programa de Doutorado da Faculdade de Saúde Pública da USP/
Fone: (67) 8142-0834/ email: bmenegassi@usp.br

ORIENTADOR:

Prof. Dr. Jean-Claude Moubarac (Faculdade de Saúde Pública)/ Fone: (11) 3061-7701/ email: jmoubarac@usp.br

ANEXOS

Anexo 1 - Parecer do comitê de ética da Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo.

<p>FACULDADE DE SAÚDE PÚBLICA DA UNIVERSIDADE DE SÃO PAULO</p> 								
PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP								
DADOS DO PROJETO DE PESQUISA								
Título da Pesquisa: Implicações dos produtos ultraprocessados nas práticas alimentares: contribuições da pesquisa qualitativa.								
Pesquisador: Bruna Menegassi								
Área Temática:								
Versão: 2								
CAAE: 42989015.1.0000.5421								
Instituição Proponente: Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo - FSP/USP								
Patrocinador Principal: Financiamento Próprio								
DADOS DO PARECER								
Número do Parecer: 1.127.723								
Data da Relatoria: 19/06/2015								
Apresentação do Projeto:								
Trata-se de 2ª versão apresentada pela pesquisadora. A pendência do parecer anterior referia-se à necessidade de documentação de que a Pró-reitoria de Pós-Graduação da Universidade de São Paulo foi notificada sobre a realização da coleta de dados na Cidade Universitária.								
A pesquisadora modificou o local de estudo para a Cidade Universitária da Universidade Federal da Grande Dourados (UFGD), pois mudou-se para a cidade de Dourados - MS, devido à sua contratação como Professora na UFGD.								
Apresentou a autorização de realização da coleta de dados assinada pela vice-reitora da UFGD.								
Objetivo da Pesquisa:								
- Identificar dentre as implicações dos produtos ultraprocessados, aquelas relacionadas às práticas alimentares;								
- analisar e caracterizar os descritores das práticas alimentares no contexto dos produtos ultraprocessados, a partir da ótica dos sujeitos pesquisados.								
Avaliação dos Riscos e Benefícios:								
Riscos mínimos: tema alimentação envolve vários aspectos psicológicos, fisiológicos e								
<table style="width: 100%; border: none;"> <tr> <td style="border: none;">Endereço: Av. Doutor Arnaldo, 715</td> <td style="border: none;">CEP: 01.245-904</td> </tr> <tr> <td style="border: none;">Bairro: Cerqueira César</td> <td style="border: none;"></td> </tr> <tr> <td style="border: none;">UF: SP</td> <td style="border: none;">Município: SÃO PAULO</td> </tr> <tr> <td style="border: none;">Telefone: (11)2061-7779</td> <td style="border: none;">Fax: (11)2061-7779 e-mail: cep@fsp.usp.br</td> </tr> </table>	Endereço: Av. Doutor Arnaldo, 715	CEP: 01.245-904	Bairro: Cerqueira César		UF: SP	Município: SÃO PAULO	Telefone: (11)2061-7779	Fax: (11)2061-7779 e-mail: cep@fsp.usp.br
Endereço: Av. Doutor Arnaldo, 715	CEP: 01.245-904							
Bairro: Cerqueira César								
UF: SP	Município: SÃO PAULO							
Telefone: (11)2061-7779	Fax: (11)2061-7779 e-mail: cep@fsp.usp.br							

Anexo 2 - Aprovação pela reitoria da Universidade Federal da Grande Dourados para realização da coleta de dados do estudo nessa instituição.



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
FUNDAÇÃO UNIVERSIDADE FEDERAL DA GRANDE DOURADOS

TERMO DE COMPROMISSO

Autorizamos a aluna Bruna Menegassi, regularmente matriculada no Programa de Pós Graduação da Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo (FSP-USP) sob número USP 5851072, a realizar a coleta de dados referente à sua pesquisa de doutorado intitulada "Implicações dos produtos ultraprocessados nas práticas alimentares: contribuições da pesquisa qualitativa", sob orientação do Prof. Dr Jean-Claude Moubarac, professor credenciado também a essa universidade. A pesquisa será realizada nas dependências da Universidade Federal da Grande Dourados (UFGD) e os dados deverão ser utilizados exclusivamente para os objetivos da pesquisa e publicações na literatura científica relacionada.

Estou ciente que o projeto terá seu início somente após a aprovação pelo Comitê de Ética em Pesquisa, mediante parecer ético consubstanciado.

Declaramos que conhecemos a Res. 466/12 – CNS/CONEP e que seguiremos seus preceitos.

Dourados-MS, 12 de maio de 2015.

(assinatura)

Prof. Marlene Estevão Marchetti
Vice-Reitora
Universidade Federal da Grande Dourados

Nome: Marlene Estevão Marchetti
RG: 6.173.468-8 (SSP/SP)
CPF: 961.663.048-20
Cargo: Vice-Reitora
CNPJ:

Primeira página do currículo lattes da autora da tese Bruna Menegassi



Bruna Menegassi

Endereço para acessar este CV: <http://lattes.cnpq.br/9909068386622464>
Última atualização do currículo em 23/11/2017

