UNIVERSIDADE DE SÃO PAULO

FCF/FEA/FSP

**Programa de Pós-Graduação Interunidades em Nutrição Humana
Aplicada - PRONUT**

**Adaptação de instrumento para caracterização de hábitos
culinários em população urbana**

Luciana Mastroso Bueno de Souza

Dissertação para obtenção do Título de
Mestre

Orientador: Profa. Dra. Elizabeth Aparecida
Ferraz da Silva Torres

UNIVERSIDADE DE SÃO PAULO
FCF/FEA/FSP
Programa de Pós-Graduação Interunidades em Nutrição Humana
Aplicada - PRONUT

**Adaptação de instrumento para caracterização de hábitos
culinários em população urbana**

Luciana Mastroso Bueno de Souza

Versão corrigida da Dissertação conforme Resolução CoPGr 6018, de 13/10/2011
Original encontra-se disponível no Serviço de Pós-Graduação da FCF/USP

Dissertação para a obtenção do título de Mestre.

Orientadora: Profa. Dra. Elizabeth Aparecida Ferraz da Silva Torres

São Paulo
2019

Luciana Mastrorosa Bueno de Souza

Adaptação de instrumento para caracterização de hábitos
culinários em população urbana

Comissão Julgadora da
Dissertação para obtenção do Título de Mestre

Profa. Dra. Elizabeth Aparecida
Ferraz da Silva Torres
orientadora/presidente

1o. examinador

2o. examinador

3o. examinador

4o. examinador

São Paulo, 28 de janeiro de 2019.

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.

Ficha Catalográfica

Elaborada pela Divisão de Biblioteca e
Documentação do Conjunto das Químicas da USP.

Bibliotecária responsável pela orientação de catalogação da publicação:
Marlene Aparecida Vieira - CRB - 8/5562

<p>S729a em Paulo,</p>	<p>Souza, Luciana Mastroso Bueno de Adaptação de instrumento para caracterização de hábitos culinários população urbana. / Luciana Mastroso Bueno de Souza. -- São 2019. 190p.</p> <p>Dissertação (mestrado) - Faculdade de Ciências Farmacêuticas da USP. Faculdade de Economia, Administração e Contabilidade da USP. Faculdade de Saúde Pública da USP. Curso Interunidades em Nutrição Humana Aplicada. Orientador: Torres, Elizabeth Aparecida Ferraz da Silva</p> <p>I. Culinária : Ciência dos alimentos. I. T. II. Torres, Elizabeth Aparecida Ferraz da Silva, orientador.</p> <p style="text-align: right;">641.5 CDD</p>
--------------------------------	---

DEDICATÓRIA

Dedico este trabalho à minha filha amada, Olívia Mastrosoa Bueno de Souza. Espero que este trabalho possa te inspirar um dia, filha, a seguir voos cada vez mais altos.

AGRADECIMENTOS

Agradeço ao universo por estar aqui e encontrar tantas colheitas boas, sempre, em meu caminho. Agradeço à minha família pelo apoio durante esta caminhada, por vezes tão dura, mas cheia de aprendizados. Agradeço à minha querida professora e orientadora, Elizabeth Ferraz da Silva Torres, por me convidar a fazer parte de sua turma de orientandos e, com isso, abrir uma seara nova e boa em minha vida. Por todo o carinho, compreensão, apoio e auxílio, serei eternamente grata.

Obrigada aos anjos que me ajudaram em todo este percurso: Carla Martins e César Henrique de Carvalho Moraes – sem vocês, este trabalho não teria saído como eu gostaria. Agradeço à Profa. Denise Cavallini Cyrillo, pelo auxílio e pelas boas palavras. Às minhas amigas da graduação em Nutrição: Ana Caroline da Silva Costa, Desyrre Pelegrine, Julia Strauss, Lina Abu Alhuda e Poliana Herszkowicz, por todo apoio e ombro quando tantas vezes precisei.

Agradeço, de coração, ao Maurício Villa, que me apoiou de maneira fundamental e paciente nas análises, à Marília Franco Bueno e ao Alessandro Paes de Lima, pelo apoio moral tantas vezes concedido sem que eu precisasse pedir. A minha filha Olívia, por ter aguentado a mamãe tantas noites em claro, e ao seu pai, José Augusto de Assis Bueno de Souza, pelo apoio incondicional em todos os momentos.

Meu muito obrigada também vai aos funcionários do PRONUT, em particular à Suely, por toda a paciência e a compreensão – e pelas orientações precisas.

E, por fim, agradeço a todas as pessoas que se dispuseram a auxiliar no questionário, dispondo de alguns momentos de suas vidas para responder com paciência e carinho.

“Gracias a la vida, que me ha dado tanto”.

EPÍGRAFE

Devorando o Mundo

*“Nasci com a boca aberta...
entrando neste mundo suculento
de pêssegos e limões e sol maduro
e esta rosada e discreta carne de mulher;
este mundo onde a ceia está
no hálito do deserto sutil
nas espécies do mar distante
que flutuam no sonho tarde da noite.*

*Nasci em alguma parte entre
o cérebro e a romã
saboreando as texturas deliciosas
de cabelo e mãos e olhos,
do leito infinito, para caminhar
Sobre esta terra infinita.”*

- Fragmento. James Tipton (1995)

RESUMO

SOUZA, L.M.B. **Adaptação de instrumento para caracterização de hábitos culinários em população urbana**. 2019. 190 f. Dissertação (Mestrado) – Faculdade de Ciências Farmacêuticas da USP. Faculdade de Economia, Administração e Contabilidade da USP. Faculdade de Saúde Pública da USP. Curso Interunidades em Nutrição Humana Aplicada, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2019.

Introdução: O ato de cozinhar para si e para a família vem se transformando nos contextos urbanos e ocidentais, especialmente após a Segunda Guerra Mundial, ante inúmeras mudanças sociais, econômicas e na maneira de se alimentar. Esse contexto tem provocado alterações nos hábitos alimentares das populações, incluindo frequência e habilidades culinárias, em particular nas cidades mais urbanizadas e industrializadas, com impactos na saúde. **Objetivo:** Adaptar instrumento específico para caracterização dos hábitos culinários da população urbana do Estado de São Paulo (SP). **Material e Métodos:** Foi realizada a adaptação de instrumento focado nos hábitos culinários da população urbana do Estado de SP. Esse instrumento teve suas questões originais traduzidas, foi submetido à análise de especialistas (n=6) e aplicado em pré-teste (n=6) com a população-alvo para testar sua compreensão. Após as contribuições dos especialistas e respondentes do pré-teste, o instrumento foi revisado e aplicado à amostra não-probabilística da população-alvo (n= 261). A coleta de dados foi realizada por meio eletrônico, via plataforma *Survey Monkey*, com convite para participação feito pela rede social Facebook. Os resultados obtidos foram analisados com o auxílio do *software* Excel. **Resultados:** A amostra que respondeu ao instrumento foi caracterizada quanto à frequência de hábitos culinários, à frequência com que cozinha determinados alimentos, às habilidades culinárias, às motivações para cozinhar e à responsabilidade de cozinhar. Em relação à frequência dos hábitos culinários, mais da metade da amostra de homens (57,15%) tem o hábito de cozinhar em casa de 1 vez a 3 vezes na semana, sendo que 35,71% dos homens cozinham 7 vezes ou mais na semana. Todos os homens cozinham ao menos 1 vez na semana. Para as mulheres, 2,29% declararam não cozinhar nunca, enquanto 38,86% delas declararam cozinhar 7 vezes ou mais na semana. O restante da amostra (49,71%), afirmou cozinhar de 1 a 6 vezes na semana. O tempo parece ser um determinante importante para a frequência: para 57,14% dos homens, “ter mais tempo livre” poderia fazer com que cozinhassem mais. O resultado foi similar para as mulheres: 60,57% concordam que cozinhariam mais se tivessem mais tempo. Quando questionados sobre se “gostariam de cozinhar com mais frequência”, 64,54% dos homens declararam que sim. Para as mulheres, o resultado foi ligeiramente menor, com 51,43% declarando que gostariam de cozinhar mais frequentemente. **Conclusão:** Esta pesquisa atingiu seu objetivo (adaptar um instrumento para a caracterização dos hábitos culinários da população brasileira urbana, em particular a do Estado de SP. Mesmo com a amostragem não-probabilística, com diferença grande no número de homens e mulheres respondentes, a pesquisa serviu para dar pistas de como a população urbana brasileira residente no Estado de São Paulo cozinha.

Palavras-chave: culinária, hábitos culinários, frequência culinária, habilidades culinárias, nutrição humana.

ABSTRACT

SOUZA, L.M.B. **Adaptation of a questionnaire for characterization of culinary habits in urban population.** 2019. 190f. Dissertation (Master's degree) - Faculty of Pharmaceutical Sciences/ USP. School of Economics, Management and Accounting/ USP. Faculty of Public Health/ USP. Interunit's Course in Applied Human Nutrition, University of São Paulo, São Paulo, 2019.

Introduction: The act of cooking at home has been changing in the urban and western contexts, especially after the Second World War, due to several changes in the social, economic and food scenarios. This context has caused changes in the culinary habits of populations, including culinary skills and frequency, particularly in the most urbanized and industrialized cities, impacting the public health.

Objectives: To adapt a specific questionnaire to trace the culinary habits of the urban population of the State of São Paulo, Brazil. **Materials and Methods:** The adaptation of a questionnaire focused on the culinary habits of the urban population of the State of São Paulo was carried out. This questionnaire had their original questions translated and was submitted to expert analysis (n = 6) and pre-tested (n = 6) with the target population to test the questionnaire's understanding. After the contributions of the specialists and respondents of the pre-test, the questionnaire was reviewed and applied to a non-probabilistic sample of the urban population of the State of São Paulo (n = 261). Data collection was performed by electronic means, like Survey Monkey platform. The invitation to participate was sent by the social network Facebook. As an inclusion criterion, respondent's age should be between 20 and 60 years old (adults and seniors, classified according to IBGE). The results were analyzed with the use of Excel software. **Results:** The target population that answered the questionnaire was characterized by their frequency of cooking habits, frequency of when they cook certain foods, cooking skills, cooking motivations and cooking responsibilities. In relation to the frequency of culinary habits, 57.15% of men cooked at home from 1 to 3 times a week; 35.71% of men cooked 7 times or more in a week. All the men declared to cook at least once a week. For women, 2.29% said they never cooked, while 38.86% said they cooked 7 or more times a week. The rest of the women (49.71%) said they cooked from 1 to 6 times a week. In addition, time seems to be an important determinant of the frequency of culinary habits: for most men (57.14%), "having more free time" could make them cook more. The result was similar for women: 60.57% agreed they would cook more if they had more time. When questioned about whether they "would like to cook more often," 64.54% of the men stated they agreed with the statement. For women, the result was slightly lower, with 51.43% of women stating that they would like to cook more often. **Conclusion:** this research reached its objective of adapting a questionnaire to characterize the culinary habits of the Brazilian urban population, in particular the one that lives in the State of São Paulo. Even with a non-probabilistic sampling with a large difference in the number of men and women who answered the questionnaire, the present research revealed itself important to give clues of how Brazilians cook.

Key words: culinary, cooking habits, cooking frequency, cooking abilities, human nutrition.

LISTA DE FIGURAS E QUADROS

Figura 1. Fluxograma do estudo	39
Quadro 1. Itens do instrumento de caracterização dos hábitos culinários.....	46
Quadro 2. Itens do instrumento para caracterização socioeconômica e demográfica	54

LISTA DE TABELAS

Tabela 1. Distribuição da amostra por sexo, estado civil, ocupação e grau de instrução de homens e mulheres, São Paulo (SP), 2019	62
Tabela 2. Frequência com que homens e mulheres cozinham em suas residências, São Paulo, SP, 2019	63
Tabela 3. Determinantes da frequência com que homens e mulheres cozinham em suas residências, São Paulo (SP), 2019	64
Tabela 4. Frequência com que homens e mulheres cozinham determinados alimentos em suas residências, São Paulo (SP), 2019	68
Tabela 5. Habilidades culinárias de homens e mulheres, São Paulo (SP), 2019	71
Tabela 6. Motivações de homens e mulheres para cozinhar em suas residências, São Paulo (SP), 2019	74
Tabela 7. Responsabilidade de homens e mulheres de cozinhar em suas residências, São Paulo (SP), 2019	76

LISTA DE ABREVIATURAS

DCNT – Doenças Crônicas Não Transmissíveis

IBGE – Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística

IMC – Índice de Massa Corporal

OMS – Organização Mundial da Saúde

POF – Pesquisa de Orçamentos Familiares

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	15
2. JUSTIFICATIVA	19
3. OBJETIVOS	19
3.1. Objetivo Geral	19
3.2. Objetivos Específicos	19
4. REFERENCIAL TEÓRICO	20
4.1. Comer	21
4.2. Cozinhar	24
4.3. Comprar	32
4.4. Viver	34
4.5. Hipótese	37
5. MATERIAL E MÉTODOS	37
5.1. Delineamento do estudo	37
5.2. Uso da rede social <i>Facebook</i>	40
5.3. População	42
5.4. Amostragem	43
5.5. Coleta de dados.....	44
5.6. Aspectos éticos	45
5.7. Processo de adaptação transcultural	45
5.7.1. Instrumento de caracterização de hábitos culinários	45
5.7.2. Instrumento socioeconômico e demográfico	54
5.7.3. Análise dos dados	57
6. RESULTADOS E DISCUSSÃO	58
6.1. Adaptação transcultural e aprovação por especialistas	58
6.2. Pré-teste na população-alvo	60
6.3. Caracterização da amostra	60
6.3.1. Frequência de hábitos culinários	62
6.3.2. Frequência com que cozinha determinados alimentos	65
6.3.3. Habilidades culinárias	70
6.3.4. Motivações para cozinhar	73
6.3.5. Responsabilidade de cozinhar	75
7. LIMITAÇÕES E PONTOS FORTES	76

8. CONCLUSÃO	78
9. REFERÊNCIAS	82
ANEXOS	90
ANEXO 1. Termo de Consentimento Livre e Esclarecido	91
ANEXO 2. Instrumento de caracterização socioeconômica e demográfica.....	94
ANEXO 3. Instrumento de caracterização de hábitos culinários (versão inicial)	98
ANEXO 4. Quadros para Critério Brasil de Classificação Econômica	105
ANEXO 5. Instrumento completo versão 1	107
ANEXO 6. Instrumento completo versão para especialistas	123
ANEXO 7. Instrumento completo versão para pré-teste	149
ANEXO 8. Instrumento completo final	173
ANEXO 9. Mensagem de e-mail de consentimento para uso de instrumento	188
ANEXO 10. Ficha do aluno	189

1. INTRODUÇÃO

As mudanças recentes nos hábitos alimentares dos brasileiros vêm posicionando o país “na transição da desnutrição para a obesidade” (MONTEIRO e CONDE, 2014), com impacto sobre as doenças cardiovasculares e as doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), como câncer, diabetes e obesidade. Na última década, o VIGITEL 2017¹ registrou aumento de 110% no número de obesos entre os jovens de 18 a 24 anos, quase o dobro da média registrada em todas as faixas etárias nesse mesmo período. A mesma pesquisa indica que a obesidade atinge atualmente 18,9% dos brasileiros, enquanto 54% dos cidadãos, ou seja, mais da metade da população, estão com sobrepeso. Em relação a outras doenças crônicas, como a hipertensão, no mesmo período referido acima, o diagnóstico médico aumentou na população adulta brasileira, passando de 22,6%, em 2006, para 24,3%, em 2017. A Organização Mundial de Saúde (OMS) afirma que um conjunto de fatores responde pela maioria das mortes por DCNT, a maioria delas ligadas ao estilo de vida, como tabagismo, alimentação inadequada, inatividade física e consumo de bebidas alcoólicas em excesso (WHO, 2014).

Globalmente, nota-se aumento nos índices de obesidade e excesso de peso nas últimas décadas, liderado pelos Estados Unidos (POPKIN, 2010). De acordo com especialistas da OMS, os hábitos alimentares são um importante determinante modificável das doenças crônicas, principalmente a obesidade – considerada uma porta de entrada para outras DCNT. Uma das causas apontadas para a epidemia de obesidade e de DCNT, mundialmente, é a substituição de alimentos *in natura*, como frutas, verduras, legumes e carnes frescas, e minimamente processados, como cereais e grãos, pelos alimentos ultraprocessados (CLARO, 2016). Dessa forma, especialmente nas capitais do Brasil e do mundo, o ritmo acelerado da vida contemporânea parece ter deixado uma parte da responsabilidade da produção da comida para a indústria alimentar. Como afirma Montanari (2008), a globalização do consumo vem exercendo impacto sobre o que as pessoas levam à mesa: “no decorrer do último século, a tendência à uniformidade dos consumos se tornou pouco a pouco mais forte e visível, seja pela multiplicação das trocas, seja pela

¹ VIGITEL – Vigilância de Fatores de Risco e Proteção para Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico. Ministério da Saúde do Brasil. 2017. Disponível em: http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/vigitel_brasil_2017_vigilancia_fatores_riscos.pdf. Acesso em: 17 dez. 2018.

afirmação da indústria alimentar e das multinacionais que controlam os mercados mundiais”.

A versão mais recente do Guia Alimentar para a População Brasileira (2014), publicada pelo Ministério da Saúde, propõe uma reflexão sobre essas mudanças no padrão alimentar brasileiro em direção ao consumo maior de alimentos industrializados. O Guia classifica os alimentos dividindo-os em quatro categorias, de acordo com grau de processamento envolvido em sua produção, de forma a auxiliar a população a fazer escolhas mais saudáveis, visando a conter o avanço de obesidade e DCNT. Assim, de acordo com o Guia, alimentos *in natura* ou minimamente processados são aqueles obtidos diretamente de plantas e animais, como folhas, frutos, ovos, leite, ou que passaram por um processamento mínimo – para se tornarem mais seguros ou melhores para o consumo. É o caso de “grãos secos, polidos e empacotados ou moídos na forma de farinhas, raízes e tubérculos lavados, cortes de carne resfriados ou congelados e leite pasteurizado”. Na segunda categoria, o Guia coloca os chamados “ingredientes culinários”, usados para cozinhar ou preparar alimentos, como óleos, gorduras, açúcar e sal. Para o Guia, esses dois primeiros grupos deveriam formar a base da dieta. A terceira categoria abrange, ainda segundo a publicação, os produtos processados, fabricados “com a adição de sal ou açúcar a um alimento *in natura* ou minimamente processado, como legumes em conserva, frutas em calda, queijos e pães”. Como recomendação, o Guia sugere que os processados sejam usados com moderação. Por fim, na quarta categoria, o Guia inclui os chamados “ultraprocessados”, que o documento define como “produtos cuja fabricação envolve diversas etapas e técnicas de processamento e vários ingredientes, muitos deles de uso exclusivamente industrial”. Dessa categoria fazem parte os produtos industrializados prontos para consumo, como salgadinhos de pacote, biscoitos recheados, guloseimas, refrigerantes açucarados e pratos prontos industrializados. O Guia sugere que os alimentos presentes nessa quarta categoria sejam evitados por serem, em geral, “nutricionalmente desbalanceados” e, por conta de sua formulação e apresentação, tenderem a ser “consumidos em excesso e a substituir os alimentos *in natura* ou minimamente processados”. De acordo com o Vigitel 2017, o brasileiro tem perseguido hábitos mais saudáveis: o consumo de refrigerantes e bebidas açucaradas caiu 52,7% entre 2007 e 2017, enquanto a

prática de atividades físicas no tempo livre aumentou 24,1% no período de 2009 a 2017. Apesar disso, a obesidade segue prevalente no país, especialmente entre a população mais jovem, como especificado mais acima.

Vale mencionar que nem todo alimento industrializado é potencialmente danoso. A indústria alimentícia exerce papel importante, na atualidade, posto que quase todo alimento que chega à mesa, principalmente nos centros urbanos, passa por algum grau de processamento, ainda que mínimo, como aponta o relatório² da PAHO – Pan American Health Organization, de 2015. O documento mostra que um alimento não é “saudável ou não saudável” simplesmente por ser “processado”. Diversos tipos de processamento são “essenciais, potencialmente benéficos e sem risco” algum para a saúde humana. Medidas como pasteurização, higienização, esterilização e tratamentos térmicos com calor ou frio (ORDOÑEZ, 1999) são fundamentais para evitar riscos microbiológicos nos alimentos e, também, para prolongar sua vida útil, garantindo que cheguem à mesa com qualidade e segurança. O importante é o excesso, ou seja, quando os alimentos ultraprocessados e prontos para consumo passam a ocupar o lugar da comida caseira, preparada com alimentos *in natura* ou minimamente processados.

Além de propor essa classificação dos alimentos segundo o grau de processamento, o Guia Alimentar para a População Brasileira (2014) também destaca a importância de se saber cozinhar e de fazer sua própria comida na busca por uma alimentação melhor, ressaltando que “o enfraquecimento da transmissão de habilidades culinárias entre gerações” pode favorecer a piora na alimentação. Ludwig (2011) destaca que uma das medidas úteis para se promover o uso mais inteligente da tecnologia alimentar é “preparar refeições a partir de ingredientes básicos, em casa”, ou seja, cozinhar. Nesse contexto, não basta ter acesso aos alimentos e saber consumi-los de maneira equilibrada, mas também é preciso saber o que fazer com eles, como combiná-los de maneira eficiente para transformá-los em comida saborosa e saudável. Para Adams et al. (2015), ter pouca habilidade culinária pode ser uma barreira para uma alimentação saudável. Como afirmam em seu estudo, pouca habilidade culinária, preparo menos frequente

² “Ultra-processed food and drink products in Latin America: Trends, impact on obesity, policy implications”, PAHO – Pan American Health Organization, 2015. Disponível em: http://www.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=11153%3Aultra-processed-food-and-drink-products&catid=7587%3Ageneral&Itemid=40601&lang=en. Acesso em abril/2017.

de comida feita em casa e consumo mais frequente de comidas prontas têm sido associados com dieta de menor qualidade, além de maior presença de obesidade e DCNT (ADAMS et al., 2015).