Bruna Menegassi é doutoranda em Nutrição em Saúde Pública pela Universidade de São Paulo, mestre em Ciências por essa mesma universidade e graduada em nutrição pela Universidade Estadual Paulista. Realizou mestrado-sanduíche na Universidade de Buenos Aires (UBA). Atuou durante três anos e meio na iniciativa privada e foi Membro de Comitê de Métodos Analíticos do SINDIRAÇÕES. Atuou como docente EAD no Instituto Sul Americano de Pesquisa e Desenvolvimento em convênio com a Universidad de Morón (UM) e como professora colaboradora do departamento de nutrição da Universidade Estadual do Centro Oeste (UNICENTRO-PR). Atualmente é professora assistente na Faculdade de Ciências da Saúde da Universidade Federal da Grande Dourados (UFGD-MS). É membro da Aliança pela Alimentação Adequada e Saudável. Atua nas seguintes áreas: Alimentação e nutrição, Saúde Pública, Alimentos, Práticas Alimentares, Unidades de Alimentação e Nutrição. (Texto informado pelo autor)

Identificação

Nome	Bruna Menegassi
Nome em citações bibliográficas	MENEGASSI, B.;MENEGASSI, B;MENEGASSI, BRUNA

Endereço

Endereço Profissional	Universidade Federal da Grande Dourados, Faculdade de Ciências da Saúde. AC Dourados Jardim América 79804970 - Dourados, MS - Brasil - Caixa-postal: 533 Telefone: (67) 34102325 URL da Homepage: http://portal.ufgd.edu.br/cursos/nutricao
-----------------------	--

Formação acadêmica/titulação

2014	Doutorado em andamento em Nutrição em Saúde Pública. Universidade de São Paulo, USP, Brasil. Título: A classificação NOVA de alimentos, o ato de comer e a comensalidade nas recomendações do Guia Alimentar para a População Brasileira: contribuições da pesquisa qualitativa, Orientador: 🇫🇷 Jean-Claude Moubarac. Palavras-chave: práticas alimentares; comportamento alimentar; comer consciente; produtos ultraprocessados; obesidade. Grande área: Ciências da Saúde
2007 - 2009	Mestrado em Nutrição em Saúde Pública. Universidade de São Paulo, USP, Brasil. com período sanduíche em Universidad de Buenos Aires (Orientador: Ana Pilosof). Título: Efeito da extrusão nas características tecnológicas da farinha de amaranto (<i>Amaranthus cruentus</i> L. BRS-Alegria), Ano de Obtenção: 2009. Orientador: 🇧🇷 José Alfredo Gomes Arêas. Bolsista do(a): Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado de São Paulo, FAPESP, Brasil. Palavras-chave: Extrusão termoplástica; Amaranto; alimentos funcionais; farinha; farinha instantânea.
2002 - 2006	Graduação em Nutrição. Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho, UNESP, Brasil.
1998 - 2000	Ensino Médio (2º grau). Fundação Instituto Tecnológico de Osasco, FITO, Brasil.

Primeira página do currículo lattes do orientador da tese Jean-Claude Moubarac



Jean-Claude Moubarac

Endereço para acessar este CV: <http://lattes.cnpq.br/7206756568112921>
Última atualização do currículo em 22/08/2014

I have a bachelor and a master in anthropology, and a PhD in public health. I am currently in my third year as a post-doctoral research fellow in public health and nutrition. I accumulated 10 years of experience in research and practice related in public health, with 6 years in the area of obesity and chronic diseases. I privileged an interdisciplinary approach and my research interests are connected to food and health and include: behavioral and sociocultural determinants of food consumption, food experiences amongst migrants, macro-determinants of food systems including food corporations, and the relationships between food processing, quality of diets and health. I have published two conceptual papers on the issues of race and ethnicity in public health and epidemiology. I now coordinate an international research project that aims at examining the role of cooking and of industrial food processing on the quality of diets and obesity. I have expertise in mixed methods, analysis of food expenditures and dietary surveys. I am involved in a project with colleagues and the FAO on the development of guidelines to conduct analysis of diets in terms of the extent and purpose of industrial food processing. I am also involved with colleagues in food policy and the development of new evidence-based dietary guidelines. My research projects now involve collaboration with researchers at the Institute for Global Food Security at McGill University, the department of Nutrition at Université de Montréal, and the University of São Paulo in Brazil. (Texto informado pelo autor)

Identificação

Nome	Jean-Claude Moubarac
Nome em citações bibliográficas	Moubarac, J-C;MOUBARAC, J.-C.;Moubarac, Jean-Claude

Endereço

Endereço Profissional	Universidade de São Paulo. Avenida Doutor Arnaldo - de 601/602 ao fim Sumaré 01255000 - São Paulo, SP - Brasil Telefone: (11) 25065369
------------------------------	--

Formação acadêmica/titulação

2004 - 2011	Doutorado. Université de Montreal. Título: Etude du comportement et des contextes associés à la consommation d'aliments sucrés dans une communauté montrealaise originaire du Moyent-Orient, Ano de obtenção: 2011. Orientador: Mark Daniel. Grande área: Ciências da Saúde / Área: Saúde Coletiva / Subárea: Saúde Pública.
--------------------	--

Pós-doutorado

2011 - 2014	Pós-Doutorado. Universidade de São Paulo, USP, Brasil. Bolsista do(a): Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado de São Paulo. Grande área: Ciências da Saúde / Área: Saúde Coletiva / Subárea: Saúde Pública. Grande Área: Ciências da Saúde / Área: Nutrição.
--------------------	---

Áreas de atuação

1.	Grande área: Ciências da Saúde / Área: Saúde Coletiva / Subárea: Saúde Pública.
2.	Grande área: Ciências da Saúde / Área: Nutrição.
3.	Grande área: Ciências Humanas / Área: Antropologia.