Cozinhar, além de ser potencialmente benéfico para a manutenção da saúde, é também um ato humano que atende não só às premissas mais básicas de alimentação e nutrição, como também a outras necessidades sociais. Como afirma Franco (2001), “os hábitos culinários de uma nação não decorrem somente do mero instinto de sobrevivência e da necessidade do homem de se alimentar. São expressão de sua história, geografia, clima, organização social e crenças religiosas”. Assim como ocorre com a linguagem, a cozinha “contém e expressa a cultura de quem a pratica, é depositária das tradições e das identidades de grupo” (MONTANARI, 2009). Diretamente associado à prática culinária, o ato de comer e, conseqüentemente, de fazer escolhas alimentares, é um “processo complexo, dinâmico e multifacetado, embutido nos relacionamentos sociais e que tem conseqüências a curto e longo prazos para a saúde” (ROSSI, MOREIRA e RAUEN, 2008).

No contexto dos países industrializados que seguem um estilo de vida ocidental e predominantemente urbano, onde se encaixa o Brasil, observa-se que, desde a segunda metade do século XX, o ato de cozinhar com frequência para si e para a família vem se alterando ante inúmeras transformações sociais e econômicas. As jornadas de trabalho estendidas e a pressão constante por produtividade, a falta de tempo crônica (JABS e DEVINE, 2006), as mudanças na estrutura familiar, o ingresso e a permanência da mulher no mercado de trabalho (FLANDRIN e MONTANARI, 1998), assim como a facilidade de acesso a alimentos industrializados³, entre outros, contribuem para que esse hábito não esteja mais, necessariamente, no centro da rotina pessoal e/ou familiar.

Partindo dessa premissa, questionou-se, na presente dissertação, qual seria a frequência com que os brasileiros cozinham em suas residências, especialmente aqueles que vivem em cidades urbanizadas e industrializadas, como São Paulo, onde é grande a oferta de produtos industrializados – como os ultraprocessados e outros produtos alimentares de conveniência.

³ PAHO, 2015.

2. JUSTIFICATIVA

A Pesquisa de Orçamentos Familiares (POF) 2008-2009, do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística, mostrou que as preparações culinárias feitas com alimentos *in natura* ou minimamente processados ainda correspondem, “em termos de calorias consumidas”, a dois terços da alimentação dos brasileiros, como cita o Guia Alimentar Para a População Brasileira (2014). Mesmo assim, pesquisas anteriores realizadas pelo IBGE apontaram tendência no aumento do consumo, segundo o Guia, de produtos alimentícios industrializados e prontos para consumo, como biscoitos, salgadinhos, guloseimas, salsichas e outros embutidos, que poderiam, por conveniência, substituir uma refeição nutricionalmente mais equilibrada e saudável.

Até o momento da realização desta pesquisa, não havia um instrumento único que contemplasse a frequência dos hábitos culinários dos brasileiros, de modo que se pudesse ter uma estimativa do quanto ainda se cozinha diariamente no Brasil. Por isso, optou-se por desenvolver um instrumento próprio, com base em outros (desenvolvidos por LEAL et al., 2011; e CHEN et al., 2012), produzidos na literatura acadêmica estrangeira, para, com isso, contribuir para produzir um instrumento em uma fase inicial que pudesse avaliar a frequência dos hábitos culinários dos brasileiros e começar a compreender como o ato de cozinhar ainda é praticado no Estado de São Paulo.

3. OBJETIVOS

3.1. Objetivo geral

Adaptar instrumento específico para caracterizar a frequência dos hábitos culinários da população urbana brasileira.

3.2. Objetivos específicos

1. Adaptar instrumento específico para caracterização dos hábitos culinários da população urbana brasileira, a partir de questões obtidas nos trabalhos de Leal et al. (2011) e Chen et al. (2012).

2. Consultar comitê de especialistas para avaliar o instrumento de caracterização de frequência de hábitos culinários.

3. Descrever a população-alvo utilizada para aplicação do instrumento.

4. Aplicar o instrumento de caracterização da frequência de hábitos culinários, juntamente com instrumento de avaliação socioeconômica e demográfica.

5. Realizar análise descritiva dos resultados obtidos pós-adaptação e pós-aplicação dos instrumentos.

4. REFERENCIAL TEÓRICO: Comer, cozinhar, comprar, viver

Neste capítulo, inicialmente, pretende-se compreender os amplos aspectos que envolvem o ato rotineiro de comer e de cozinhar o próprio alimento, bem como identificar possíveis relações entre os hábitos culinários e a saúde do indivíduo. Também serão tratados alguns fatores contemporâneos que podem influenciar os hábitos culinários, como o consumo de alimentos industrializados.

Primeiramente, será discutido o que é comer, o que é cozinhar e o que se come, recorrendo-se a alguns referenciais das Ciências Sociais e Humanas, como Fischler (1979, 1990), Rozin (2005), Pollan (2014), e Flandrin e Montanari (1998), além de referenciais das Ciências da Nutrição, como Monteiro (2016) e Martins (2013). Em seguida, serão tratadas a questão dos hábitos culinários (POLLAN, 2014) e as questões de gênero envolvidas nessa atividade (LELIS, TEIXEIRA e SILVA, 2012). Na sequência, serão abordadas as questões envolvidas na compra de ingredientes e alimentos. Para isso, serão usados como base os dados da Pesquisa de Orçamentos Familiares (POF, em particular a versão mais recente, de 2008-2009), o Guia Alimentar para a População Brasileira (2014) e autores como Louzada (2015). Por fim, as questões de saúde envolvendo a alimentação serão abordadas, como obesidade e DCNT (CANESQUI e GARCIA, 2005), e a relação entre preparar a própria comida e os benefícios dessa atividade para a saúde (CZERESNIA, 1999).

4.1. Comer

Sabe-se que o ser humano é onívoro (FISCHLER, 1995, POLLAN, 2006), ou seja, pode se alimentar tanto de carnes quanto de vegetais, tendo a possibilidade ampliada de escolher o que quer comer; não necessita ingerir apenas carne, como um grande felino, nem se alimentar somente de vegetais, raízes, frutas, como um herbívoro. Essa vasta gama de opções em seu menu faz com o ser humano se depare com o chamado “paradoxo” ou “dilema” do onívoro: a ansiedade ante optar entre o familiar e o desconhecido, a monotonia e a alternância, a segurança e a variedade (FISCHLER, 1995). Para Fischler, a grande angústia do comensal moderno resulta dessa incerteza ligada à escolha dos alimentos. Essa angústia é intrinsecamente associada à condição de ser onívoro, “um estado próprio de nosso ser biológico, de nosso metabolismo, e, sem dúvida, também de nossa mente”. Ou, em outras palavras, como define Pollan (2006), a grande vantagem do onívoro é poder comer diversos alimentos disponíveis na natureza – o que traz uma desvantagem em si: quando se trata de decidir quais dessas coisas comestíveis são seguras, o onívoro está basicamente sozinho em sua decisão.

Além disso, a alimentação humana não atende apenas ao apelo nutricional ou de saúde, mas também a outras necessidades, como as culturais e as sociais (GARCIA, 2005). A alimentação está ligada a aspectos imaginários, simbólicos, sendo algo fundamental para nosso senso de identidade, tanto no sentido individual quanto de grupo (FISCHLER, 1988). Para Mintz (2001), comer é “uma atividade humana central não só por sua frequência, constante e necessária, mas também porque cedo se torna a esfera onde se permite alguma escolha”. Assim, segundo esse autor, para cada indivíduo, comer representa uma base que “liga o mundo das coisas ao mundo das ideias por meio de nossos atos”. A alimentação é, pois, o domínio “do apetite e do desejo, do prazer e também da desconfiança, da incerteza e da ansiedade” (FISCHLER, 1995). Nesse sentido, Fischler (1995) cunha o conceito de “gastroanomia”, em oposição à gastronomia, do grego “gastros”, que significa “estômago”, e “nomia”, que quer dizer “conhecimento”. Assim, o autor explica que, na sociedade contemporânea, o ser humano, dividido entre tantas escolhas, acaba sendo “atomizado” pela civilização, “(...) isto é, reduzido como uma partícula da sociedade de massa, corta cada vez mais laços familiares, sociais e culturais, não dispõe mais de indicadores para fazer essas escolhas”. Para Fischler

(1988), o que ele define como o novo “consumidor-comedor” não sabe mais distinguir o que é comestível do não-comestível e, assim, também não consegue reconhecer a si mesmo. Diz o autor:

Os alimentos que incorporamos, por sua vez, nos incorporam ao mundo; (...) identificando mal a comida que ele absorve, o comedor tem mais e mais dúvidas sobre sua própria identidade. A crise dos critérios de escolha, códigos e valores, as simbologias alimentares, a desintegração da comensalidade, tudo isso nos traz de volta à noção cardinal da sociologia durkheimiana: anomia (FISCHLER, 1998).

Dessa forma, para Fischler (1998), a possibilidade infinita de escolhas alimentares possíveis de se fazer na sociedade ocidental (em particular, como cita o autor, nos países desenvolvidos) leva o ser humano da gastronomia, que remete ao prazer de comer e de apreciar ao alimento, à “gastroanomia”, com o indivíduo “entregue a si mesmo” e sem saber exatamente o que deve ou não comer.

Tendo como base o referencial teórico supracitado sobre o ato de comer, apresenta-se naturalmente uma questão: “O que comemos?”. Transportando essa questão para a realidade desta pesquisa, é pertinente outra pergunta: “O que se come no Brasil atual, em particular nos meios urbanos, onde o ritmo de vida é mais acelerado?”. Uma resposta possível é: o brasileiro vem comendo mais, mas, não necessariamente, melhor. A prevalência da desnutrição infantil caiu bastante nos últimos anos no Brasil, de 13,5%, em 1996, para 6,8%, em 2006/7 (MONTEIRO et al., 2009), o que é motivo digno de comemoração. Em compensação, os índices de obesidade têm aumentado: crescimento de 60% em dez anos no país, saltando de 11,8%, em 2006, para 18,9%, em 2016⁴, e mantendo esse índice em 2017⁵, porém com aumento expressivo da obesidade dentre a população mais jovem, de 18 a 24 anos (110% em uma década). Mais da metade da população está com o peso acima do recomendado. Além disso, os brasileiros também estão comendo mais fora de casa, especialmente nos centros urbanos⁶.

O que se come no Brasil pode variar bastante de acordo com a região do país em que se vive, mas alguns alimentos, como o arroz e o feijão, fazem parte da

⁴ VIGITEL, 2016.

⁵ VIGITEL, 2017.

⁶ POF 2008-2009.

cultura alimentar de norte a sul do país. Nossos hábitos e costumes à mesa são feitos de contribuições negras, índias e europeias, fundamentalmente, além de influências de imigrações como a italiana, as orientais e as árabes, de modo geral (ATALA e DÓRIA, 2008). No entanto, observa-se atualmente a tendência a se substituir alimentos frescos e ingredientes culinários, como legumes, verduras, batatas, carnes, óleos, açúcar e farinhas, por produtos industrializados prontos para consumo, como mostram dados das POF 2002-2003 e 2008-2009.

Analisando-se esses dados, Martins et al. (2013) notaram aumento significativo na participação de produtos industrializados prontos para consumo na dieta do brasileiro metropolitano (de 23,0% para 27,8% das calorias), como, por exemplo, pães, bolos, biscoitos e tortas, sorvetes, chocolates e doces, refrigerantes e bebidas açucaradas, e refeições prontas, entre outros. Esse aumento ocorreu em todos os estratos da renda, sendo concomitante à redução na participação de alimentos importantes usados como base para o preparo de refeições, como arroz, feijão, leite, açúcar e óleo – o que pode sugerir que o brasileiro tem cozinhado menos em casa. Porém, é importante notar que uma mudança de hábitos pode estar em curso atualmente no país, pois a pesquisa VIGITEL 2017 mostrou redução no consumo de refrigerantes e bebidas açucaradas (queda de 52,8%, desde 2007, passando de 30,9% para 14,6%, em 2017), além da adesão maior do brasileiro ao consumo de frutas e hortaliças (aumento de 4,8%, de 2008 a 2017).

A vida contemporânea nas grandes cidades urbanizadas, como São Paulo, Rio de Janeiro ou Belo Horizonte, têm visto mudanças também na comensalidade. Como aponta Oliveira (2010), o ritmo das cidades globais é bem diferente do que era observado há 40 anos, com mudanças na estrutura familiar e na rotina doméstica: “Pais solteiros, *singles*, ou mesmo famílias ‘tradicionais’ não se encontram mais nos horários das refeições, e o hábito de comer fora, ‘por quilo’, disseminou-se numa velocidade espantosa”. Assim, o “vínculo de sociabilidade” também se altera, ocorrendo dissolução crescente dos rituais que acompanham o ato alimentar (BLEIL apud OLIVEIRA, 2010):

A vida nas cidades grandes minimizou a importância do ato alimentar. Parece não importar muito o que se come, com quem se come e como se come. O típico habitante da cidade grande come no intervalo do almoço um sanduíche, ou um pedaço de pizza, e bebe um refrigerante, sozinho e

de pé, no balcão de alguma lanchonete (...). A relação de afeto que antes permeava a refeição nas trocas familiares e entre amigos, hoje cede lugar a uma alimentação onde o seu parceiro é o aparelho de televisão (...). Uma das características deste modelo é o apelo a comer demais.

Isso remete a um dos “Dez passos para uma alimentação adequada e saudável”, preconizados no Guia Alimentar para a População Brasileira (2014): “comer com regularidade e atenção, em ambientes apropriados e, sempre que possível, com companhia”. Comer desacompanhado parece levar ao “apelo a comer demais” (BLEIL apud OLIVEIRA, 2010), como citado acima. Remete ainda ao conceito de “gastroanomia”, quando as regras não são conhecidas ou estão confusas, fazendo com que o comedor/consumidor se perca em suas escolhas e acabe por ser levado a hábitos pouco saudáveis. Complementando o item, e em oposição a esse comer solitário que vem sendo cada vez mais característico na sociedade contemporânea, o Guia recomenda que, sempre que possível, se façam refeições com companhia, “(...) com familiares, amigos ou colegas de trabalho ou escola. A companhia nas refeições favorece o comer com regularidade e atenção, combina com ambientes apropriados e amplia o desfrute da alimentação”.

Pollan (2014) também reflete sobre a questão do comer compartilhado e lembra que, para o antropólogo Lévi-Strauss, “cozinhar servia como uma metáfora da transformação humana da natureza crua para a cultura cozida”. Foi o ato de cozinhar que nos proporcionou “não apenas a refeição, como também a ocasião, o costume de comer juntos”. O autor ressalta que a refeição compartilhada é algo extremamente significativa, pois “trata-se de um dos fundamentos da vida em família, o lugar onde as crianças aprendem a arte da conversação e adquirem os hábitos que caracterizam a civilização: repartir, ouvir, ceder a vez, administrar diferenças, discutir sem ofender”.

4.2. Cozinhar

Fischler (1995) defende que não há nada mais vital e íntimo do que comer. Ao ingerir o alimento, ele é incorporado de tal forma que se transforma em nossa própria carne. É justamente isso o que os antigos queriam dizer com “somos o que comemos”. Ou, como escreveu Savarin (1995), em um de seus mais famosos

aforismos, “dize-me o que comes e te direi quem és”. Rozin (2005) destaca que, na evolução da cultura humana, a comida se transformou num “veículo social”, permitindo às pessoas fazerem distinções sociais e estabelecer vínculos por meio dela, como ocorre ao partilhar um alimento. Além disso, o autor sugere que a comida assume também funções simbólicas importantes, como no caso da restrição à carne de porco, por judeus e muçulmanos, ou de carne de boi, para os hindus. E, também, se torna um “meio para expressão estética”, dando origem a preparações culinárias e tipos de cozinha que não se justificam apenas em termos de fatores nutricionais.

Para Fernández-Armesto (2004), o alimento cozido ao fogo também provoca “efeitos sociais”, trazendo uma certa organização para a hora de comer e com quem comer. “O ato de cozinhar merece seu lugar como uma das grandes novidades revolucionárias da história, não pela maneira de transformar a comida – há muitas outras maneiras de fazê-lo –, mas sim pelo modo como transformou a sociedade”. Para o autor, cozinhar não se trata apenas de uma forma de preparar o alimento, “mas também uma maneira de organizar a sociedade em torno de refeições em conjunto e de horários de comer previsíveis”. Assim, a culinária pode ser considerada “a primeira química” ou o que o autor chama de “a revolução do cozimento”, que considera, de fato, como a “primeira revolução científica”, com descobertas, “por meio da experimentação e observação, das mudanças bioquímicas que transformam o sabor e melhoram a digestão”. O cozimento “socializou o ato de comer ao transformá-lo em uma atividade praticada em local e momento determinados, por uma comunidade de comensais”.

A partir do visto acima, nota-se que o ato de cozinhar revolucionou a forma como os humanos se relacionam com os alimentos. Como aponta Montanari (2008), “o homem, somente ele, é capaz de acender e de usar o fogo, e essa tecnologia lhe permite, juntamente com outras, *fazer cozinha*. Cozinhar é atividade humana por excelência, é o gesto que transforma o produto ‘da natureza’ em algo totalmente diverso”.

Assim, uma vez que o ser humano aprendeu a usar o fogo e, conseqüentemente, a transformar os alimentos por meio da culinária, a escolha sobre o que comer ou cozinhar nem sempre é algo simples. Especialmente nos

tempos de hoje, como vimos no “paradoxo do onívoro” (FISCHLER, 1995). Atualmente, a escolha sobre o que comer passa ainda pela dúvida entre preparar algo ou optar por um produto industrializado pronto para consumo (POLLAN, 2014). No passado, antes do advento da indústria alimentar, havia menos espaço para essa negociação: a maioria dos alimentos disponíveis era fresca ou passava por um processamento rudimentar, como no caso das conservas, carnes secas e salgadas, e frutas desidratadas – numa tentativa de prolongar sua vida útil e evitar a rápida deterioração ou contaminação. Como aponta Capatti (1998), essas primeiras tecnologias de preservação “antecederam em vários milênios as formas modernas de produção”, usando, como conservantes naturais, ingredientes como mel, sal e vinagre e transformaram as conservas “numa mercadoria procurada e duradoura”.

Capatti (1998) lembra que a indústria alimentícia herdou certos “processos físico-químicos que permitem controlar a metamorfose dos gêneros alimentícios, secando-os, defumando-os ou congelando-os”. Graças a esses inúmeros processos, associados a tantos outros, desenvolvidos com o auxílio de alta tecnologia contemporânea, essa escolha se tornou mais complexa em nosso mundo atual, com ampla oferta de produtos industrializados, de simples frutas higienizadas e leite pasteurizado a refeições inteiras congeladas e prontas para consumo.

Nesse contexto complexo, a própria definição do que é cozinhar assumiu múltiplos significados. Basicamente, pode-se definir a culinária como “qualquer tipo de processamento de transformação do alimento” ou ainda a “a passagem da ingestão de alimentos crus para cozidos”, cujo marco zero foi o domínio do fogo (DIEZ-GARCIA e CASTRO, 2011). Porém, como mostram Adams et al. (2015), preparar um simples espaguete à bolonhesa em casa pode significar muitas coisas atualmente: “aquecer uma refeição pronta, pré-preparada, no micro-ondas”; “cozinhar massa seca de espaguete em água fervente, refogar carne moída e adicionar um molho pronto”; ou “fazer um espaguete à bolonhesa a partir dos ingredientes básicos, como farinha, ovos, tomates, carne moída e vegetais”. O que chamamos de cozinhar, pois, pode estar contido em uma multiplicidade de fatores, como aponta Pollan (2014). E isso, segundo o autor, vem acontecendo de fato há, pelo menos, um século, “quando alimentos processados entraram pela primeira vez

na cozinha e a definição do que seria ‘cozinhar do zero’ começou a mudar” – permitindo que um pacote de ravióli comprado no mercado e finalizado em casa, com molho de manteiga e sálvia (usando exemplo citado pelo autor), também possa ser considerado uma “realização culinária”.

Para fins desta pesquisa, será utilizado o termo “cozinhar” na definição de Leal et al. (2011): “cozinhar é preparar comida a partir de ingredientes crus, isto é, fritar um ovo pode ser considerado cozinhar, mas aquecer um pedaço de pizza pronta, não”. Ou ainda, numa adaptação transcultural (REICHENHEIM et MORAES, 2011) dessa definição, considerar-se-á aqui “cozinhar” como o preparo de ingredientes do zero, com ou sem o uso do fogo, pois há inúmeras técnicas de preparo de refeições tradicionais que envolvem apenas ingredientes crus, como o *ceviche* latino-americano e o *sashimi* japonês, ambos à base de peixe cru e temperos (McGEE, 2016). Quando envolve o uso do fogo, fazer arroz pode ser considerado cozinhar, por exemplo, pois inclui lavar os ingredientes, picar alho e cebola, refogar alho e cebola com óleo, juntar o arroz, adicionar água e sal e cozinhar. Logo, não consideraremos “cozinhar” como esquentar alimentos prontos ou pré-preparados, como pizzas e pratos congelados. Além disso, consideramos, também para fins desta pesquisa, o termo “hábitos culinários” como referência à prática de cozinhar, ou seja, de preparar suas próprias refeições, com uma dada frequência.

Seguindo esse raciocínio, Pollan (2014) nos mostra que a escolha atual sobre o que comer não se trata simplesmente de uma opção entre comida feita em casa *versus* comida pronta feita por grandes empresas. Ao contrário, como afirma o autor, “em geral, muitos de nós estamos em algum lugar entre esses dois polos distintos, que muda constantemente em função do dia da semana, da ocasião e da nossa disposição”.

A novidade é que, no momento atual, como mostra Pollan (2014), muitos indivíduos têm optado mais por consumir comida pronta industrializada em vez de cozinhar em casa, pela comodidade envolvida, e isso tem impactado na saúde deles. Martins et al. (2013) destacam que a tendência a consumir mais alimentos industrializados prontos para consumo é um fenômeno que já ocorreu durante o século XX, em países desenvolvidos, e deslocou-se para os países emergentes,

como o Brasil, a partir dos anos 1980. O aumento da produção e do consumo desse tipo de produto é apontado como uma das principais causas da atual pandemia de obesidade e de doenças e agravos não transmissíveis⁷. Porém, não se pode descartar o fato de que a indústria alimentícia se tornou fundamental na sociedade contemporânea, pois qualquer alimento passa por algum tipo de processamento, mesmo que mínimo, antes de chegar ao consumidor – desde a remoção de folhas e terra de uma fruta, por exemplo, até a pasteurização do leite ou o congelamento de carnes e vegetais *in natura* para aumentar sua conservação (ORDOÑEZ, 1999). Além disso, num contexto de globalização, o desenvolvimento da indústria permitiu que alimentos prontos e ingredientes circulem com maior segurança pelos países do mundo, sem correr o risco de chegar ao outro lado do planeta em condições impróprias para o consumo.

De toda forma, independentemente da presença cada vez maior dos alimentos prontos para consumo e das tecnologias envolvidas para preservar e/ou criar novos produtos alimentícios, como os ultraprocessados, a culinária permanece algo fundamental para a espécie humana. A “hipótese do cozimento” (WRANGHAM, 2010) indica que cozinhar nos tornou humanos, na medida em que cozer os alimentos aumentou o valor biológico da comida ao torná-la mais fácil de digerir e, por conseguinte, mais aproveitável do ponto de vista do organismo. Assim, o cozimento “mudou nossos corpos, nosso cérebro, nosso uso do tempo e nossas vidas sociais”. Wrangham (2010) explica que o alimento cozido trouxe benefícios evolutivos para a espécie humana: “depois que nossos ancestrais começaram a comer comida cozida todos os dias, a seleção natural favoreceu aqueles com tubos digestivos pequenos, porque eles eram capazes de digerir bem seu alimento, mas a um custo menor do que antes”. O resultado disso, aponta Wrangham (2010), foi a maior eficiência energética. Cozinhar, portanto, permitiu nos tornarmos a espécie que somos hoje.

Para Pollan (2014), o ato de cozinhar não se limita a um único processo, abrangendo “pequeno conjunto de tecnologias, entre elas algumas das mais importantes já concebidas pelos seres humanos, que nos mudaram como espécie e, em seguida, no plano do grupo, da família e do indivíduo”. Dentre esse conjunto

⁷ De acordo com dados de “Diet, nutrition and the prevention of chronic diseases”, documento da World Health Organization, Genebra, 2003.

de tecnologias, o autor cita desde o uso controlado do fogo, passando pela manipulação de micro-organismos específicos para transformar grãos em pão ou álcool, até o uso do forno de micro-ondas. Cozinhar, para Pollan (2014), é “um processo contínuo, indo do simples até o complexo”. Diez-Garcia e Castro (2011) mostram as origens da palavra culinária, explicando que o terno vem do latim *culinarius*, “que deriva da palavra *culina*, que quer dizer cozinha”. As autoras reforçam que cozinhar é um “fenômeno estritamente cultural que diferencia o homem dos demais animais”.

Numa era em que o dilema do onívoro se faz cada vez mais presente (o que escolher, o que comer?), cozinhar os próprios alimentos também é uma forma de se saber exatamente o que se está colocando no prato, uma forma de se conectar com o mundo natural. Ou, nas palavras de Pollan (2014), “desossar uma paleta suína nos força a lembrar que aquilo é parte de um grande mamífero (...). A tarefa proporciona um interesse mais vivo a respeito do porco: de onde ele veio e como chegou até minha cozinha”. Isso ocorre em oposição, por exemplo, a comprar um pacote de salgadinho com sabor artificial de bacon: a referência ao aroma e ao sabor do porco defumado está ali, mas pode ser que o salgadinho em questão seja feito apenas de amido, e não da carne do animal. Dessa forma, novamente pode-se remeter ao conceito de “gastroanomia”, de Fischler (1988): o alimento e o não-alimento, por assim dizer, se tornaram tão difusos que não se pode mais distinguir entre um pedaço de carne defumada extraído de um animal e um fac-símile com sabor e aroma artificiais que remetem à memória que temos do bacon em si.

Isso faz refletir a respeito de um outro ponto pertinente sobre o cozinhar: já que esse ato é tão importante e fundamental, quem executa essa função? No contexto da sociedade ocidental, no qual o Brasil está fundamentado, o século XIX e, principalmente, o século XX, representam marcos na mudança do comportamento social e econômico, em vários níveis e camadas. A revolução industrial e o êxodo rural são dois deles, assim como a mudança crescente no papel desempenhado pela mulher. Como aponta Flandrin (1998), “na sequência da revolução industrial e do êxodo rural, um número crescente de mulheres foi trabalhar na fábrica ou em escritórios, tornando-se muito menos fácil para elas combinar atividades profissionais e domésticas”.

Por séculos, o fazer culinário foi considerado uma atividade quase que exclusivamente doméstica e feitas por mulheres “trabalhando longe da vista das pessoas e sem reconhecimento público” (POLLAN, 2014). No momento em que a alimentação se torna um “mercado de consumo de massa” (FISCHLER, 1998), a situação começa a mudar. Assim, a urbanização e a industrialização alteraram enormemente o modo de vida ocidental a partir dos anos 1950 e 1960, com a profissionalização das mulheres, a elevação do nível de vida e de educação, o uso generalizado do carro. No contexto brasileiro, essa mudança também vem ocorrendo, tomando força principalmente a partir da década de 1980, e especialmente nas cidades mais urbanizadas.

Diante de uma realidade em que o gênero feminino é lançado também ao mercado de trabalho externo, submetendo-se a jornadas de trabalho longas, tal e qual seus pares masculinos, as tarefas de casa – especialmente a cozinha – acabam sendo revistas principalmente pela falta de tempo exclusivo para que possam ser realizadas. Ano após ano, no Brasil e no Ocidente, as mulheres “vêm assumindo um espaço cada vez maior no mundo público do trabalho remunerado, um local que era majoritariamente masculino” (LELIS, TEIXEIRA e SILVA, 2012). Apesar dessa inserção cada vez maior no mercado de trabalho, as mulheres ainda são consideradas “as responsáveis por 80% das atividades alimentares domésticas”, como apontam Lelis, Teixeira e Silva (2012).

Assim, com o tempo reduzido para produzir a comida para si e para a família, e, muitas vezes, sem auxílio dos pares ou filhos para assumir essa tarefa, a alternativa, frequentemente, é recorrer à alimentação fora do lar ou às comidas pré-preparadas ou prontas para consumo. Nesse sentido, a indústria presta auxílio ao fornecer produtos alimentícios que não necessitam ser preparados do zero. Pollan (2014) afirma que “a transferência de grande parte do trabalho do preparo de alimentos para empresas desobrigou as mulheres da tarefa de alimentar a família, que por tradição era exclusiva delas, possibilitando que trabalhassem fora de casa e tivessem suas próprias carreiras”.

No contexto brasileiro, porém, ao assumir uma vida profissional extradomicílio, a mulher continua acumulando a responsabilidade sobre a alimentação da família, transitando entre o ambiente do trabalho e o doméstico

(PINHEIRO apud LELIS, TEIXEIRA e SILVA, 2012). Dessa forma, estabelece-se um novo paradigma da sociedade moderna, que não criou, ainda, mecanismos de suporte social para que essa atividade não seja mais considerada uma tarefa exclusivamente feminina, mas uma responsabilidade que deve ser partilhada por todos, independentemente de gênero. Ou, como defende Pollan (2014), “cozinhar é importante demais para ser deixado a cargo de um só gênero ou de um só integrante da família; os homens e as crianças também precisam ir para a cozinha, e não apenas por questão de justiça e igualdade, mas porque eles têm muito a ganhar com isso”.

Em virtude de todas essas transformações sociais em curso, as gerações e gerações que aprendiam a cozinhar em casa já não o fazem com tanta frequência. Como aponta o Guia Alimentar para a População Brasileira (2014), os alimentos precisam de técnica para se transformar numa refeição. Assim, frutas, verduras, carnes, grãos e cereais, por exemplo, devem ser “selecionados, pré-preparados, temperados, cozidos, combinados a outros alimentos e apresentados na forma de pratos para que possam ser consumidos”.

As técnicas envolvidas nessa preparação do alimento são chamadas de “habilidades culinárias” – “desenvolvidas em cada sociedade e aperfeiçoadas e transmitidas ao longo de gerações”, como afirma o Guia Alimentar. Dentre elas, incluem-se o conhecimento de manipular os alimentos desde sua higienização até o corte e o tipo de cocção apropriados para cada ingrediente e também para cada método de preparo. Assim, as habilidades culinárias de um indivíduo envolvem o saber, por exemplo, fritar, saltear, cozer no vapor, assar no forno, aplicar calor seco ou úmido, brasear, gratinar, ensopar, preparar algo em banho-maria, etc. (DAL BOSCO e CONDE, 2013).

No Brasil e em muitos outros países, observa-se que a transmissão de conhecimento culinário entre as gerações vem perdendo força, de modo que os mais jovens possuem “cada vez menos confiança e autonomia para preparar alimentos”, como aponta o Guia Alimentar. Ainda de acordo com a publicação supracitada, as razões para isso são variadas e envolvem “a desvalorização do ato de preparar, combinar e cozinhar alimentos como prática cultural e social”.

A ausência dessa prática culinária cotidiana pode se tornar um círculo vicioso, pois as crianças acabam se distanciando cada vez mais do modo de preparo dos alimentos e de sua produção natural. De acordo com Rossi, Moreira e Rauhen (2008), do ponto de vista da formação dos hábitos alimentares, ainda na infância, "a disponibilidade e o acesso ao alimento em casa, as práticas alimentares e o preparo do alimento influenciam o consumo alimentar da criança".

Assim, nota-se que a aquisição de técnicas culinárias e a frequência dos hábitos culinários nos lares possuem grande relevância, pois não basta simplesmente comprar um alimento pronto ou ter acesso a restaurantes. É preciso refletir sobre o ato de comer e suas consequências, sobre o que se está fazendo em prol da saúde coletiva do presente e das próximas gerações. Como aponta Canesqui (2005), a alimentação é "permeada pela cultura (crenças, normas, valores) e pela ideologia (formas de pensar socialmente produzidas) que cerca os usos, a seleção dos alimentos, a aprendizagem e a socialização do que comer". Assim, cozinhar envolve todos esses aspectos simbólicos, muito além da questão nutricional dos alimentos. Ao cozinhar com sua criança, o pai ou a mãe transmitem não apenas o conhecimento prático, em si, de como transformar um alimento bruto em comida, mas também a forma de consumir aquele alimento, as histórias que envolvem seu preparo e porque aquele gosto é tão importante e representativo dentro da família.

Pollan (2014) complementa: "ainda que o hábito de cozinhar esteja desaparecendo de nossas vidas, nos sentimos atraídos pelos ritmos e pelas texturas dos trabalhos dos cozinheiros", explicando, em parte, o fascínio atual por programas de culinária na televisão, como Masterchef⁸. O autor completa: "primeiro, cozinhamos nossa comida, e depois ela nos cozinhou".

4.3. Comprar

A habilidade de preparar comida e seguir uma receita, ou seja, cozinhar, pode impactar no que os indivíduos escolhem comer (EUFIC, 2011). Como se sabe, os hábitos alimentares – "disposição duradoura adquirida pela repetição frequente

⁸ Masterchef Brasil é uma competição culinária para amadores, transmitida pela rede Bandeirantes de Televisão. Está na sua quarta temporada, em 2017. <http://entretenimento.band.uol.com.br/masterchef/>

de um ato, uso ou costume” (BOURGUERS apud ABREU et al., 2001) – estão fortemente condicionados à disponibilidade de alimentos (ABREU et al., 2001) e fazem parte da cultura e do poder econômico de um povo (MEZOMO apud ABREU et al., 2001). Como abordou-se nesta pesquisa, observa-se tendência de aumento – no Brasil e em outros países de renda média – na compra de alimentos industrializados prontos para consumo, em particular os ultraprocessados (LOUZADA et al., 2015), como “biscoitos doces e salgados, salgadinhos tipo *chips*, barras de cereal, guloseimas em geral, lanches do tipo *fast food*, macarrão instantâneo, vários tipos de pratos prontos ou semiprontos e refrigerantes”. Louzada et al. (2015) apontam que o aumento no consumo desse tipo de alimento acompanha a “redução concomitante no consumo de alimentos *in natura*, minimamente processados e de ingredientes culinários, como óleos, gorduras e açúcar”.

Claro et al. (2016), por sua vez, afirmam que alimentos frescos, como carnes, leite, frutas e hortaliças, tendem a custar mais caro do que alimentos industrializados prontos para consumo, embora estes últimos também tenham apresentado preços elevados, de acordo com dados da POF 2008-2009. Porém, a mesma pesquisa aponta que ingredientes de base para o preparo de refeições, em particular os grãos secos, como arroz e feijão, seguem sendo uma alternativa mais econômica. Mas é necessário saber o que fazer com esses alimentos, que não vêm prontos para consumo, e dedicar tempo para prepará-los – daí a importância de se desenvolver e/ou adquirir habilidades culinárias e de se designar tempo para que possam ser exercidas com frequência e, se possível, compartilhadas e transmitidas.

Mills et al. (2017) apontam que, dentre os determinantes para se cozinhar em casa, o preço dos alimentos exerce importante papel, assim como o tempo disponível para o preparo de refeições (longas jornadas de trabalho e cuidados com os filhos após a escola foram relatados como obstáculos para a prática culinária). Dessa forma, se o indivíduo tem à disposição alimentos práticos, prontos ou semiprontos, com preços acessíveis, isso pode impactar no hábito diário de cozinhar.

De acordo com o Guia Alimentar para a População Brasileira (2014), muitas vezes tem-se a falsa impressão de que comer de maneira saudável, cozinhando em casa, seja caro.

A ideia de que a alimentação saudável custa necessariamente mais do que a alimentação não saudável não é confirmada por dados da realidade. Cálculos realizados com base na POF do IBGE mostram que, no Brasil, a alimentação baseada em alimentos *in natura* ou minimamente processados e em preparações culinárias feitas com esses alimentos não é apenas mais saudável do que a alimentação baseada em alimentos ultraprocessados, mas também mais barata (Guia Alimentar para a População Brasileira, 2014, p. 110).

Porém, como afirmam Daniels et al. (2012), para se analisar o contexto da prática culinária nos dias atuais, é necessário compreender o papel que o tempo disponível das pessoas exerce sobre isso. Esses autores mostram que “talvez muito mais agora do que no passado, as pessoas hoje são mais conscientes em relação ao uso do tempo. Como resultado disso, elas querem alocar o seu tempo o mais racionalmente possível, então decisões precisam ser feitas diariamente sobre como gastar o tempo disponível”. Isso tem uma relação não apenas com as horas disponíveis para cozinhar, como também com o tempo gasto para comprar os insumos e produtos que serão utilizados para o preparo da refeição. Comer fora de casa pode ser mais caro do que preparar o próprio almoço ou jantar, mas, em termos de tempo gasto – e de prazer envolvido –, muitas vezes o que se observa é que a primeira escolha leva vantagem sobre a segunda. Em virtude dessa observação, optou-se por incluir, no instrumento para avaliar a frequência dos hábitos culinários, algumas questões sobre o tempo gasto para se chegar ao trabalho.

4.4. Viver

A culinária, ou “cozinha”, é uma expressão da vida social, “um modo de se reunir, um modo de dividir a comida, um modo de dividir os trabalhos e assim por diante, que segue regras instituídas na sociedade” (CARVALHO et al., 2011). Assim, pode-se dizer que “a vida social se organiza em conjunto com a

alimentação”, influenciando e sendo influenciada pelo que se come, pelo que se produz em termos de comida, pelas escolhas que se faz e pelos hábitos que se criam individualmente e como sociedade. Savarin (1995) já dizia que “o destino das nações depende da maneira como se alimentam”.

Além disso, como apontam Alvarenga e Koritar (2016), vivemos em um momento em que se desconhece a história, a origem e a produção da comida, um tempo “no qual as mudanças econômicas e tecnológicas enfraqueceram os sistemas culinários e sociais tradicionais”. O que pode levar a consequências, como o risco cultural da “não transmissão de tradições” e, conseqüentemente, a não transmissão das habilidades culinárias, levando à diminuição da frequência no preparo das refeições no lar. Soma-se a isso o fator “tempo” disponível para a prática culinária, como observou-se mais acima nesta dissertação.

Após a Segunda Guerra Mundial, pesquisas sobre o perfil epidemiológico das doenças passaram a sustentar uma associação causal entre a alimentação e o desenvolvimento de doenças crônicas, como alterações cardiovasculares, câncer, diabetes e obesidade (CANESQUI e GARCIA, 2005). Canesqui e Garcia (2005) apontam que esse novo “perfil epidemiológico”, inicialmente predominante apenas nos países desenvolvidos, é hoje considerado um problema de saúde pública também nos países mais pobres ou em desenvolvimento, como é o caso do Brasil. Esse perfil epidemiológico citado pelas autoras caracteriza-se pela presença de doenças crônicas associadas “à alimentação, ao sedentarismo e a outros fatores impostos pela vida urbana”. Dentre essas doenças crônicas, podem-se citar obesidade, doenças cardiovasculares, diabetes e hipertensão que, como mostram os dados do Vigitel 2017, seguem estagnados em alta ou em crescimento no Brasil.

Diversas evidências indicam que o consumo insuficiente de frutas e hortaliças está associado ao risco elevado para a ocorrência de doenças, pois esses alimentos oferecem inúmeros fatores de proteção intrínsecos, como polifenóis e antioxidantes. Como apontam Claro e Monteiro (2010), a OMS estima que cerca de 2,7 milhões de mortes por ano, em todo o mundo, estejam associadas ao consumo insuficiente desses alimentos. Ao mesmo tempo em que o consumo desses produtos cai, aumenta o de produtos industrializados prontos para consumo

(POF 2008-2009), em geral ricos em açúcar, sal e gordura – principalmente gordura *trans*, associada a risco cardíaco (LUDWIG, 2011).

Se, por um lado, mais do que qualquer outra prática, a alimentação tem sido apontada entre os responsáveis pelas principais doenças crônico-degenerativas típicas do mundo ocidental – juntamente com um modo de vida que inclui outros fatores nocivos, como a poluição atmosférica, os ruídos e as condições de vida estressantes –, por outro lado, a alimentação, como a atividade física, “está entre os poucos e prováveis focos de intervenção sanitária ao alcance das instituições de saúde, visto que a poluição ambiental, o estresse da vida urbana, as condições de trabalho e de vida estariam num outro plano de intervenção” (CANESQUI e GARCIA, 2005). Dessa forma, como sublinha o Guia Alimentar para a População Brasileira (2014), dispor de tempo para comprar e preparar os próprios alimentos pode ser vantajoso do ponto de vista da saúde, pois alimentos *in natura* ou minimamente processados ~~são~~ maissão mais balanceados do ponto de vista nutricional, em particular os vegetais. Recentemente, o *think tank* norueguês Eat, em conjunto com o periódico acadêmico Lancet, uniram esforços para um estudo com 35 diferentes lugares em todo o mundo para lançar luz à questão de como será possível alimentar, com saúde, a população global em constante expansão. Em 2050, a projeção é de que seremos 10 bilhões de habitantes no planeta. As ideias sugeridas pelo encontro são claras: o consumo de vegetais e sementes deve ser priorizado em detrimento ao consumo de carnes. Novamente, saber cozinhar, num contexto em que a população mundial se expande cada vez mais, pode ser vantajoso, mais barato e potencialmente mais saudável.

Czeresnia (1999) afirma que o discurso da saúde pública e as perspectivas de redirecionar as práticas de saúde vêm se articulando cada vez mais em torno da ideia de promoção da saúde – conceito tradicional (LEAVELL e CLARCK apud CZERESNIA 1999) definido como “um dos elementos do nível primário de atenção em medicina preventiva”. Assim, um dos princípios norteadores do discurso da promoção da saúde é o fortalecimento da ideia de autonomia dos indivíduos e dos grupos sociais.

Nesse sentido, o exercício da culinária pode ser um importante apoio para se educar, formar ou modificar o paladar, na medida em que envolve “toda uma

rede de relacionamentos sociais e ecológicos” (POLLAN, 2014). Pollan (2014) defende que “o ato de cozinhar tem o poder de transformar mais do que plantas e animais: ele também nos transforma, de meros consumidores em produtores”. Assim, cozinhar pode permitir que o indivíduo atue como agente ativo na promoção de sua saúde, na medida em que muda a sua relação com o alimento. Cozinhar traz um certo poder: o de transformar o alimento em algo não apenas comestível, mas prazeroso. Castro et al. (2007) relembram a Carta de Ottawa e suas cinco vertentes de ação para a promoção da saúde: “elaboração e implementação de políticas públicas saudáveis, criação de ambientes favoráveis à saúde, reforço da ação comunitária, reorientação do sistema de saúde e desenvolvimento de habilidades pessoais”. Cozinhar pode encaixar-se, pois, como uma forma importante de desenvolver, e praticar, habilidades pessoais que permitem, ao indivíduo, controle maior do que ingere.

Diez-Garcia e Castro (2011) observam que, considerando-se a culinária “uma prática social que funciona como um amálgama de elementos individuais e coletivos”, ela possui a capacidade de agregar o conhecimento tradicional ao mesmo tempo em que é “inovada com informações advindas de outras vivências”. Assim, para esses autores, a culinária apresenta-se “como um espaço apropriado e promissor para intervenções que visem promover a troca de experiências e um aprendizado holístico sobre alimentação e nutrição”.

4.5 Hipótese

Com base no que foi pesquisado e exposto no Referencial Teórico, questionou-se o quanto as pessoas ainda cozinham em suas residências e qual a frequência dessa prática. Para isso, julgou-se pertinente adaptar um instrumento para caracterizar os hábitos culinários das pessoas que vivem em situação urbana no Estado de São Paulo.

5. MATERIAL E MÉTODOS

5.1. Delineamento do estudo

Este é um estudo transversal que se utiliza de uma amostra não probabilística obtida por meio do instrumento de caracterização de hábitos

culinários em população urbana brasileira. Para obter esse instrumento adaptado, o estudo seguiu etapas:

- a) Etapa 1: usou-se como base uma série de questões extraídas do trabalho de Leal et al. (2011) e Chen et al. (2012) para realizar a adaptação do instrumento, seguindo-se o modelo proposto por Reichenheim e Moraes (2007) para operacionalização de adaptação transcultural de instrumentos de aferição usados em epidemiologia.
- b) Etapa 2: procurou-se obter o consentimento dos autores para uso de suas questões originais. Apenas Leal et al. responderam ao contato estabelecido via e-mail, consentindo com a utilização (anexo 10). A autorização de Leal et al. foi obtida em julho de 2018.
- c) Etapa 3: as questões em inglês, obtidas dos instrumentos originais, foram traduzidas para o português. A primeira tradução proposta foi enviada a um nutricionista para avaliar a coerência das frases e se o sentido da questão havia sido mantido; com base nos *inputs* obtidos, fez-se uma nova tradução das questões.
- d) Etapa 4: já com as questões traduzidas e adaptadas, o instrumento para caracterização de hábitos culinários, nomeado “Cozinhar”, foi apresentado a um comitê de seis especialistas para apreciação. O comitê era formado por nutricionistas.
- e) Etapa 5: o mesmo instrumento enviado aos especialistas foi utilizado para um pré-teste *on-line* com pequena amostra de conveniência (n=6) da população urbana brasileira, utilizando-se a ferramenta *Survey Monkey*⁹ como plataforma para coleta de dados. Essa etapa serviu para avaliar o entendimento das questões e a compreensão do instrumento em geral.
- f) Etapa 6: a partir dos *inputs* obtidos dos especialistas e desse piloto, foram realizadas alterações para tornar as questões mais claras.
- g) Etapa 7: o instrumento finalizado foi cadastrado na plataforma *on-line Survey Monkey* para que a coleta de dados da amostra não probabilística fosse realizada. A versão final do instrumento foi produzida e aplicada, em conjunto com o instrumento de avaliação socioeconômica e demográfica, à amostra não probabilística de 261 indivíduos residentes em áreas urbanas

⁹ Survey Monkey: <<https://pt.surveymonkey.com>>.

brasileiras, com foco no Estado de São Paulo. A aplicação dos instrumentos foi feita por meio eletrônico (via rede social Facebook), com questionário disponível para preenchimento *on-line* na plataforma *Survey Monkey*. Foi feita segmentação de público via Facebook.

Este projeto recebeu apoio do CNPq – Conselho de Desenvolvimento Científico e Tecnológico, por meio de bolsas de mestrado (processo registrado sob número 132680/2016-5), com vigência de 01/03/2016 a 28/02/2018.

O presente estudo seguiu o fluxograma abaixo:

Figura 1. Fluxograma do estudo

Setembro de 2018 a Dezembro de 2018: desenvolvimento da versão final do instrumento a ser aplicado à amostra não probabilística. A aplicação via *Survey Monkey* foi realizada durante 20 dias no mês de dezembro de 2018.

Dezembro de 2018 a Janeiro de 2019: organização do banco com as respostas obtidas, análise dos resultados e finalização da dissertação.

5.2 Uso da rede social Facebook

A rede social Facebook está presente na vida de 8 entre 10 brasileiros¹⁰ com acesso à Internet. Foi lançada em 2004 pelo norte-americano Mark Zuckerberg e transformou-se numa das redes sociais mais populares do mundo, com 1,8 bilhão de usuários ativos¹¹ – ou seja, aqueles que se cadastraram na plataforma e seguem retornando a ela com frequência. Dentre esses usuários, 1,2 bilhão de pessoas utiliza o aplicativo da rede social para celulares.

O acesso à Internet no Brasil, de acordo com dados da PNAD C¹², divulgada no final de 2018, alcançou 69,8% da população, com idade acima de 10 anos. Quanto maior a classe de rendimento mensal domiciliar *per capita*, maior o percentual de domicílios com Internet no país.

O Facebook é uma rede social amplamente acessada no Brasil, com 127 milhões de usuários mensais no país¹³. Essa rede social *on-line* funciona por meio de perfis pessoais e grupos de interesse (CARMO, 2011). Assim, além de ser bastante acessada pela população, esta rede social permite, aos que nela estão

¹⁰ Dados oficiais publicados pela rede social Facebook, referentes a 2014. Acesso em: <https://pt-br.facebook.com/business/news/BR-Oito-em-cada-dez-brasileiros-com-acesso-a-Internet-usam-o-Facebook>

¹¹ Reportagem do site especializado em tecnologia Techtudo traz os dados de acesso do Facebook no mundo. Acesso em: <http://www.techtudo.com.br/noticias/noticia/2016/11/facebook-chega-18-bilhao-de-usuarios-ativos-foco-e-video-ao-vivo.html> (acessado em 28/04/2017).

¹² Dados obtidos em <http://agenciabrasil.ebc.com.br/economia/noticia/2018-12/numero-de-usuarios-de-internet-cresce-10-milhoes-em-um-ano-no-brasil>. Acesso em jan.2019.

¹³ Dados obtidos em <<https://www1.folha.uol.com.br/tec/2018/07/facebook-chega-a-127-milhoes-de-usuarios-mensais-no-brasil.shtml>>. Acesso em: jul. 2018.

inscritos, a divulgação de todo tipo de informação. O conteúdo produzido pelo indivíduo (denominado “usuário”) pode ser publicado em perfis pessoais e *fanpages* – páginas especiais de grupos associados a uma pessoa, marca, comunidade, assunto de interesse e outros temas. Dentro dessas duas categorias, a rede social permite publicar conteúdo no formato chamado de *post* (postagem) – texto, *links* para notícias e vídeos, fotos.

Dessa forma, o recrutamento de participantes para responder à pesquisa foi feito de duas maneiras principais, como qualquer *post* do Facebook: mediante a publicação de um conteúdo em um perfil pessoal ou um conteúdo em forma de anúncio numa *fanpage*. A princípio, a *fanpage*, ou página de divulgação, é uma ferramenta do Facebook destinada a uso comercial, por possuir uma grande vantagem: permitir que o conteúdo postado seja divulgado a um público segmentado, mediante a aplicação de recursos financeiros. Uma página de divulgação funciona como a compra de um espaço publicitário (CHU e SNIDER, 2012). Dessa forma, consegue-se atingir número amplo de pessoas, dentro de um perfil estipulado pelo criador da *fanpage*. No caso, a publicação que foi realizada para convocar os participantes para este estudo alcançou 11.016 pessoas, com 296 cliques no *link* da pesquisa. O restante dos respondentes foi obtido mediante convocação nas páginas pessoais (no Facebook) da autora principal deste projeto e de sua orientadora, além de publicação em comunidade *on-line* dentro da própria plataforma.

O mais interessante no caso da pesquisa acadêmica, como relatado com sucesso por Chu e Snider (2012) e Baltar e Brunet (2012), é utilizar a possibilidade da segmentação de público via *fanpage*. Por isso, optou-se por uma *fanpage* já estabelecida, pertencente à autora principal desta pesquisa, para aproveitar a base de acesso já criada. A ideia foi utilizar a tecnologia da segmentação de *post* para atrair pessoas de diferentes perfis e não apenas aqueles ligados à rede pessoal das autoras.

Dentro do *post* criado especificamente para este projeto, como visto acima, a divulgação da convocação para responder a pesquisa foi feita de duas formas: orgânica – o Facebook escolheu e selecionou para quem iria enviar aquele material, de acordo com critérios próprios e específicos, definidos por algoritmos, como no

caso da divulgação dentro do perfil das autoras dentro da rede social; e ativada via segmentação, com orçamento definido de R\$ 76,00 para a divulgação do *post* de convocação para o público desejado (a amostra necessária). Como o “n” mínimo para a pesquisa foi obtido, avaliou-se que não seria necessária nova ativação paga do *post* para convocar novos respondentes.

Embora trate-se de uma amostragem de conveniência e, portanto, não probabilística, a utilização da segmentação via *fanpage* do Facebook ajudou a trazer uma variedade maior de respondentes, pois permitiu segmentar o público por sexo, idade e local de residência (no caso, São Paulo).

Os custos para ativação do *post* de convocação foram avaliados de acordo com o alcance que se queria atingir.

Embora o uso do Facebook para pesquisas de saúde ainda seja bastante recente e necessite de mais estudos que comprovem sua eficácia como ferramenta de recrutamento, alguns estudos já mostram seu potencial, principalmente por permitir que se faça uma segmentação por idade, gênero e localização geográfica (CHU e SNIDER, 2012) – o que é bastante vantajoso no caso desta pesquisa.

5.3. População

Indivíduos residentes em ambientes urbanos têm consumido mais produtos industrializados prontos para consumo, em particular aqueles com faixas de renda mais elevadas, segundo dados da POF 2008-2009¹⁴. A mesma pesquisa aponta que uma parcela importante da alimentação cotidiana desses indivíduos é feita fora do lar. Ambos os dados são sugestivos de que a população urbana brasileira pode estar abrindo mão de cozinhar ao dar preferência a produtos industrializados que não necessitam de muito tempo para ficar prontos e exigem pouca, ou nenhuma, habilidade culinária para seu preparo¹⁵, como é o caso dos ultraprocessados.

De acordo com dados do Censo 2010, do IBGE, a população urbana brasileira corresponde a 160.925.792 de indivíduos, contra 29.830.007 de pessoas

¹⁴ POF – Pesquisa de Orçamentos Familiares (versão mais recente: 2008-2009). Disponível em: <http://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/livros/liv45419.pdf>

¹⁵ PAHO, 2015.

pertencentes à população rural. Essa população urbana está concentrada principalmente, em ordem decrescente de grandeza, nas seguintes regiões: Sudeste (74.696.178 pessoas), Nordeste (38.821.246 pessoas), Sul (23.260.896 pessoas), Centro-Oeste (12.482.963 pessoas) e, por fim, Norte (11.664.509 pessoas). A população urbana brasileira está mais concentrada nos seguintes estados: São Paulo (39.585.251 pessoas), Minas Gerais (16.715.216 pessoas), Rio de Janeiro (15.464.239 pessoas), Bahia (10.102.476 pessoas), Rio Grande do Sul (9.100.291 pessoas), Paraná (8.912.692 pessoas) e Pernambuco (7.052.210 pessoas).

Por isso, determinou-se como população-alvo do presente estudo a população urbana residente no Estado de São Paulo. A cidade de São Paulo é considerada a capital com maior concentração de população urbana e também com maior acesso à Internet, o que seria interessante para a pesquisa, pois o envio do instrumento foi feito de maneira exclusivamente *on-line*.

Para participar da pesquisa, os critérios de inclusão foram: residir em São Paulo, capital, pertencer às faixas etárias entre 20 e 60 anos (IBGE) e possuir acesso à Internet. Dentro dos critérios de exclusão ficaram os indivíduos que vivem em áreas rurais do Brasil, têm menos de 20 anos completos e não possuem acesso à Internet. Embora a convocação para participar da pesquisa tenha sido feita principalmente pela Internet, em particular pela rede social Facebook, por seu alcance e facilidade de segmentação de populações (CHU e SNIDER, 2012), não fazer parte dessa rede não entrou como critério de exclusão, pois um usuário do Facebook poderia repassar a informação sobre a pesquisa, estendendo o convite a outros residentes de São Paulo, dentro da faixa etária específica, com acesso à Internet (computador *desktop*, celular, *wifi*, etc.) e e-mail e que tiveram interesse em responder à pesquisa, gerando o efeito “bola de neve” (BALTAR e BRUNET, 2012).

5.4. Amostragem

Segundo Pasquali (1999), o número mínimo de participantes para estudos de validação é definido por meio do critério razão itens/participante da pesquisa. Assim, a amostra deveria contar com pelo menos cinco participantes para cada

item apresentado no instrumento adaptado. Considerando-se 39 a soma dos itens específicos sobre culinária do instrumento adaptado de caracterização dos hábitos culinários, seria necessária uma amostra de, no mínimo, 195 participantes. Acrescentando-se a margem de erro de 20%, chegamos ao número mínimo de 234 participantes na amostra. Após aplicação via Facebook, conseguiu-se uma amostra com $n=261$ participantes.

A proposta de utilizar a Internet como principal fonte de recrutamento de participantes para este estudo piloto, em particular por meio da utilização do Facebook, visava à facilidade que a tecnologia pode oferecer nos dias atuais. O instrumento foi aplicado de maneira virtual, de modo que o participante pôde assinar, *on-line*, o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) (anexo 1), como faz-se necessário para qualquer pesquisa envolvendo seres humanos, embora considerada com baixo risco para o respondente. O uso dessa tecnologia também permitiu que o indivíduo respondesse o instrumento em poucos minutos, facilitando o envio das respostas, mesmo sem a presença física de um entrevistador. A plataforma *Survey Monkey* foi utilizada tanto para coleta dos dados quanto para sua análise posterior.

5.5. Coleta de dados

Ao serem convidados a responder a pesquisa via Facebook, os participantes responderam *on-line* os instrumentos via *SurveyMonkey*. O instrumento completo levou cerca de 11 minutos para ser respondido pelos participantes. O TCLE (anexo 1) foi apresentado juntamente com o instrumento, sendo o primeiro item a constar do questionário *on-line*, de modo que o participante, ao aceitar responder a pesquisa, também aceitava o TCLE.

Além de responder à pesquisa, o participante tinha a possibilidade de compartilhar o *post* de convocação entre seus grupos e contatos no Facebook, permitindo maior alcance do questionário e gerando efeito bola de neve (*snow ball*) (BALTAR e BRUNET, 2012) – ou seja, um indivíduo recebeu o convite e o indicou para uma pessoa, que indicou para outra, para, assim, atingir-se maior número de indivíduos naturalmente.

5.6. Aspectos Éticos

A presente pesquisa é considerada de risco mínimo para a população de estudo. Foi submetida ao Comitê de Ética da Faculdade de Ciências Farmacêuticas da Universidade de São Paulo (CEP/FCF/USP) e teve o aceite, conforme parecer 2.590.435, em abril de 2018.

5.7. Processo de adaptação transcultural

5.7.1 Instrumento de caracterização de hábitos culinários

O instrumento adaptado para a caracterização de hábitos culinários da população urbana brasileira foi chamado de “Cozinhar”, com a descrição “Adaptação de instrumento para caracterizar hábitos culinários em população urbana”, composto a partir de questões desenvolvidas originalmente por Leal et al. (2011) e Chen et al. (2012), que dizem respeito principalmente à frequência de hábitos culinários, habilidades culinárias, motivações para cozinhar e responsabilidade de cozinhar. Algumas questões foram criadas para complementar o instrumento, com base no trabalho de Mills et al. (2016), que estabelece os fatores determinantes do hábito de cozinhar em casa.

O instrumento adaptado foi dividido em quatro blocos:

- **Bloco 1** – Frequência com que cozinha, com questões que dizem respeito a quantas vezes o indivíduo se dedica a preparar alimentos para consumo em sua residência.
- **Bloco 2** – Habilidades culinárias, refere-se ao conhecimento que o indivíduo afirma possuir sobre culinária.
- **Bloco 3** – Motivações para cozinhar, apresenta questões sobre o que leva o indivíduo a preparar suas refeições em casa.
- **Bloco 4** – Responsabilidade de cozinhar, diz respeito a quanto o indivíduo se sente responsável por cozinhar e preparar os alimentos em sua residência.

Considerou-se o termo “cozinhar” como o preparo de ingredientes do zero, como, por exemplo, fazer arroz (lavar os ingredientes, picar alho e cebola, refogar

alho e cebola com óleo, juntar o arroz, adicionar água e sal e submeter à cocção); não se considerou “cozinhar” como esquentar alimentos prontos ou pré-preparados, como pizzas e pratos congelados. A definição foi adaptada de Leal et al. (2011) e serviu como base para nortear o instrumento no que diz respeito à prática culinária.

A adaptação transcultural do instrumento passou pelas seguintes fases, baseadas nas recomendações determinadas por Herdman et al. (1998) e Reichenheim e Moraes (2007):

1. Autorização de uso do questionário original.
2. Tradução das questões de interesse para uso no instrumento.
3. Apresentação da versão 1 do instrumento para especialistas da área e pré-teste na população-alvo para conferir entendimento e clareza das questões do instrumento.
4. Adequação do instrumento segundo *inputs* dos especialistas e dos respondentes do pré-teste.
5. Criação da versão final.
6. Aplicação da versão final para o público-alvo.

Após passar por todas essas fases, o instrumento foi aplicado ao público via *Survey Monkey* – conforme a versão final (Quadro 1). Para ilustrar a adaptação dos instrumentos originais, no Quadro 1 também consta a fonte de onde foi retirada cada pergunta do instrumento.

Quadro 1. Itens do instrumento de caracterização dos hábitos culinários

BLOCO 1 – FREQUÊNCIA COM QUE COZINHA		
		Fonte
	<p>1) Com que frequência você cozinha para si mesmo(a) e/ou sua família ou ajuda no preparo das refeições em sua residência? Considere “cozinhar” como o preparo de ingredientes do zero, como, por exemplo, fazer arroz (lavar os ingredientes, picar alho e cebola, refogar alho e cebola com óleo, juntar o arroz, adicionar água e sal e cozinhar); não considere “cozinhar” como esquentar alimentos prontos ou pré-preparados, como pizzas e pratos congelados.</p> <p>() 0 – nunca () 1 (1 vez na semana) () 2 (2 vezes na semana)</p>	<p>Adaptada de Leal et al. (2011) – “How often do you cook?” e Chen et al. (2012) – “Do you have to cook or prepare</p>

	☐ 3 (3 vezes na semana) ☐ 4 (4 vezes na semana) ☐ 5 (5 vezes na semana) ☐ 6 (6 vezes na semana) ☐ 7 (7 ou mais vezes na semana)	food for yourself or help with these? Do not include ready-to-eat food".																																																																																																																																							
	<p>2) Com que frequência você cozinha os seguintes alimentos em sua casa? Considere "cozinhar" como o preparo de ingredientes do zero, como, por exemplo, fazer arroz (lavar os ingredientes, picar alho e cebola, refogar alho e cebola com óleo, juntar o arroz, adicionar água e sal e cozinhar); não considere "cozinhar" como esquentar alimentos prontos ou pré-preparados, como pizzas e pratos congelados.</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th></th><th>0 nunca</th><th>1 vez na semana</th><th>2 vezes na semana</th><th>3 vezes na semana</th><th>4 vezes na semana</th><th>5 vezes na semana</th><th>6 vezes na semana</th><th>7 ou mais vezes na semana</th></tr> </thead> <tbody> <tr><td>Ovos</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>Arroz</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>Feijão</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>Batata</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>Carne bovina</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>Frango</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>Porco</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>Peixe</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>Macarrão</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>Sopas</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>Legumes</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>Saladas</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>Doces</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </tbody> </table>		0 nunca	1 vez na semana	2 vezes na semana	3 vezes na semana	4 vezes na semana	5 vezes na semana	6 vezes na semana	7 ou mais vezes na semana	Ovos									Arroz									Feijão									Batata									Carne bovina									Frango									Porco									Peixe									Macarrão									Sopas									Legumes									Saladas									Doces																		Adaptada de Leal et al. (2011) – "Have you ever cooked cakes, eggs, mousses, rice, potatoes, meat, pasta, soup, fish, vegetables"
	0 nunca	1 vez na semana	2 vezes na semana	3 vezes na semana	4 vezes na semana	5 vezes na semana	6 vezes na semana	7 ou mais vezes na semana																																																																																																																																	
Ovos																																																																																																																																									
Arroz																																																																																																																																									
Feijão																																																																																																																																									
Batata																																																																																																																																									
Carne bovina																																																																																																																																									
Frango																																																																																																																																									
Porco																																																																																																																																									
Peixe																																																																																																																																									
Macarrão																																																																																																																																									
Sopas																																																																																																																																									
Legumes																																																																																																																																									
Saladas																																																																																																																																									
Doces																																																																																																																																									
	<p>3) Diga o quanto você concorda com a seguinte afirmação: Eu poderia cozinhar com mais frequência em minha residência se recebesse mais ajuda em casa.</p> ☐ Discordo totalmente ☐ Discordo ☐ Concordo ☐ Concordo totalmente	Criada com base em Mills et al. (2017)																																																																																																																																							
	<p>4) Diga o quanto você concorda com a seguinte afirmação: Eu poderia cozinhar com mais frequência em minha residência se soubesse cozinhar melhor.</p> ☐ Discordo totalmente ☐ Discordo ☐ Concordo ☐ Concordo totalmente	Criada com base em Mills et al. (2017)																																																																																																																																							

	5) Diga o quanto você concorda com a seguinte afirmação: Eu poderia cozinhar com mais frequência em minha residência se gostasse de cozinhar. ☐ Discordo totalmente ☐ Discordo ☐ Concordo ☐ Concordo totalmente	Criada com base em Mills et al. (2017)
	7) Diga o quanto você concorda com a seguinte afirmação: Eu poderia cozinhar com mais frequência em minha residência se tivesse mais tempo livre. ☐ Discordo totalmente ☐ Discordo ☐ Concordo ☐ Concordo totalmente	Criada com base em Mills et al. (2017)
	8) Diga o quanto você concorda com a seguinte afirmação: Eu poderia cozinhar com mais frequência em minha residência se tivesse mais dinheiro. ☐ Discordo totalmente ☐ Discordo ☐ Concordo ☐ Concordo totalmente	Criada com base em Mills et al. (2017)
	9) Diga o quanto você concorda com a seguinte afirmação: Eu poderia cozinhar com mais frequência em minha residência se o mercado fosse mais perto. ☐ Discordo totalmente ☐ Discordo ☐ Concordo ☐ Concordo totalmente	Criada com base em Mills et al. (2017)
<u>BLOCO 2 – HABILIDADES CULINÁRIAS</u>		
		Fonte
	10) Diga o quanto você concorda com a seguinte afirmação: Eu sei cozinhar. ☐ Discordo totalmente ☐ Discordo ☐ Concordo ☐ Concordo totalmente	Adaptada de Leal et al. (2011) – “Do you know how to cook?”
	11) Diga o quanto você concorda com a seguinte afirmação: Eu gosto de cozinhar. ☐ Discordo totalmente ☐ Discordo ☐ Concordo ☐ Concordo totalmente	Adaptada de Leal et al. (2011) – “Do you like to cook?”

	12) Diga o quanto você concorda com a seguinte afirmação: Eu gostaria de cozinhar com mais frequência. ☐ Discordo totalmente ☐ Discordo ☐ Concordo ☐ Concordo totalmente	Adaptada de Leal et al. (2011) – “Would you like to cook more often?”
	13) Diga o quanto você concorda com a seguinte afirmação: Eu gostaria de aprender a cozinhar melhor. ☐ Discordo totalmente ☐ Discordo ☐ Concordo ☐ Concordo totalmente	Adaptada de Leal et al. (2011) – “Would you like to learn to cook or to cook better?”
	14) Diga o quanto você concorda com a seguinte afirmação: Eu aprendi a cozinhar com minha mãe/meu pai. ☐ Discordo totalmente ☐ Discordo ☐ Concordo ☐ Concordo totalmente	Adaptada de Leal et al. (2011) – “(...) they had learned to cook with family; by themselves; with friends; by cooking courses, culinary books and the internet”
	15) Diga o quanto você concorda com a seguinte afirmação: Eu aprendi a cozinhar com minha/meu avó/avô ou parente. ☐ Discordo totalmente ☐ Discordo ☐ Concordo ☐ Concordo totalmente	Adaptada de Leal et al. (2011) – “(...) they had learned to cook with family; by themselves; with friends; by cooking courses, culinary books and the internet
	16) Diga o quanto você concorda com a seguinte afirmação: Eu aprendi a cozinhar sozinho(a). ☐ Discordo totalmente ☐ Discordo ☐ Concordo ☐ Concordo totalmente	Adaptada de Leal et al. (2011) – “(...) they had learned to cook with family; by themselves; with friends; by cooking courses, culinary books and the internet
	17) Diga o quanto você concorda com a seguinte afirmação: Eu aprendi a cozinhar com amigos(as).	Adaptada de Leal et al. (2011) –

	☐ Discordo totalmente ☐ Discordo ☐ Concordo ☐ Concordo totalmente	“(...) they had learned to cook with family; by themselves; with friends; by cooking courses, culinary books and the internet
	18) Diga o quanto você concorda com a seguinte afirmação: Eu aprendi a cozinhar em curso de culinária/escola. ☐ Discordo totalmente ☐ Discordo ☐ Concordo ☐ Concordo totalmente	Adaptada de Leal et al. (2011) – “(...) they had learned to cook with family; by themselves; with friends; by cooking courses, culinary books and the internet
	19) Diga o quanto você concorda com a seguinte afirmação: Eu aprendi a cozinhar em livros de culinária e revistas. ☐ Discordo totalmente ☐ Discordo ☐ Concordo ☐ Concordo totalmente	Adaptada de Leal et al. (2011) – “(...) they had learned to cook with family; by themselves; with friends; by cooking courses, culinary books and the internet
	20) Diga o quanto você concorda com a seguinte afirmação: Eu aprendi a cozinhar na Internet (<i>sites, blogs, vídeos</i>). ☐ Discordo totalmente ☐ Discordo ☐ Concordo ☐ Concordo totalmente	Adaptada de Leal et al. (2011) – “(...) they had learned to cook with family; by themselves; with friends; by cooking courses, culinary books and the internet
	21) Diga o quanto você concorda com a seguinte afirmação: Eu gostaria de aprender a cozinhar melhor com minha/meu mãe/pai, avó/avô, tia/tio. ☐ Discordo totalmente ☐ Discordo ☐ Concordo ☐ Concordo totalmente	Criada com base em Mills et al. (2017)

	22) Diga o quanto você concorda com a seguinte afirmação: Eu gostaria de aprender a cozinhar melhor em curso de culinária/escolas. ☐ Discordo totalmente ☐ Discordo ☐ Concordo ☐ Concordo totalmente	Criada com base em Mills et al. (2017)
	23) Diga o quanto você concorda com a seguinte afirmação: Eu gostaria de aprender a cozinhar melhor com livros de culinária e revistas. ☐ Discordo totalmente ☐ Discordo ☐ Concordo ☐ Concordo totalmente	Criada com base em Mills et al. (2017)
	24) Diga o quanto você concorda com a seguinte afirmação: Eu gostaria de aprender a cozinhar melhor com recursos da Internet (sites, blogs, vídeos). ☐ Discordo totalmente ☐ Discordo ☐ Concordo ☐ Concordo totalmente	Criada com base em Mills et al. (2017)

BLOCO 3 – MOTIVAÇÕES PARA COZINHAR

		Fonte
	25) Diga o quanto você concorda com a seguinte afirmação: Eu cozinho porque faz bem para a saúde. ☐ Discordo totalmente ☐ Discordo ☐ Concordo ☐ Concordo totalmente	Criada com base em Mills et al. (2017)
	26) Diga o quanto você concorda com a seguinte afirmação: Eu cozinho porque sou casado(a). ☐ Discordo totalmente ☐ Discordo ☐ Concordo ☐ Concordo totalmente	Criada com base em Mills et al. (2017)
	27) Diga o quanto você concorda com a seguinte afirmação: Eu cozinho porque tenho filhos(as). ☐ Discordo totalmente ☐ Discordo ☐ Concordo ☐ Concordo totalmente	Criada com base em Mills et al. (2017)
	28) Diga o quanto você concorda com a seguinte afirmação: Eu cozinho porque gosto de cozinhar.	Criada com base em

	☐ Discordo totalmente ☐ Discordo ☐ Concordo ☐ Concordo totalmente	Mills et al. (2017)
	29) Diga o quanto você concorda com a seguinte afirmação: Eu cozinheiro porque é mais barato/por economia. ☐ Discordo totalmente ☐ Discordo ☐ Concordo ☐ Concordo totalmente	Criada com base em Mills et al. (2017)

BLOCO 4 – RESPONSABILIDADE DE COZINHAR

		Fonte
	30) Considero-me o principal responsável por cozinhar na minha casa. Você concorda com essa afirmação? ☐ Discordo totalmente ☐ Discordo ☐ Concordo ☐ Concordo totalmente	Criada com base em Mills et al. (2017)
	31) Além de cozinhar para mim mesmo(a), sou responsável por cozinhar para outras pessoas em casa. Você concorda com essa afirmação? ☐ Discordo totalmente ☐ Discordo ☐ Concordo ☐ Concordo totalmente	Criada com base em Mills et al. (2017)
	32) Recebo ajuda para preparar as refeições em minha residência. Você concorda com essa afirmação? ☐ Discordo totalmente ☐ Discordo ☐ Concordo ☐ Concordo totalmente	Criada com base em Mills et al. (2017)
	33) Em minha casa, quem mais me ajuda no preparo das refeições é meu/minha companheiro(a), marido(esposa), namorado(a). Você concorda com essa afirmação? ☐ Discordo totalmente ☐ Discordo ☐ Concordo ☐ Concordo totalmente	Criada com base em Mills et al. (2017)
	34) Em minha casa, quem mais me ajuda no preparo das refeições é (são) o(s) filhos(as). Você concorda com essa afirmação? ☐ Discordo totalmente ☐ Discordo ☐ Concordo ☐ Concordo totalmente	Criada com base em Mills et al. (2017)

	<p>35) Em minha casa, quem mais me ajuda no preparo das refeições são os parentes, como mãe, pai, tios e avós. Você concorda com essa afirmação?</p> <p>() Discordo totalmente () Discordo () Concordo () Concordo totalmente</p>	<p>Criada com base em Mills et al. (2017)</p>
	<p>36) Em minha casa, quem mais me ajuda no preparo das refeições são os parentes, como mãe, pai, tios e avós. Você concorda com essa afirmação?</p> <p>() Discordo totalmente () Discordo () Concordo () Concordo totalmente</p>	<p>Criada com base em Mills et al. (2017)</p>
	<p>37) Tenho um(a) empregado(a) ou cozinheiro(a) que me ajuda no preparo das refeições na minha casa. Você concorda com essa afirmação?</p> <p>() Discordo totalmente () Discordo () Concordo () Concordo totalmente</p>	<p>Criada com base em Mills et al. (2017)</p>
	<p>38) Eu sou o(a) responsável por fazer as compras dos ingredientes para as preparações culinárias em minha casa. Você concorda com essa afirmação?</p> <p>() Discordo totalmente () Discordo () Concordo () Concordo totalmente</p>	<p>Adaptada de Chen et al. (2012) – “If you prepare three meals a day for yourself, who is usually responsible in buying the ingredients for cooking?”</p>
	<p>39) Meus/minhas filhos(as) ou parentes próximos são os(as) responsáveis por fazer as compras dos ingredientes para as preparações culinárias em minha casa. Você concorda com essa afirmação?</p> <p>() Discordo totalmente () Discordo () Concordo () Concordo totalmente</p>	<p>Adaptada de Chen et al. (2012) – “If you prepare three meals a day for yourself, who is usually responsible in buying the ingredients for cooking?”</p>

5.7.2. Instrumento socioeconômico e demográfico

O instrumento de caracterização socioeconômica e demográfica da população foi aplicado em conjunto com o instrumento de caracterização de hábitos culinários (Quadro 2). Ele encontra-se dividido em dois blocos. O “Bloco 1 – Perfil” conta com questionário de base para caracterizar a população em termos de sexo, idade, município em que reside, cor da pele, altura e peso autorreferidos, etc. – as questões foram adaptadas dos formulários do Censo Demográfico 2010, do IBGE.

O “Bloco 2 – Classificação econômica” é composto de questionário original da ABEP – Associação Brasileira de Empresas e Pesquisas – para caracterização econômica da população investigada. A ABEP é responsável pela definição do Critério de Classificação Econômica Brasil (CCEB), que categoriza as famílias de acordo com cinco níveis sociais, de “A” (para a classe econômica mais alta) até a “E” (para a classe econômica mais baixa). A caracterização é obtida somando-se os pontos atribuídos a cada domicílio (vide ANEXO 3).

Quadro 2. Itens do instrumento para caracterização socioeconômica e demográfica

BLOCO 1 – PERFIL		
Questão	Opções de respostas	Fonte
1) Nome completo	Autodeclarado	Adaptado do formulário do Censo Demográfico 2010 do IBGE
2) Sexo	() Masculino () Feminino	Adaptado do formulário do Censo Demográfico 2010 do IBGE
3) Idade (em anos)	Autodeclarado	Adaptado do formulário do Censo Demográfico 2010 do IBGE

4) Data de nascimento (dd/mm/aaaa)	Autodeclarado	Adaptado do formulário do Censo Demográfico 2010 do IBGE
5) Bairro em que reside	Autodeclarado	Adaptado do formulário do Censo Demográfico 2010 do IBGE
6) Cidade e Estado em que reside (exemplo: São Paulo, SP)	Autodeclarado	Adaptado do formulário do Censo Demográfico 2010 do IBGE
7) Peso em kg (informe mesmo que aproximado)	Autodeclarado	Adaptado do formulário do Censo Demográfico 2010 do IBGE
8) Altura em metros (informe mesmo que aproximado)	Autodeclarado	Adaptado do formulário do Censo Demográfico 2010 do IBGE
9) Qual é a sua cor ou raça?	☐ Branca ☐ Preta ☐ Parda ☐ Amarela ☐ Indígena	Adaptado do formulário do Censo Demográfico 2010 do IBGE
10) Qual é o seu estado civil?	☐ Solteiro(a) ☐ Casado(a) ou vivendo com companheiro(a) ☐ Divorciado(a), desquitado(a) ou separado(a) judicialmente ☐ Viúvo(a)	Adaptado do formulário do Censo Demográfico 2010 do IBGE
11) Qual é a sua ocupação principal?	☐ Estou empregado(a) ☐ Trabalho por conta própria e/ou tenho negócio próprio ☐ Estou desempregado(a) e/ou não trabalho ☐ Sou do lar	Adaptado do formulário do Censo Demográfico 2010 do IBGE
12) Qual é o tempo habitual gasto de deslocamento de sua casa até o trabalho?	☐ Até 5 minutos ☐ De 6 minutos até meia hora ☐ Mais de meia hora até uma hora ☐ Mais de uma hora até duas horas ☐ Mais de duas horas ☐ Não se aplica	Adaptado do formulário do Censo Demográfico 2010 do IBGE

13) Quantas pessoas contribuem para a renda da sua família, incluindo você?	☐ Somente eu ☐ 1 pessoa ☐ 2 pessoas ☐ 3 ou mais pessoas	Adaptado do formulário do Censo Demográfico 2010 do IBGE
14) Quantas pessoas moram na sua casa, incluindo você?	☐ Somente eu ☐ 1 pessoa ☐ 2 pessoas ☐ 3 ou mais pessoas	Adaptado do formulário do Censo Demográfico 2010 do IBGE
15) Você tem filhos(as) que moram em sua residência?	☐ Não tenho filhos(as) ☐ Sim, tenho 1 filho(a) ☐ Sim, tenho 2 filhos(as) ☐ Sim, tenho 3 ou mais filhos(as)	Adaptado do formulário do Censo Demográfico 2010 do IBGE
16) Qual é o seu grau de instrução?	☐ Analfabeto ou Fundamental I incompleto ☐ Fundamental I completo ou Fundamental II incompleto ☐ Fundamental II completo ou Médio incompleto ☐ Médio completo ou Superior incompleto ☐ Superior completo	Adaptado do questionário original da ABEP

BLOCO 2 – CLASSIFICAÇÃO ECONÔMICA

Questão	Opções de respostas	Fonte
17) Qual é o grau de instrução do chefe da família? Considere como chefe da família a pessoa que contribui com a maior parte da renda do domicílio.	☐ Analfabeto ou Fundamental I incompleto ☐ Fundamental I completo ou Fundamental II incompleto ☐ Fundamental II completo ou Médio incompleto ☐ Médio completo ou Superior incompleto ☐ Superior completo	Original do questionário ABEP.

18) Quantos dos itens de conforto listados abaixo existem em seu domicílio? Todos os itens de eletroeletrônicos devem estar funcionando, incluindo os que estão guardados. Caso não estejam funcionando, considere apenas se tiver intenção de consertar ou repor nos próximos seis meses.	ITENS DE CONFORTO	Não possui	1	2	3	4+	Original do questionário ABEP.		
	Quantidade de automóveis de passeios exclusivamente para uso particular								
	Quantidade de empregados mensalistas, considerando apenas os que trabalham pelo menos cinco dias por semana								
	Quantidade de máquinas de lavar roupa, excluindo tanquinho								
	Quantidade de banheiros								
	DVD, incluindo qualquer dispositivo que leia DVD e desconsiderando DVD de automóvel								
	Quantidade de geladeiras								
	Quantidade de freezers independentes ou parte da geladeira duplex								
	Quantidade de microcomputadores, considerando computadores de mesa, laptops, notebooks e <u>netbooks</u> e desconsiderando tablets, <u>palms</u> ou smartphones								
	Quantidade de lavadora de louças								
	Quantidade de fornos de micro-ondas								
Quantidade de motocicletas, desconsiderando as usadas exclusivamente para uso profissional									
19) A água utilizada em seu domicílio é proveniente de?	☐ Rede geral de distribuição ☐ Poço ou nascente ☐ Outro meio						Original do questionário ABEP.		
	20) Considerando o trecho da rua do seu domicílio, o(a) Sr.(a) diria que a rua é:	☐ Asfaltada/Pavimentada ☐ Terra/Cascalho						Original do questionário ABEP.	

5.7.3. Análise dos dados

Após a aplicação do instrumento de caracterização dos hábitos culinários em população urbana, em conjunto com o instrumento de avaliação socioeconômica, os dados foram coletados e analisados com a utilização do *software* Excel.

A pesquisa recebeu 261 respostas e, com os dados coletados, verificou-se se todos os respondentes atendiam ou não aos critérios de inclusão e de exclusão. Dessa forma, foram excluídos 12 respondentes, por residirem em Estados diferentes de São Paulo. Esses respondentes eram residentes da Bahia, do Rio de Janeiro, do Espírito Santo e do Paraná.

Em seguida, foram excluídos os respondentes que não atendiam aos critérios de idade estabelecidos. Dessa forma, 17 dos respondentes ficaram de fora da análise, por terem idades abaixo de 20 anos ou acima de 60 anos.

Também foram excluídos da análise outros 43 respondentes, por não terem respondido o questionário até o fim, com faltas de dados evidentes.

Com a exclusão dos respondentes que não atendiam aos critérios de inclusão e de exclusão, obtivemos um novo $n=189$, sendo 14 homens (7% da amostra) e 175 mulheres (93% da amostra).

Como os dois grupos são muito díspares em termos numéricos, analisamos os dados separadamente, como veremos a seguir.

6. RESULTADOS E DISCUSSÃO

6.1. Adaptação transcultural e aprovação por especialistas

Na fase de adaptação transcultural do instrumento de caracterização de hábitos culinários em população urbana, as questões foram traduzidas do inglês para o português e adaptadas de acordo com o contexto brasileiro. Nesse momento, contou-se com a ajuda de um nutricionista para orientar a melhor forma de fazer a tradução das perguntas.

Para realizar a adaptação, utilizaram-se algumas questões dos instrumentos desenvolvidos por Leal et al. (2011) e Chen et al. (2012) e também informações de Mills et al. (2017) para compor perguntas sobre temas que interessavam para caracterizar os hábitos e a frequência culinária da população, como os determinantes que levam as pessoas a cozinhar em suas casas, por exemplo.

O instrumento desenvolvido por Leal et al. (2011) objetivava conhecer os hábitos culinários e as habilidades culinárias de adolescentes portugueses e relacioná-los com a aderência à dieta mediterrânea. Foi obtido um $n=390$. Os adolescentes responderam a um instrumento que continha questões que interessavam ao conteúdo do instrumento que queríamos construir, como por exemplo onde aprenderam a cozinhar e a frequência com que cozinham. Desse questionário, utilizamos como base perguntas como: “Você sabe cozinhar? Você gosta de cozinhar? Você gostaria de cozinhar com mais frequência? Você gostaria de aprender a cozinhar ou a cozinhar melhor?”. Optou-se por deixar de fora a parte concernente às questões sobre dieta mediterrânea como indicador de saúde pois, neste momento, não era pertinente à pesquisa que se está realizando. Além disso,

a dieta mediterrânea não se aplica diretamente à cultura brasileira, que apresenta hábitos alimentares e culturais diferentes dos portugueses.

O instrumento desenvolvido por Chen et al. (2012) tinham como objetivo investigar a associação entre o comportamento culinário e a maior expectativa de vida entre idosos de Taiwan. Foi um estudo de coorte que envolveu um n=1937 participantes com informações obtidas a partir de um banco de dados daquele país sobre nutrição e longevidade. Desse total, 1900 participantes tinham um documento válido que permitisse associá-los ao banco de dados daquele país com o número de falecimentos. Dessa forma, os pesquisadores puderam correlacionar os hábitos culinários com uma maior, ou não, longevidade de seus cidadãos idosos investigados. Desse instrumento, utilizou-se uma série de perguntas que faziam sentido para o objetivo desta dissertação, como: “Você precisa cozinhar ou preparar comida para si mesmo ou ajudar a preparar a comida? Não considere comidas prontas para consumo”. Essa questão tinha como objetivo, em Chen et al. (2012), verificar a frequência com que os idosos investigados cozinhavam. E, por isso, esse instrumento, também serviu para os objetivos propostos nesta dissertação. Também havia perguntas sobre receber ou não ajuda para cozinhar e a comprar os ingredientes (em se tratando de idosos, essas perguntas são ainda mais relevantes, por motivos de mobilidade que pode estar reduzida ou comprometida por conta da idade).

Do artigo de Mills et al. (2017), retiramos alguns fatores que podem ser determinantes para a frequência culinária, como o tempo disponível para cozinhar, ter ou não um emprego e ser do sexo feminino ou não, posto que as mulheres ainda são associadas mais ao contexto de cozinhar em casa que os homens, como observado no referencial teórico desta pesquisa. Com base nessas três fontes, as perguntas foram adaptadas para o contexto brasileiro e o público-alvo que esta pesquisa tinha como proposta atingir.

Com isso pronto, a versão 1 do instrumento (anexo 6) foi apresentada para um grupo de especialistas (n=6), todos nutricionistas, que respondeu questões sobre o entendimento das perguntas. Para cada item do questionário, o especialista respondia ao seguinte questionamento: “Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?”. As respostas variavam numa escala de 0 a 5 pontos,

sendo 0 “não entendo absolutamente nada”, 2,5 “entendo algumas partes” e 5 “entendo tudo completamente”. Considerando-se todas as respostas dos especialistas, a média de compreensão das perguntas foi de 4,96.

Uma das contribuições valiosas dos especialistas foi em relação ao tamanho da pesquisa. Na versão 1 do instrumento, apresentada a eles e também no pré-teste, o instrumento, como um todo, considerando-se também o perfil do respondente e a caracterização socioeconômica, somava 66 questões. Após a avaliação dos especialistas, esse número foi reduzido para 59 questões, visando a não deixar o questionário repetitivo e difícil de responder.

6.2. Pré-teste na população-alvo

Em relação ao pré-teste (n=6), os participantes da pesquisa também avaliaram o entendimento de cada questão do instrumento de caracterização de hábitos culinários em população urbana (anexo 7) seguindo a mesma escala dos especialistas. Considerando-se todas as respostas dos participantes do pré-teste, a média de compreensão das perguntas foi de 4,91.

Dois dos participantes não chegaram ao final do instrumento, alegando ser muito longo e repetitivo, confirmando a impressão inicial dos especialistas. Seguiram-se, então, as recomendações sugeridas em ambas as análises e todas elas foram consideradas para a montagem do instrumento final, que foi posteriormente aplicado à população-alvo para coleta de dados.

6.3. Caracterização da amostra

A amostra coletada por meio do envio do instrumento de caracterização de hábitos culinários mais perfil socioeconômico resultou em um n=189, excluindo-se os respondentes que não atendiam aos critérios de inclusão, como idade (inferior a 20 anos e superior a 60 anos) e residir em Estado brasileiro diferente de São Paulo. Além disso, foram excluídos também os respondentes que não finalizaram o questionário.

A amostra é composta de 14 homens e 175 mulheres, com média de idade de 48,25 anos, para mulheres, e 47,85 anos, para homens. Do n=189, 7,4% dos respondentes são do sexo masculino e 92,60% são do sexo feminino,

caracterizando número muito superior de mulheres que se dispuseram a responder a pesquisa, embora a divulgação via *fanpage* do Facebook tenha focado nos dois sexos, sem distinção. Dividindo-se os dados em relação ao sexo, 71,43% da amostra masculina declararam-se branca e 28,57% declararam-se parda. Dentre as mulheres, a variedade racial foi maior, com 88% que se declararam brancas, 5,71% pardas, 3,43% amarelas e 2,86% pretas.

Em relação ao estado civil, a maioria dos respondentes do sexo masculino declarou-se: casados (71,43%), seguida por solteiros (21,43%) e viúvos (7,14%). Dentre as mulheres, a maioria das respondentes da amostra também se declarou casada (57,75%), seguida por solteiras (20,2%), divorciadas (17,45%) e viúvas (4,6%).

Em relação à ocupação principal, a amostra dos homens revelou que nenhum deles considerou-se do lar, sendo a maioria dono do próprio negócio (64,28%), seguida por empregado (21,42%) e desempregado (14,3%). Dentre as mulheres, a maioria declarou-se empregada (35,43%), seguida por dona do próprio negócio (31,43%), desempregada (17,14%) e do lar (16%).

Quanto ao grau de instrução, 7,14% dos homens declararam ter ensino fundamental I completo ou fundamental II incompleto; 7,14% tinham fundamental II completo ou médio incompleto; 28,57% possuíam ensino médio completo ou superior incompleto; 21,43% tinham superior completo; 14,29% tinham pós-graduação incompleta e 21,43% pós-graduação completa. Dentre as mulheres, apenas 2,29% da amostra possuem fundamental I completo ou fundamental II incompleto; o número é ainda menor para fundamental II completo ou médio incompleto, com apenas 1,71%; 22,86% delas possuem ensino médio completo ou superior incompleto e 40,57% possuem ensino superior completo. Apenas 2,86% da amostra possuem pós-graduação incompleta, enquanto que 29,71% declararam ter pós-graduação completa.

Tabela 1. Distribuição da amostra por sexo, estado civil, ocupação e grau de instrução de homens e mulheres, São Paulo (SP), 2019.

		n	Descritores						
		Estado civil							
			casado(a)	divorciado(a)	solteiro(a)	viúvo(a)			
Homens	14	10	0	3	1				
	100%	71,43%	0,00%	21,43%	7,14%				
Mulheres	175	101	31	35	8				
	100%	57,75%	17,45%	20,20%	4,60%				
		Ocupação							
			desempregado(a)	empregado(a)	do lar	próprio negócio			
Homens	14	2	3	0	9				
	100%	14,30%	21,42%	0,00%	64,28%				
Mulheres	175	30	62	28	55				
	100%	17,14%	35,43%	16,00%	31,43%				
		Grau de instrução							
			fundamental completo	I ou fundamental II	fundamental II ou médio completo	ensino médio completo ou superior incompleto	superior completo	pós- graduação incompleta	pós- graduação completa
Homens	14	1		1		4	3	2	3
	100%	7,14%		7,14%		28,57%	21,43%	14,29%	21,43%
Mulheres	175	4		3		40	71	5	52
	100%	2,29%		1,71%		22,86%	40, 57%	2,86%	29,71%

6.3.1 Frequência de hábitos culinários

Embora o número de respondentes do sexo masculino tenha sido consideravelmente menor do que o de respondentes do sexo feminino, achou-se que seria interessante comparar os dados. Como vê-se na Tabela 2, mais da metade da amostra de homens (57,15%) tem o hábito de cozinhar em casa de 1 vez a 3 vezes na semana, sendo que 35,71% dos homens cozinham 7 vezes ou mais na semana. Todos os homens declararam cozinhar ao menos 1 vez na semana. Em relação às mulheres, 2,29% delas declararam não cozinhar nunca, enquanto 38,86% delas declararam cozinhar 7 ou vezes mais na semana. O restante da amostra (49,71%) afirmou cozinhar de 1 vez a 6 vezes na semana, com distribuições parecidas entre essas frequências.

Tabela 2. Frequência com que homens e mulheres cozinham em suas residências, São Paulo, SP, 2019.

		Frequência culinária na semana								
	n	nunca	1x na semana	2x na semana	3x na semana	4x na semana	5x na semana	6x na semana	7x na semana	não responderam
Homens	14	0 0,00%	2 14,29%	3 21,43%	3 21,43%	0 0,00%	0 0,00%	1 7,14%	5 35,71%	0 0,00%
Mulheres	175	4 2,29%	15 8,57%	17 9,71%	22 12,57%	14 8,00%	19 10,86%	15 8,57%	68 38,86%	1 0,57%

Em relação aos determinantes da frequência da prática culinária em casa, 71,43% dos homens declararam que o fator “receber mais ajuda em casa” não os faria cozinhar mais, ao passo que, dentre as mulheres, 41,72% concordaram que cozinhariam mais se recebessem ajuda e 58,29% discordaram que cozinhariam mais caso recebessem mais ajuda em casa.

“Saber cozinhar melhor”, como um fator que aumentaria a frequência dos hábitos culinários, dividiu os homens: metade concordou que isso os faria cozinhar mais, metade discordou de tal afirmação. Dentre as mulheres, 68% discordaram que saber cozinhar melhor as levaria com mais frequência à cozinha, enquanto 32% concordaram que esse seria um determinante para que cozinhassem com mais frequência.

Em relação ao fator “gostar de cozinhar” como determinante para modificar a frequência dos hábitos culinários, 78,57% dos homens discordaram que gostar de cozinhar os faria cozinhar mais vezes na semana. Para as mulheres, esse fator parece também não exercer influência sobre frequência da prática culinária, pois a maioria delas (67,43%) também discordou que gostar de cozinhar as faria cozinhar mais.

Para a maioria dos homens (57,14%), “ter mais tempo livre” poderia influenciar a frequência com que cozinham em casa, com resultado similar para as mulheres: 60,57% concordam que cozinhariam mais se tivessem mais tempo, mostrando que isso pode ser um fator decisivo para a prática culinária (MILLS et al., 2017; DANIELS et al., 2012).

Em relação ao fator “ter mais dinheiro”, 57,14% dos homens concordaram que isso influenciaria em sua frequência dos hábitos culinários. Para as mulheres, esse fator parece não exercer muita influência, pois 68,57% delas discordaram da afirmação de que ter mais dinheiro as faria cozinhar mais. Isso pode ser sugestivo de que, se houvesse mais dinheiro, a tarefa poderia talvez ser delegada a outra pessoa, pois as mulheres ainda são consideradas as principais responsáveis pela prática culinária nos lares (LELIS, TEIXEIRA e SILVA, 2012). O fator proximidade do mercado (facilidade de acesso às compras e insumos culinários) parece não influenciar a frequência com que os homens cozinham, pois 92,85% deles discordaram que cozinhariam mais se o mercado fosse mais perto. Para as mulheres, o resultado foi parecido: 86,29% delas discordaram que a proximidade do mercado as faria cozinhar com mais frequência.

Tabela 3. Determinantes da frequência com que homens e mulheres cozinham em suas residências, São Paulo (SP), 2019.

Receber mais ajuda em casa					
	Discordo totalmente	Discordo	Concordo	Concordo totalmente	n
Homens	4 28,57%	6 42,86%	1 7,14%	3 21,43%	14 100%
Mulheres	47 26,86%	55 31,43%	53 30,29%	20 11,43%	175 100%
Cozinhar melhor					
	Discordo totalmente	Discordo	Concordo	Concordo totalmente	n
Homens	3 21,43%	4 28,57%	6 42,86%	1 7,14%	14 100%
Mulheres	58 33,14%	61 34,86%	41 23,43%	15 8,57%	175 100%
Gostar de cozinhar					
	Discordo totalmente	Discordo	Concordo	Concordo totalmente	n
Homens	6 42,86%	5 35,71%	2 14,29%	1 7,14%	14 100%
Mulheres	64 36,57%	34 30,86%	56 20,57%	21 12,00%	175 100%
Ter mais tempo livre					
	Discordo totalmente	Discordo	Concordo	Concordo totalmente	n
Homens	3 21,43%	3 21,43%	7 50,00%	1 7,14%	14 100%
Mulheres	27	42	72	34	175

	15,43%	24,00%	41,14%	19,43%	100%
Ter mais dinheiro					
	Discordo totalmente	Discordo	Concordo	Concordo totalmente	n
Homens	5 35,71%	6 21,43%	2 50,00%	1 7,14%	14 100%
Mulheres	36 20,57%	84 48,00%	36 20,57%	19 10,86%	175 100%
Mercado mais perto					
	Discordo totalmente	Discordo	Concordo	Concordo totalmente	n
Homens	5 35,71%	8 57,14%	1 7,14%	0 0,00%	14 100%
Mulheres	49 28,00%	102 58,29%	21 12,00%	3 1,71%	175 100%

6.3.2. Frequência com que cozinha determinados alimentos

Selecionaram-se alguns alimentos comuns no dia a dia do brasileiro para questionar qual a frequência com que os participantes da amostra os preparavam em suas residências. Dentre a lista, observou-se que o preparo de ovos foi bastante citado, com 78,57% dos homens cozinhando esse alimento de 1 a 2 vezes na semana. Dentre as mulheres, cozinhar esse alimento foi ainda mais presente, com 71,44% das respondentes afirmando que preparam ovos de 1 a 3 vezes na semana.

O arroz, um alimento básico na vida dos brasileiros, chamou a atenção nas respostas da amostra: 21,43% dos homens afirmaram não o preparar nunca, enquanto 57,12% deles cozinham arroz de 1 a 3 vezes na semana. As mulheres parecem cozinhar mais esse cereal; apenas 8% da amostra afirmaram não cozinhar arroz nunca, mas 17,14% das mulheres disseram cozinhar arroz 7 vezes ou mais na semana, enquanto 74,27% da amostra afirmaram preparar arroz de 1 a 6 vezes na semana.

O feijão, que tradicionalmente faz par com o arroz na culinária brasileira, de norte a sul do país, também chamou a atenção. Dentre os homens da amostra, 14,29% disseram nunca cozinhar feijão, enquanto que 78,57% deles disseram cozinhar essa leguminosa até 3 vezes na semana. Porém, os dados mostraram que os homens da amostra nunca cozinham feijão mais de 6 vezes na semana. Da

parte das mulheres, o percentual delas que não cozinha feijão nunca foi ainda maior, de 18,86%; mas 41,71% delas afirmaram preparar feijão 1 vez na semana, e o restante, 38,29%, distribuiu-se na frequência de 2 a 7 vezes ou mais na semana.

A batata, um tubérculo também bastante comum na mesa do brasileiro, é preparada até 4 vezes na semana por 85,72% da amostra de homens; 14,29% disseram não cozinhar batatas nunca. Dentre as mulheres, 8,57% afirmaram não preparar esse alimento nunca, ao passo que 44% delas cozinham batatas 1 vez na semana, 40,57% de 2 a 3 vezes na semana e o restante da amostra de mulheres cozinha esse tubérculo 7 vezes na semana ou mais.

Em relação à carne bovina, chamou a atenção o fato de que 14,29% dos homens afirmaram não preparar esse alimento nunca, enquanto 85,72% deles afirmaram preparar carne bovina até 5 vezes na semana. Dentre as mulheres, 8% disseram não cozinhar carne nunca, contra 70,86% da amostra que afirmaram cozinhar esse alimento de 1 a 3 vezes na semana.

O frango, um tipo de proteína muito comum e barato no Brasil, foi pouco apontado pelos homens como um alimento para se cozinhar: 28,57% da amostra masculina disseram não cozinhar frango nunca e 57,12% disseram cozinhar a ave apenas 1 vez na semana. Para as mulheres, 2,57% responderam que não cozinham frango nunca, enquanto 44% delas o preparam apenas 1 vez na semana.

Os dados amostrais sugerem que o peixe é pouco preparado por homens e mulheres em sua prática culinária. Da amostra de homens, 35,71% disseram não fazer peixe nunca, enquanto 35,72% responderam que o preparam de 1 a 2 vezes na semana. 14,29% da amostra masculina escolheram “não se aplica” e 7,14% não responderam. Em relação às mulheres, 32,57% disseram não preparar peixe nunca – resultado parecido com o dos homens –, enquanto 50,86% delas afirmaram cozinhar peixe apenas 1 vez na semana e 5,71% escolheram “não se aplica”.

O macarrão foi mais popular que o peixe na amostra selecionada. Dentre os homens, apenas 7,14% disseram não cozinhar macarrão nunca, enquanto 50% afirmaram preparar esse alimento 1 vez na semana. 14,29% responderam “não se aplica” e 28,57% da amostra masculina afirmaram cozinhar macarrão 2 vezes na semana. Dentre as mulheres, 8,57% delas disseram não preparar macarrão nunca, mas 66,29% afirmaram cozinhar esse alimento 1 vez na semana.

Em relação às sopas, a rejeição por parte dos respondentes da amostra também foi grande. Dentre os homens, 42,86% afirmaram não fazer esse prato nunca, enquanto 35,71% deles responderam que preparam sopa apenas 1 vez na semana. 14,29% optaram por “não se aplica” e 7,14% não responderam. Dentre as mulheres, 32,57% não preparam sopa nunca, enquanto 41,14% delas fazem esse preparo apenas 1 vez na semana. 8% optaram por “não se aplica” e 1,14% não responderam.

Curiosamente, os legumes foram bastante citados como alimento a ser preparado na semana. Na amostra de homens, 14,29% disseram não preparar esses vegetais nunca, porém 28,57% disseram cozinhar legumes 7 vezes ou mais na semana. 14,29% não responderam, 14,28% afirmaram preparar legumes de 2 a 3 vezes na semana e outros 28,57% afirmaram cozinhar os vegetais de 5 a 6 vezes na semana. Dentre as mulheres, apenas 4,57% disseram não cozinhar legumes nunca, enquanto 21,14% delas afirmaram prepará-los 7 vezes ou mais na semana e 54,86% declararam fazer legumes de 2 a 5 vezes na semana. 1,71% não respondeu.

Em relação às saladas, os dados também chamaram a atenção pela frequência: 21,43% disseram não preparar saladas nunca, porém 28,57% afirmaram fazer esse prato 7 vezes ou mais na semana e outros 42,85% cozinham salada de 3 a 6 vezes na semana. 7,14% não responderam. Para as mulheres, apenas 6,29% disseram não preparar salada nunca, enquanto 32% afirmaram cozinhar esse alimento 7 vezes ou mais na semana. Mais da metade da amostra, 61,14%, afirmou cozinhar salada de 1 a 6 vezes na semana. Apenas 0,57% não respondeu.

Por fim, em relação aos doces em geral, 28,57% dos homens declararam não preparar esse alimento nunca, enquanto 42,86% disseram fazer doces de 1 a 2 vezes na semana. 7,14% não responderam e 7,14% optaram por “não se aplica”. Dentre as mulheres, 28,57% da amostra declararam não preparar doces nunca, 33,71% apenas uma vez na semana, 16,57% 2 vezes na semana e 4,57% optaram por “não se aplica”.

Tabela 4. Frequência com que homens e mulheres cozinham determinados alimentos em suas residências, São Paulo (SP), 2019.

	0- nunca	1x semana	2x semana	3x semana	4x semana	5x semana	6x semana	7x semana +	não se aplica	não responderam	n
ovos											
homens	0	4	7	1	1	0	0	1	0	0	14
	0,00%	28,57%	50,00%	7,14%	7,14%	0,00%	0,00%	7,14%	0,00%	0,00%	100,00%
mulheres	6	54	46	25	14	10	6	12	1	1	175
	3,43%	30,86%	26,29%	14,29%	8,00%	5,71%	3,43%	6,86%	0,57%	0,57%	100,00%
arroz											
homens	3	2	1	5	1	1	0	1	0	0	14
	21,43%	14,29%	7,14%	35,71%	7,14%	7,14%	0,00%	7,14%	0,00%	0,00%	100,00%
mulheres	14	27	23	31	15	24	10	30	0	1	175
	8,00%	15,43%	13,14%	17,71%	8,57%	13,71%	5,71%	17,14%	0,00%	0,57%	100,00%
feijão											
homens	2	5	3	3	0	1	0	0	0	0	14
	14,29%	35,71%	21,43%	21,43%	0,00%	7,14%	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%	100,00%
mulheres	33	73	26	21	4	5	2	9	2	0	175
	18,86%	41,71%	14,86%	12,00%	2,29%	2,86%	1,14%	5,14%	1,14%	0,00%	100,00%
batata											
homens	2	4	4	2	2	0	0	0	0	0	14
	14,29%	28,57%	28,57%	14,29%	14,29%	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%	100,00%
mulheres	15	77	45	26	4	3	1	1	3	0	175
	8,57%	44,00%	25,71%	14,86%	2,29%	1,71%	0,57%	0,57%	1,71%	0,00%	100,00%
carne boi											
homens	2	4	3	2	2	1	0	0	0	0	14
	14,29%	28,57%	21,43%	14,29%	14,29%	7,14%	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%	100,00%
mulheres	14	38	40	46	21	9	4	3	0	0	175
	8,00%	21,71%	22,86%	26,29%	12,00%	5,14%	2,29%	1,71%	0,00%	0,00%	100,00%
frango											
homens	4	3	4	2	1	0	0	0	0	0	14
	28,57%	21,43%	28,57%	14,29%	7,14%	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%	100,00%
mulheres	16	50	58	27	15	5	1	3	0	0	175
	9,14%	28,57%	33,14%	15,43%	8,57%	2,86%	0,57%	1,71%	0,00%	0,00%	100,00%
porco											
homens	4	8	0	1	0	0	0	0	0	1	14
mulheres	28,57%	57,14%	0,00%	7,14%	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%	7,14%	100,00%
	57	77	18	9	4	2	0	1	7	0	175
	32,57%	44,00%	10,29%	5,14%	2,29%	1,14%	0,00%	0,57%	4,00%	0,00%	100,00%
peixe											
homens	5	3	2	0	1	0	0		2	1	14

	35,71%	21,43%	14,29%	0,00%	7,14%	0,00%	0,00%	0,00%	14,29%	7,14%	100,00%
mulheres	57	89	15	3	1	0	0	0	10	0	175
	32,57%	50,86%	8,57%	1,71%	0,57%	0,00%	0,00%	0,00%	5,71%	0,00%	100,00%

macarrão

homens	1	7	4	0	0	0	0	0	2	0	14
	7,14%	50,00%	28,57%	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%	14,29%	0,00%	100,00%
mulheres	15	116	28	7	4	3	0	0	2	0	175
	8,57%	66,29%	16,00%	4,00%	2,29%	1,71%	0,00%	0,00%	1,14%	0,00%	100,00%

sopa

homens	6	5	0	0	0	0	0	0	2	1	14
	42,86%	35,71%	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%	14,29%	7,14%	100,00%
mulheres	57	72	15	7	4	2	1	1	14	2	175
	32,57%	41,14%	8,57%	4,00%	2,29%	1,14%	0,57%	0,57%	8,00%	1,14%	100,00%

legumes

homens	2	0	1	1	0	3	1	4	0	2	14
	14,29%	0,00%	7,14%	7,14%	0,00%	21,43%	7,14%	28,57%	0,00%	14,29%	100,00%
mulheres	8	18	26	23	20	27	13	37	0	3	175
	4,57%	10,29%	14,86%	13,14%	11,43%	15,43%	7,43%	21,14%	0,00%	1,71%	100,00%

saladas

homens	3	0	0	3	1	1	1	4	0	1	14
	21,43%	0,00%	0,00%	21,43%	7,14%	7,14%	7,14%	28,57%	0,00%	7,14%	100,00%
mulheres	11	17	17	18	17	20	18	56	0	1	175
	6,29%	9,71%	9,71%	10,29%	9,71%	11,43%	10,29%	32,00%	0,00%	0,57%	100,00%

doces

homens	4	3	3	1	0	1	0	0	1	1	14
	28,57%	21,43%	21,43%	7,14%	0,00%	7,14%	0,00%	0,00%	7,14%	7,14%	100,00%
mulheres	50	59	29	9	7	6	3	4	8	0	175
	28,57%	33,71%	16,57%	5,14%	4,00%	3,43%	1,71%	2,29%	4,57%	0,00%	100,00%

6.3.3 Habilidades culinárias

Em relação às habilidades culinárias, ou seja, o quanto o indivíduo declara saber cozinhar, a maioria dos homens (85,72%) concordou com a afirmação “eu sei cozinhar”. Dentre as mulheres, a maioria esmagadora também declarou saber cozinhar (95,65%).

O fator “gostar de cozinhar” dividiu os homens e as mulheres: 100% dos respondentes do sexo masculino concordaram que gostam de cozinhar, enquanto 21,84% das mulheres discordaram da afirmação. Mesmo assim, a maioria delas ainda declara que gosta de cozinhar (78,16%).

Quando questionados sobre se “gostariam de cozinhar com mais frequência”, 64,54% dos homens declararam concordar com a afirmação. Isso poderia sugerir que há espaço para a diminuição da obrigação social feminina que ainda considera que cozinhar é algo que deve ser uma atribuição das mulheres (LELIS, TEIXEIRA e SILVA, 2012). Para as mulheres, o resultado foi ligeiramente menor, com 51,43% das mulheres declarando que gostariam de cozinhar com mais frequência.

As questões que envolvem o tema “com quem aprendeu a cozinhar” revelaram resultados multifatoriais. Mais da metade dos homens (57,14%) afirmou que aprendeu a cozinhar com a/o mãe/pai; o resultado foi ainda maior entre as mulheres, com 66,86% delas afirmando isso. Em relação a aprender a cozinhar com os avós e outros parentes, esse resultado foi menor para os homens (57,14% concordaram com a afirmação) e teve mais influência sobre as mulheres (64,57%).

O autodidatismo dividiu os homens: metade deles discordou da afirmação de que aprendeu a cozinhar sozinho, enquanto a outra metade concordou. Dentre as mulheres, 53,72% concordaram com a afirmação de que aprenderam a cozinhar sozinhas.

Em relação a aprender a cozinhar em cursos de culinária e escolas, o resultado foi similar para homens e mulheres: a maioria dos homens (85,72%) discordou da afirmação de que aprendeu a cozinhar fazendo cursos e o mesmo ocorreu com as mulheres (81,72%).

Já os livros e revistas de culinária parecem exercer influência maior sobre as habilidades culinárias de homens e mulheres: 64,29% dos homens concordaram que aprenderam a cozinhar com o auxílio desses recursos, enquanto 60% das mulheres responderam o mesmo.

A Internet, com *sites*, *blogs* e vídeos de culinária, parece exercer influência maior sobre as mulheres em termos de aquisição de habilidades culinárias: 68,57% delas concordaram que aprenderam a cozinhar com esses recursos, contra 57,14% dos homens.

Tabela 5. Habilidades culinárias de homens e mulheres, São Paulo (SP), 2019.

Sei cozinhar					
	Discordo totalmente	Discordo	Concordo	Concordo totalmente	n
Homens	1 7,14%	1 7,14%	10 71,43%	2 14,29%	14 100%
Mulheres	3 1,72%	15 8,62%	90 51,72%	66 37,93%	175 100%
Gosto de cozinhar					
	Discordo totalmente	Discordo	Concordo	Concordo totalmente	
Homens	0 0,00%	0 0,00%	12 85,71%	2 14,29%	14 100%
Mulheres	8 4,60%	30 17,24%	72 41,38%	64 36,78%	174 (um vazio) 100%
Gostaria de cozinhar com mais frequência					
	Discordo totalmente	Discordo	Concordo	Concordo totalmente	
Homens	0 0,00%	5 35,71%	8 57,14%	1 7,14%	14 100%
Mulheres	11 6,29%	74 42,29%	64 36,57%	26 14,86%	175 100%
Gostaria de aprender a cozinhar melhor					
	Discordo totalmente	Discordo	Concordo	Concordo totalmente	
Homens	1 7,14%	2 14,29%	9 64,29%	2 14,29%	14 100%
Mulheres	8 4,57%	40 22,86%	99 56,57%	28 16,00%	175 100%
Aprendeu a cozinhar com mãe/pai					
	Discordo totalmente	Discordo	Concordo	Concordo totalmente	
Homens	1 7,14%	5 35,71%	5 35,71%	3 21,43%	14 100%
Mulheres	18 10,29%	40 22,86%	90 51,43%	27 15,43%	175 100%

Aprendeu a cozinhar com avó/ avô parente

	Discordo totalmente	Discordo	Concordo	Concordo totalmente	
Homens	1 7,14%	5 50,00%	6 42,86%	0 0,00%	14 100%
Mulheres	37 21,14%	76 43,43%	49 28,00%	13 7,43%	175 100%

Aprendeu a cozinhar sozinho(a)

	Discordo totalmente	Discordo	Concordo	Concordo totalmente	
Homens	2 14,29%	5 35,71%	6 42,86%	1 7,14%	14 100%
Mulheres	17 9,71%	64 36,57%	81 46,29%	13 7,43%	175 100%

Aprendeu a cozinhar com amigos(as)

	Discordo totalmente	Discordo	Concordo	Concordo totalmente	
Homens	3 21,43%	4 28,57%	7 50,00%	0 0,00%	14 100%
Mulheres	39 22,29%	93 53,14%	41 23,43%	2 1,14%	175 100%

Aprendeu a cozinhar em curso de culinária/ escola

	Discordo totalmente	Discordo	Concordo	Concordo totalmente	
Homens	6 42,86%	6 42,86%	1 7,14%	1 7,14%	14 100%
Mulheres	69 39,43%	74 42,29%	23 13,14%	9 5,14%	175 100%

Aprendeu a cozinhar com livros de culinária e revistas

	Discordo totalmente	Discordo	Concordo	Concordo totalmente	
Homens	1 7,14%	4 28,57%	9 64,29%	0 0,00%	14 100%
Mulheres	27 15,43%	43 24,57%	99 56,57%	6 3,43%	175 100%

Aprendeu a cozinhar na Internet (sites, blogs e vídeos)

	Discordo totalmente	Discordo	Concordo	Concordo totalmente	
Homens	2 14,29%	4 28,57%	7 50,00%	1 7,14%	14 100%
Mulheres	16 9,14%	39 22,29%	110 62,86%	10 5,71%	175 100%

6.3.4. Motivações para cozinhar

Em termos de motivações que levam homens e mulheres a cozinhar, o fator “porque faz bem para a saúde” parece ser relevante, pois 78,57% dos homens concordaram que cozinham porque faz bem para a saúde, enquanto 78,74% das mulheres fazem o mesmo.

O estado civil não pareceu determinante para os homens e as mulheres desta amostra, pois 85,72% dos homens discordaram da afirmação “cozinho porque sou casado” e um pouco menos de mulheres, 70, 28%, discordou também.

Entre os homens, ter filhos também não se mostrou particularmente relevante para influenciar no quanto cozinham em casa, pois 64,29% dos homens discordaram que cozinham porque têm filhos. Dentre as mulheres, pouco mais da metade (50,86%) discordou dessa afirmação, mas o restante concordou, mostrando que o fator ter filhos pode ter relevância maior para as mulheres na hora de cozinhar.

Gostar de cozinhar parece ser relevante também para fazer com que os homens cozinhem mais: 100% deles concordaram que cozinham porque gostam de fazer isso, com resultado menor para as mulheres, mas ainda assim refletindo a maioria: 78,28% das mulheres concordaram que cozinham porque gostam.

Em relação ao dinheiro gasto para a prática culinária, homens e mulheres concordaram que cozinham porque é mais barato ou por economia: 71,43% dos homens e 73,71% das mulheres da amostra.

Tabela 6. Motivações de homens e mulheres para cozinhar em suas residências, São Paulo (SP), 2019.

Cozinha porque faz bem para a saúde					
	Discordo totalmente	Discordo	Concordo	Concordo totalmente	n
Homens	0 0,00%	3 21,43%	10 71,43%	1 7,14%	14 100%
Mulheres	5 2,87%	32 18,39%	106 60,92%	31 17,82%	174 (um está vazio) 100%
Cozinha porque é casado(a)					
	Discordo totalmente	Discordo	Concordo	Concordo totalmente	
Homens	2 14,29%	10 71,43%	2 14,29%	0 0,00%	14 100%
Mulheres	52 29,71%	71 40,57%	45 25,71%	7 4,00%	175 100%
Cozinha porque tem filhos(as)					
	Discordo totalmente	Discordo	Concordo	Concordo totalmente	
Homens	2 14,29%	7 50,00%	5 35,71%	0 0,00%	14 100%
Mulheres	42 24,00%	47 26,86%	73 41,71%	13 7,43%	175 100%
Cozinha porque gosta de cozinhar					
	Discordo totalmente	Discordo	Concordo	Concordo totalmente	
Homens	0 0,00%	0 0,00%	11 78,57%	3 21,43%	14 100%
Mulheres	8 4,57%	30 17,14%	80 45,71%	57 32,57%	175 100%
Cozinha porque é mais barato/ por economia					
	Discordo totalmente	Discordo	Concordo	Concordo totalmente	
Homens	0 0,00%	4 28,57%	9 64,29%	1 7,14%	14 100%
Mulheres	8 4,57%	38 21,71%	98 56,00%	31 17,71%	175 100%

6.3.5. Responsabilidade de cozinhar

Em relação à responsabilidade de cozinhar em casa, a maior parte dos homens da amostra, 61,53%, discordou que sente essa responsabilidade; ou seja, não se considera o principal responsável por essa tarefa em sua casa. Por outro lado, a grande maioria das mulheres da amostra, 73,99%, concordou que se considera responsável por cozinhar em casa.

Quando perguntados sobre se “além de cozinhar para si, consideram-se responsáveis por cozinhar para outras pessoas em suas casas”, 61,53% dos homens discordaram dessa afirmação, ou seja, eles não se consideram responsáveis por cozinhar para outras pessoas em suas residências. Novamente, o número foi bem diferente para as mulheres da amostra: a maioria delas, 74,86%, considera-se responsável por cozinhar para outras pessoas em suas casas, além de preparar os alimentos para si mesmas.

Em relação a receber ajuda em casa para o preparo das refeições, 69,23% concordaram com a afirmação, dizendo que recebem ajuda para fazer a comida. No caso das mulheres, mais da metade da amostra, 53,72%, discordou dessa afirmação, ou seja, não recebem ajuda para cozinhar em casa.

Tabela 7. Responsabilidade de homens e mulheres de cozinhar em suas residências, São Paulo (SP), 2019.

Consideram-se principal responsável por cozinhar em casa					
	Discordo totalmente	Discordo	Concordo	Concordo totalmente	n
Homens	2	6	4	1	13 (1 não respondeu)
	15,38%	46,15%	30,77%	7,69%	100%
Mulheres	12	33	63	65	173 (2 não responderam)
	6,94%	19,08%	36,42%	37,57%	100%
Além de cozinhar para si, consideram-se responsáveis por cozinhar para outras pessoas					
	Discordo totalmente	Discordo	Concordo	Concordo totalmente	
Homens	2	6	4	1	13 (1 não respondeu)
	15,38%	46,15%	30,77%	7,69%	100%
Mulheres	18	26	74	57	175
	10,29%	14,86%	42,29%	32,57%	100%
Recebem ajuda para preparar as refeições					
	Discordo totalmente	Discordo	Concordo	Concordo totalmente	
Homens	0	4	9	0	13 (1 não respondeu)
	0,00%	30,77%	69,23%	0,00%	100%
Mulheres	32	62	66	15	173 (2 não responderam)
	18,29%	35,43%	37,71%	8,57%	100%

7. LIMITAÇÕES E PONTOS FORTES

Dentre as limitações que podem ser apontadas para esta pesquisa, o fato de ser uma amostragem não probabilística é um fator importante. Não exatamente pelo fato de a coleta ter sido feita pela Internet, via Facebook e na plataforma *Survey Monkey*, pois há potencial interessante no efeito bola de neve que essa rede social pode gerar. Mas, sim, pelo fato de que a chamada para responder a pesquisa foi feita via Facebook das pesquisadoras envolvidas neste trabalho e foi utilizada uma *fanpage* da pesquisadora principal, que trabalha com gastronomia; por isso, o algoritmo da rede social pode ter enviesado o envio do *post* de divulgação da pesquisa para pessoas que achassem o tema “cozinhar” naturalmente relevante. Isso pode ter feito com que os dados refletissem que mais pessoas cozinham porque gostam, por exemplo, não necessariamente refletindo uma situação real para todas as pessoas que vivem num meio urbano como o Estado de São Paulo.

Além disso, para que os resultados apresentados nesta pesquisa tivessem, de fato, relevância estatística, seria recomendável estabelecer-se outra forma de coletar os dados de maneira menos enviesada ou mesmo unindo-se métodos diferentes, como a rede social Facebook, mas também pesquisa eletrônica ou em papel com amostras coletadas aleatoriamente em vias públicas, por exemplo. Porém, nesta pesquisa, não caberia fazer a coleta dessa forma; por isso, optou-se pela realização com amostragem não probabilística.

Outra limitação que pode ser apontada é o fato de o número de respondentes do sexo masculino ($n=14$) ser muito inferior ao número de respondentes do sexo feminino ($n=175$). Uma forma de equilibrar isso teria sido enviar a pesquisa, por um determinado período, tendo como público-alvo apenas homens.

Vale mencionar ainda que o instrumento desenvolvido nesta pesquisa não foi testado quanto à consistência interna e à validade, por isso a justificativa de se usar uma amostragem não probabilística se mantém. Em outro momento, numa pesquisa posterior desenvolvida com mais tempo, sugere-se que a consistência interna do instrumento aqui desenvolvido seja avaliada pelo coeficiente do Alfa de Cronbach (CRONBACH, 1951). Além disso, a confiabilidade do instrumento e sua validade também devem ser testadas (PASQUALI, 1997).

Esta pesquisa restringiu a amostra a apenas um Estado brasileiro. Mas o assunto, como exposto no Referencial Teórico, é relevante para a realidade brasileira, posto que cozinhar pode ser um dos fatores de promoção da saúde. Assim, num segundo momento, a aplicação do instrumento desenvolvido poderia ser feita também em outros Estados brasileiros ou mesmo ser focada nas capitais de todo o país – posto que o instrumento pretende caracterizar os hábitos culinários em população urbana. Num outro momento, também poderia ser estabelecida a correlação entre o IMC dos respondentes e a frequência com que cozinham, suas habilidades culinárias e os motivadores que o levam a cozinhar – notou-se, nas respostas obtidas nesta pesquisa, que os respondentes consideraram relevante o aspecto de saúde na sua prática culinária.

Dentre os pontos fortes desta pesquisa, pode-se citar o fato de que o desenvolvimento de instrumento para caracterizar os hábitos culinários em população urbana é inovador por si só, pois, até o término deste estudo, não chegou

ao conhecimento das pesquisadoras nenhum instrumento desenvolvido de maneira similar e com o mesmo foco e objetivo. Assim, um instrumento como o adaptado neste estudo pode revelar-se útil para que se conheça melhor os hábitos culinários da população urbana brasileira, a frequência com que ainda se cozinha no Brasil, quais os fatores que influenciam essa prática e como isso pode se correlacionar com a saúde da população como um todo. Dessa forma, mesmo com as limitações apontadas acima, este trabalho pode contribuir para dar início a um estudo mais aprofundado sobre a realidade brasileira no que tange a prática culinária e suas implicações para a saúde pública.

8. CONCLUSÃO

Adaptar um instrumento para caracterizar os hábitos culinários de uma população e a frequência com que essa população cozinha mostrou-se desafiador nesta pesquisa em virtude da não existência prévia de um instrumento já validado e confiável sobre o tema. Por isso, buscamos nas fontes utilizadas (LEAL et al., 2011; CHEN et al., 2012; MILLS et al., 2017) questões pertinentes ao objetivo proposto neste trabalho e que se encaixariam na construção do instrumento de caracterização dos hábitos e frequência culinários dos brasileiros, em particular os residentes nas cidades urbanizadas do Estado de São Paulo e sua capital.

Mesmo com a falta de contato por parte de CHEN et al., em resposta ao pedido feito pelas autoras desta pesquisa para a utilização e a adaptação das perguntas de seu questionário, procuramos seguir com essa fonte pois ela apresentava questões concisas e que estavam diretamente envolvidas ao tema do instrumento que queríamos adaptar. Além disso, algumas das perguntas do instrumento desenvolvido para esta pesquisa foram criadas a partir de MILLS et al., 2017, utilizando-se o conteúdo do artigo, em si, como fonte para a construção das questões.

Uma das observações que podem ser feitas é que os instrumentos usados como base para esta adaptação eram consideravelmente mais curtos e objetivos que o desenvolvido para esta pesquisa. Esta pode ser uma hipótese para que tivesse havido um número considerável de participantes que desistiram de responder ao questionário até o final. Assim, para uma futura versão revisada e

melhorada, seria recomendável deixar o instrumento aqui desenvolvido mais curto e objetivo, para que o maior número possível de respondentes permaneça interessado na leitura e no preenchimento do questionário até o final. Considerando-se que, inicialmente, obteve-se um $n=261$, sendo que 12 respondentes foram excluídos por residirem fora do Estado de São Paulo e outros 17 respondentes foram excluídos por não atenderem à faixa etária estabelecida como critério de inclusão para esta pesquisa, obteve-se um $n=43$ respondentes que foram excluídos por não terem respondido o questionário até o final, o que corresponde a 16,47% do n total da amostra. Assim, observando-se que os questionários usados como base eram mais curtos e objetivos, pode ser interessante utilizar o instrumento desenvolvido nesta pesquisa como base para a criação de outra versão, menor e mais enxuta, que atenda mais ao interesse do público-alvo de modo que as pessoas respondam o instrumento em sua totalidade.

Além disso, o número de respondentes do sexo masculino na amostra foi consideravelmente menor do que o de respondentes do sexo feminino. Porém, mesmo assim, julgou-se relevante fazer uma comparação entre os sexos, posto que, ainda hoje, cozinhar pode ser considerado uma tarefa doméstica relegada às mulheres, como visto no referencial teórico. Comparando-se os dados, em relação à frequência dos hábitos culinários, mais da metade da amostra de homens (57,15%) tem o hábito de cozinhar em casa de 1 vez a 3 vezes na semana, sendo que 35,71% dos homens cozinham 7 vezes ou mais na semana. Todos os homens declararam cozinhar ao menos 1 vez na semana. Para as mulheres, 2,29% delas declararam não cozinhar nunca, enquanto 38,86% declararam cozinhar 7 ou vezes mais na semana. O restante da amostra (49,71%) afirmou cozinhar de 1 vez a 6 vezes na semana. Os dados obtidos nesta amostra sugerem que, embora os homens estejam cozinhando também, essa tarefa ainda é executada mais pelas mulheres. Uma forma de corrigir a discrepância de respondentes dos sexos masculino e feminino, aumentando a participação masculina, poderia ser segmentar a pesquisa via *Facebook* focando-se especificamente nesse público. Dessa forma, poder-se-ia obter resultados que permitissem uma comparação mais justa e factível, com n similar para homens e mulheres. Outro aspecto relevante a se considerar é que o público-alvo atingido por essa pesquisa, selecionado via algoritmo do *Facebook*, acabou revelando que a maioria dos respondentes tinha

um nível de instrução alto: 85,72% da amostra do sexo masculino revelou ter, no mínimo, ensino médio completo. E 96% das mulheres assinalou ter no mínimo ensino médio completo. Isso também pode ser um viés para os resultados, pois não temos base para comparar a frequência e os hábitos culinários de uma amostra mais balanceada em termos de grau de instrução (com uma porcentagem maior de pessoas que não chegaram ao ensino médio, por exemplo).

Um dado interessante que apareceu na análise da amostra é que o tempo parece ser um dos determinantes cruciais para a frequência dos hábitos culinários: para a maioria dos homens (57,14%), “ter mais tempo livre” poderia fazer com que cozinhassem mais. O resultado foi similar para as mulheres: 60,57% concordam que cozinhariam mais se tivessem mais tempo. Em relação às habilidades culinárias, a maioria dos homens (85,72%) disse saber cozinhar. O mesmo ocorreu entre as mulheres, com 95,65% delas afirmando que sabem cozinhar. O fator “gostar de cozinhar” dividiu os homens e as mulheres: 100% dos respondentes do sexo masculino concordaram que gostam de cozinhar, enquanto 21,84% das mulheres discordaram da afirmação. Mesmo assim, a maioria delas ainda declara que gosta de cozinhar (78,16%).

Quando questionados sobre se “gostariam de cozinhar com mais frequência”, 64,54% dos homens declararam concordar com a afirmação. Para as mulheres, o resultado foi ligeiramente menor, com 51,43% das mulheres declarando que gostariam de cozinhar com mais frequência.

Observando-se esses dados acima, obtidos na amostra coletada, pode-se sugerir que cozinhar parece ser uma atividade que tem sido mais valorizada pelos homens, embora muitas mulheres ainda sintam essa prática como uma obrigação em suas rotinas, especialmente aquelas que têm filhos. Os dados mostram que, dentre os respondentes da amostra, as pessoas revelaram um interesse, um gosto por cozinhar, o que pode abrir portas para diversas iniciativas governamentais, que possam estimular os cidadãos a dedicarem mais tempo à prática e à aquisição de habilidades culinárias, como preconizado pelo Guia Alimentar para a População Brasileira (2014). Nesta amostra, em particular, ficou claro que o fator tempo pesa para a maioria das pessoas, no que diz respeito a cozinhar, e que isso pode ser um impeditivo para que as pessoas se dediquem mais a essa prática, abrindo espaço

para soluções práticas para o dia a dia, como alimentos prontos para consumo, que nem sempre podem ser os mais saudáveis.

Em conclusão, pode-se dizer que esta pesquisa atingiu seu objetivo de adaptar um instrumento para a caracterização dos hábitos culinários da população brasileira urbana, em particular a do Estado de São Paulo, dentro das limitações observadas e, ainda, levando-se em consideração as melhorias que podem ser realizadas numa futura versão do instrumento adaptado nesta pesquisa. Mesmo com uma amostragem não probabilística e, de certa forma, enviesada, o instrumento aqui desenvolvido serviu para dar pistas de como os residentes no Estado de São Paulo cozinham, qual a frequência com que se dedicam a essa prática e quais as motivações e responsabilidades que os levam a cozinhar em suas residências, e também a sugerir diferenças entre a frequência e os hábitos culinários de homens e mulheres, abrindo espaço para que, futuramente, outras pesquisas se debrucem sobre esses temas relevantes para a saúde pública e para a cultura alimentar e nutricional do país.

9. REFERÊNCIAS

ABREU, Edeli Simioni de et al. Alimentação mundial: uma reflexão sobre a história. **Saúde Sociedade**, São Paulo, v. 10, n.2, p. 3-14. Dez. 2001. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-12902001000200002&lng=en&nrm=iso>

ABEP. Critério Brasil 2015 e atualização da distribuição de classes para 2016. **Associação Brasileira de Empresa de Pesquisa**. Disponível em: <<http://www.abep.org.br>>. Acesso em: 03 mar. 2017.

ADAMS, J. et al. Prevalence and socio-demographic correlates of cooking skills in UK adults: cross-sectional analysis of data from the UK National Diet and Nutrition Survey. **International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity**, 2015. Disponível em: <<https://ijbnpa.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12966-015-0261-x>> Acesso em: 29 abr 2017.

ALLENDE, I. **Afrodite – Contos, receitas e outros afrodisíacos**. Editora Bertrand Brasil, Rio de Janeiro, 1998.

ALVARENGA, M.; KORITAR, P. Atitude e comportamento alimentar – determinantes de escolhas e consumo. In: Alvarenga, M., Figueiredo, M., Timerman, F., Antonaccio, C. (Orgs.). **Nutrição Comportamental**. Editora Manole, São Paulo, 2016.

ATALA, A.; DÓRIA, C.A. **Com unhas, dentes & cuca – Prática culinária e papo-cabeça ao alcance de todos**. Editora Senac, São Paulo, 2008.

BALTAR, F.; BRUNET, I. Social research 2.0: virtual snowball sampling method using Facebook, **Internet Research**, vol. 22, iss: 1 pp. 57 – 74, 2012.

BORGES, C.A. et al. Quanto custa para as famílias de baixa renda obterem uma dieta saudável no Brasil? **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 31, n. 1, p. 137-148, jan. 2015.

BRASIL. **Guia Alimentar Para a População Brasileira**. 2ª edição. Brasília: Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica, 2014. Disponível em:

<http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_alimentar_populacao_brasileira_2ed.pdf>. Acesso em 03 mar. 2017.

CANESQUI, A.M. Mudanças e permanências da prática alimentar cotidiana de famílias de trabalhadores. In: CANESQUI, A.M., DIEZ-GARCIA, R.W. (Orgs.). **Antropologia e nutrição: um diálogo possível**. 306 p., coleção Antropologia e Saúde, Fiocruz, Rio de Janeiro, 2005.

CANESQUI, A.M.; DIEZ-GARCIA, R.W. (Orgs.) **Antropologia e nutrição: um diálogo possível**. 306 p, coleção Antropologia e Saúde, Fiocruz, Rio de Janeiro, 2005.

CAPATTI, A. O gosto pelas conservas. In: FLANDRIN, J.L., MONTANARI, M. (Orgs.) **História da Alimentação**, capítulo 43, Estação Liberdade, São Paulo, 1998.

CARMO, J.F. Apontamentos para a utilização do Facebook como ferramenta acadêmica no curso de Jornalismo em Múltiplos Meios da Universidade do Estado da Bahia. **Anais do II EcoVale**, v.1, n.1, 2011.

CARVALHO, M.C.V.S. et al. Comer, alimentar e nutrir: categorias analíticas instrumentais no campo da pesquisa científica. **Ciência & Saúde Coletiva**, 2011.

CASTRO, I.R.R. et al. A culinária na promoção da alimentação saudável: delineamento e experimentação de método educativo dirigido a adolescentes e a profissionais das redes de saúde e de educação. **Rev. Nutr., Campinas**, v.20, n.6, p. 571-588, Dez. 2007. Disponível em:

<http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-52732007000600001&lng=en&nrm=iso>. Acesso em 04 fev. 2015.

CHEN, R.C. et al. Cooking frequency may enhance survival in Taiwanese elderly. **Public Health Nutrition**. Julho 2012, 15(7), 1142-1149. Disponível em: <<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/22578892>>. Acesso em abril/2017.

CHU, J.L., SNIDER, C.E. Use of a Social Networking Web Site for Recruiting Canadian Youth for Medical Research. **Journal of Adolescence Health**, 2012.

CLARO, R.M.; MONTEIRO, C.A. Renda familiar, preço de alimentos e aquisição domiciliar de frutas e hortaliças no Brasil. **Rev Saúde Pública**, São Paulo, v. 44, n. 6, dez. 2010.

CRONBACH, L. J. Coefficient alpha and the internal structure of tests. **Psychometrika**, v. 16, n. 3, p. 297–334, 1951.

CZERESNIA D. O conceito de saúde e a diferença entre prevenção e promoção. Versão revisada e atualizada do artigo “The concept of health and the difference between promotion and prevention”. Cadernos de Saúde Pública (Czeresnia, 1999). In: Czeresnia D, Freitas CM (org.). **Promoção da Saúde: conceitos, reflexões, tendências**. Rio de Janeiro: Ed. Fiocruz, 2003. p.39-53.

DAL BOSCO, S.M.; CONDE, S.R. **Nutrição & Saúde**. Editora Univates, Lajeado, 2013.

DANIELS, S. et al. More than preparing a meal? Concerning the meanings of home cooking, **Appetite**, 2012. Disponível em:

<<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/22369954>>. Acesso em: 15 nov. 2018.

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

EAT-LANCET COMMISSION. 2018. Disponível em: <<https://eatforum.org/eat-lancet-commission/>>. Acesso em: 18 jan. 2019

EUFI. Can cooking skills be the key to health? **The European Food Information Council**, 2011. Disponível em: <<http://www.eufic.org/en/healthy-living/article/can-cooking-skills-be-the-key-to-health>>. Acesso em 21 abr. 2017.

FERNÁNDEZ-ARMESTO, F. Comida – Uma história. Editora Record, Rio de Janeiro, 2004.

FISCHLER, C. Gastro-nomie et gastro-anomie. Sagesse du corps et crise bioculturelle de l'alimentation modern. **Communications**. 1979, vol. 31, ed.1, pp. 189-210. Disponível em: < http://www.persee.fr/doc/comm_0588-8018_1979_num_31_1_1477 >. Acesso em: 30 mar. 2017.

_____. Food, Self and Identity. **Social Science Information**. 1988.

Disponível em <

<http://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/053901888027002005> >. Acesso em 02 abr. 2017.

_____. **El (H)omnívoro: el gusto, la cocina y el cuerpo**. Barcelona: Editorial Anagrama, 1995.

FLANDRIN, J.L.; MONTANARI, M. **História da Alimentação**. São Paulo, Estação Liberdade, p. 700-701, 1998.

FRANCO, A. **De caçador a gourmet – uma história da gastronomia**. São Paulo, Editora Senac São Paulo, 2011, p. 23.

FUCHS, S. C. et al. Clustering of risk factors for cardiovascular disease among women in Southern Brazil: a population-based study. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 24, supl. 2, p. 285-293, 2008.

GARCIA, R.W.D. Alimentação e saúde nas representações e práticas alimentares do comensal urbano. In: Canesqui AM, Garcia RWD, organizadoras.

Antropologia e Nutrição: um diálogo possível. Editora Fiocruz, Rio de Janeiro, 2005. p. 211-225.

GORDIS, L. **Epidemiologia, Quarta Edição**. Livraria e Editora Revinter, Rio de Janeiro.

JABS, J.; DEVINE, C.M. Time scarcity and food choices. An overview. **Appetite**, vol. 47, ed. 2, pp. 196-204, 2006.

LEAL, F.M.R. et al. Relationship between cooking habits and skills and Mediterranean diet in a sample of Portuguese adolescents. **Perspectives in Public Health**. November 2011, vol. 131, n.6, New York University. Disponível em: <<http://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/1757913911419909>>. Acesso em abril/2017.

LELIS, C.T. et al. A inserção feminina no mercado de trabalho e suas implicações para os hábitos alimentares da mulher e de sua família. **Saúde em Debate**. Rio de Janeiro, v. 36, n. 95, p. 523-532, out./dez. 2012.

LÉVI-STRAUSS, C. O Cru e O Cozido - Coleção Mitológicas. Editora Cosac & Naify, 2ª edição, São Paulo, 2010.

LOUZADA, M.L.C et al. Alimentos ultraprocessados e perfil nutricional da dieta no Brasil. **Rev Saúde Pública**, São Paulo, v. 49, n. 38, jul. 2015.

LUDWIG, D.S. Technology, diet and the burden of chronic disease. **American Medical Association**, 2011.

MARTINS, A.P.B. et al. Participação crescente de produtos ultraprocessados na dieta brasileira (1987-2009). **Rev. Saúde Pública, São Paulo**, v.47, n.4, p.656-665, ago. 2013. Disponível em:

<http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-89102013000400656&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 13 set. 2016.

McGEE, H. **Comida & Cozinha – Ciência e Cultura da Culinária**. Editora Martins Fontes, São Paulo, 2016.

McGOWAN, L. et al. Domestic cooking and food skills: A Review. **Food Science and Nutrition**, 2017. Disponível em:

<<http://dx.doi.org/10.1080/10408398.2015.1072495>> Acesso em: 21/04/2017.

MILLS, S. et al. Health and social determinants and outcomes of home cooking: A sytematic review of observational studies. **Appetite**, n. 111, 01 abr. 2017, pp. 116-134.

MINTZ, S.W. Comida e Antropologia – Uma breve revisão. **Revista Brasileira de Ciências Sociais**, vol. 16, nº 47, outubro/2001.

MONTANARI, M. **Comida como cultura**. Editora Senac, São Paulo, 2008.

_____. **O mundo na cozinha – História, identidades, trocas**. Editora Senac, São Paulo, 2009.

MONTEIRO, C.A. et al. Causas do declínio da desnutrição infantil no Brasil, 1996-2007. **Rev. Saúde Pública**, São Paulo, v.43, n.1, p.35-43, fev. 2009. Disponível em:

<http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-89102009000100005&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em 14 set. 2017.

_____. The big issue is ultra-processing. [Commentary]. **World Nutrition** Volume 1, Number 6, November, 2010. Journal of the World Public Health Nutrition.

MONTEIRO, C. e CONDE, W. Nutrition transition and double burden of undernutrition and excess of weight in Brazil. **American Journal of Clinical Nutrition**, vol. 100, n. 6, dez. 2014. Disponível em:

<<http://ajcn.nutrition.org/content/100/6/1617S>>. Acesso em: 1 mai. 2017.

MORETTIN, P.A. et al. **Estatística Básica**. Editora Saraiva, 5ª edição, São Paulo, 2004.

OLIVEIRA, Débora S. S. **A Transmissão do Conhecimento Culinário no Brasil Urbano do Século XX**. 2010-04-09. 188 pp. Dissertação de Mestrado – Programa de Pós-Graduação em História Social do Departamento de História da Faculdade de Filosofia, Letras e Ciências Humanas da Universidade de São Paulo. São Paulo, 2010.

ORDOÑEZ, J.A. (org.) **Tecnología de los alimentos. Volumen I – Componentes de los alimentos y procesos**. Editorial Síntesis, Madrid, 1999.

PACHECO, S.S.M., O hábito alimentar enquanto um comportamento culturalmente produzido. In: FREITAS, M.C.S., FONTES, G.A.V., OLIVEIRA, N. (Orgs.) **Escritas e narrativas sobre alimentação e cultura**. EDUFBA, Salvador, 2008. 422 p.

PASQUALI, L. **Psicometria teoria e aplicações: a teoria clássica dos testes psicológicos**. Editora da UnB, Brasília, 1997.

_____ **Instrumentos psicológicos: manual prático de elaboração**. Petrópolis, Editora Vozes, 1999.

PNAD. Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). Disponível em: <http://www.ibge.gov.br/home/estatistica/pesquisas/pesquisa_resultados.php?id_pesquisa=40> Acesso em: 02 fev 2017.

POF. Pesquisa de Orçamentos Familiares 2008-2009 – Aquisição Alimentar Domiciliar Per Capita. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). Disponível em: <http://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/livros/liv47307.pdf>. Acesso em: 20 set. 2016.

PEREIRA, M.G. **Epidemiologia Teoria e Prática**. Guanabara Koogan, 7ª edição, Rio de Janeiro, 2003.

POLLAN, M. **The Omnivore's Dilemma – A natural history of four meals**. Penguin Group, New York, 2006.

_____. **Em defesa da comida – um manifesto**. Intrínseca, São Paulo, 2008.

_____. **Cozinhar – Uma história natural da transformação**. Intrínseca, São Paulo, 2014.

POPKIN, Barry. Recent dynamics suggest selected countries catching up to US Obesity. **The American Journal of Clinical Nutrition**, 2010.

PORTAL G1. Rede Globo. Salário mínimo em 2017: veja o valor. Disponível em: <<http://g1.globo.com/economia/noticia/salario-minimo-em-2017-veja-o-valor.ghtml>>. Acesso em: 18 abr. 2017.

REICHENHEIM, M. E.; MORAES, C. L. Operacionalização de adaptação transcultural de instrumentos de aferição usados em epidemiologia. **Revista de Saúde Pública**, v. 41, n. 4, p. 665-673, 2007.

RICARDO, C.Z.; CLARO, R.M. Custo da alimentação e densidade energética da dieta no Brasil, 2008-2009. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 28, n. 12, p. 2349-2361, dez 2012.

ROSSI, A.; MOREIRA, E.A.M.; RAUEN, M.S. Determinantes do comportamento alimentar: uma revisão com enfoque na família. **Revista de Nutrição**, Campinas, 2008.

ROZIN, P. The Meaning of Food in Our Lives: A Cross-Cultural Perspective on Eating and Well-Being. **Journal of Nutrition Education and Behavior**. V. 37, sup. 2, pp. S107-S112, nov/dez/ 2005.

SAVARIN, B. **Fisiologia do gosto**. Trad. P. Neves, São Paulo. Ed. Companhia das Letras, 1995.

PAHO. Ultra-processed food and drink products in Latin America: trends, impact on obesity, policy implications. **Pan American Health Organization**. Washington, DC, Estados Unidos, 2015. Disponível em:

<http://www.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=11153%3Aultra-processed-food-and-drink-products&catid=4999%3Adocuments&lang=en>. Acesso em: 29 set. 2016.

VIEIRA, Sonia. **Introdução à Bioestatística**. 4ª edição, Rio de Janeiro, 2011.

ANEXOS

ANEXO 1. Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

Universidade de São Paulo
Faculdade de Ciências Farmacêuticas

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO – TCLE

1. Informações do Participante da Pesquisa

Nome:		
Documento de Identidade (tipo):	Nº.:	Sexo: () M () F
Local de Nascimento:	Data de Nascimento: / /	
Endereço:	Nº.:	
Complementos:	Bairro:	
Cidade:	Estado:	
CEP:	Telefones:	

2. Informações do Responsável Legal

Nome:		
Documento de Identidade (tipo):	Nº.:	Sexo: () M () F
Local de Nascimento:	Data de Nascimento: / /	
Endereço:	Nº.:	
Complementos:	Bairro:	
Cidade:	Estado:	
CEP:	Telefones:	

3. Título do Projeto de Pesquisa

Adaptação de instrumento para caracterização de hábitos culinários em população urbana
--

4. Duração da Pesquisa

30 meses

5. Nome do Pesquisador Responsável

Profa. Dra. Elizabeth Aparecida Ferraz da Silva Torres	
Cargo/ Função: Professor Associado 3	Nº de registro do Conselho Regional: CREA: 42823 d

6. Instituição/Instituições

Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo – FSP/USP

CONVITE

Olá! O(a) Sr.(a) está sendo convidado(a) a participar, como voluntário(a), da pesquisa *on-line* “Adaptação de instrumento para caracterização de hábitos culinários em população urbana”. A pesquisadora responsável é a Profa. Dra. Elizabeth Aparecida Ferraz da Silva Torres, da Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo, vinculada ao PRONUT (Programa de Pós-Graduação Interunidades em Nutrição Humana Aplicada). A pesquisadora-assistente desta pesquisa é a aluna de mestrado Luciana Mastro Rosa Bueno de Souza, vinculada ao PRONUT, sob orientação da pesquisadora responsável supracitada.

Esta pesquisa pretende contribuir para a caracterização dos hábitos culinários dos brasileiros, em particular os residentes nas regiões urbanizadas do país. O objetivo é obter um instrumento adaptado, consistente e confiável que permita a caracterização dos hábitos culinários dessa população e sua relação com dados socioeconômicos e demográficos. Para tanto, o(a) Sr.(a) foi convocado(a) a responder voluntariamente este questionário sobre seus hábitos culinários por ser residente em região urbana brasileira e possuir acesso à Internet.

Esta pesquisa será desenvolvida da seguinte forma: o(a) sr.(a) responderá a um questionário *on-line*, com perguntas objetivas que levam cerca de 20 minutos para serem respondidas. O(a) Sr.(a) encontrará, primeiramente, questões referentes a informações pessoais, socioeconômicas e demográficas e, na sequência, questões específicas sobre seus hábitos culinários.

A aplicação da pesquisa será feita por meio eletrônico (via rede social Facebook e/ou e-mail), com questionário disponível para preenchimento *on-line* em plataforma específica para esse fim, como a *Survey Monkey*, e não envolve riscos ou desconfortos além dos relacionados à leitura e avaliação dos itens. Ao responder esta pesquisa, o(a) Sr.(a) contribuirá para uma análise dos hábitos culinários da população urbana brasileira, que poderá auxiliar, futuramente, a traçar eventuais estratégias nutricionais e de saúde pública. Suas respostas serão mantidas em sigilo. Não haverá pagamento ou ressarcimento de eventuais despesas com sua participação nesta pesquisa.

Ao aceitar responder a esta pesquisa, o(a) Sr.(a) está ciente de que tem o direito a receber resposta/esclarecimento a qualquer pergunta, relativa a esta pesquisa, e ser informado(a) sobre os procedimentos, benefícios e riscos nela envolvidos. Além disso, o(a) senhor(a) é livre para retirar o consentimento a qualquer momento, deixando, assim, de participar deste estudo. O(a) senhor(a) também tem o direito de não ser identificado(a), ter sua privacidade assegurada e contar com o caráter confidencial das informações referentes a esta pesquisa, além de receber uma via deste termo de consentimento livre e esclarecido.

Caso o(a) senhor(a) tenha alguma notificação ou solicitação a ser feita, ou qualquer questão, dúvida, esclarecimento ou reclamação sobre aspectos éticos relativos a este protocolo de pesquisa, favor entrar em contato com o Comitê de Ética em Pesquisa da Faculdade de Ciências Farmacêuticas da Universidade de São Paulo: Av. Prof. Lineu Prestes, 580, Bloco 13 A, Butantã, São Paulo, CEP 05508-000, Telefones 3091-3622 e 3091-3677, e-mail: cepfcf@usp.br.

Contamos com a sua colaboração e agradecemos pelo seu apoio.

Elizabeth Aparecida Ferraz da Silva Torres – Tel. de contato: (11) 3061-7857
Luciana Mastro Rosa Bueno de Souza – Tel. de contato: (11) 99218-7083

Consentimento Pós-Esclarecido

Eu, _____, _____ anos, RG _____, declaro que, após ter sido convenientemente esclarecido(a) pela pesquisadora e ter entendido o que me foi explicado, consinto em participar voluntariamente do presente Protocolo de Pesquisa.

São Paulo, _____ de _____ de _____.

Assinatura do(a) Participante de Pesquisa

Assinatura da Pesquisadora
Responsável

Para qualquer questão, dúvida, esclarecimento ou reclamação sobre aspectos éticos relativos a este protocolo de pesquisa, favor entrar em contato com o **Comitê de Ética em Pesquisa da Faculdade de Ciências Farmacêuticas da Universidade de São Paulo**: Av. Prof. Lineu Prestes, 580, Bloco 13 A, Butantã, São Paulo, CEP 05508-000, Telefones 3091-3622 e 3091-3677, e-mail: cepfcf@usp.br.

ANEXO 2. Instrumento de caracterização socioeconômica e demográfica**BLOCO 1: Perfil**

1) Nome completo (conforme RG):

2) Sexo: () M () F

3) Idade (em anos): _____

4) Data de nascimento: ____/____/____

5) Bairro em que reside: _____

6) Cidade: _____ **Estado:**

7) Peso em kg (informe mesmo que aproximado):

8) Altura em metros (informe mesmo que aproximado):

9) Qual é a sua cor ou raça?

() Branca

() Preta

() Parda

() Amarela

() Indígena

10) Qual é o seu estado civil?

() Solteiro(a)

() Casado(a) ou vivendo com companheiro(a)

() Divorciado(a), desquitado(a) ou separado(a) judicialmente

() Viúvo(a)

11) Qual é a sua ocupação principal?

- ☐ Estou empregado(a)
- ☐ Trabalho por conta própria e/ou tenho negócio próprio
- ☐ Estou desempregado(a) e/ou não trabalho
- ☐ Sou do lar

12) Qual é o tempo habitual gasto de deslocamento de sua casa até o trabalho?

- ☐ Até 5 minutos
- ☐ De 6 minutos até meia hora
- ☐ Mais de meia hora até uma hora
- ☐ Mais de uma hora até duas horas
- ☐ Mais de duas horas

13) Quantas pessoas contribuem para a renda da sua família, incluindo o(a) Sr.(a)?

- ☐ Somente eu
- ☐ 1 pessoa
- ☐ 2 pessoas
- ☐ 3 ou mais pessoas

14) Quantas pessoas moram na sua casa, incluindo o(a) Sr.(a)?

- ☐ Somente eu
- ☐ 1 pessoa
- ☐ 2 pessoas
- ☐ 3 ou mais pessoas

15) O(a) Sr.(a) tem filhos que moram em sua residência?

- ☐ Não tenho filhos
- ☐ Sim, tenho 1 filho(a)
- ☐ Sim, tenho 2 filhos(as)
- ☐ Sim, tenho 3 ou mais filhos(as)

16) Qual é o seu grau de instrução?

- () Analfabeto / Fundamental I incompleto
- () Fundamental I completo / Fundamental II incompleto
- () Fundamental II completo / Médio incompleto
- () Médio completo / Superior incompleto
- () Superior completo

BLOCO 2: Classificação Econômica

17) Qual é o grau de instrução do chefe da família? Considere como chefe da família a pessoa que contribui com a maior parte da renda do domicílio.

- () Analfabeto(a) / Fundamental I incompleto
- () Fundamental I completo / Fundamental II incompleto
- () Fundamental II completo / Médio incompleto
- () Médio completo / Superior incompleto
- () Superior completo

18) Quantos dos itens de conforto listados abaixo existem em seu domicílio? Todos os itens de eletroeletrônicos devem estar funcionando, incluindo os que estão guardados. Caso não estejam funcionando, considere apenas se tiver intenção de consertar ou repor nos próximos seis meses.

ITENS DE CONFORTO	Não possui	1	2	3	4+
Quantidade de automóveis de passeios exclusivamente para uso particular					
Quantidade de empregados mensalistas, considerando apenas os que trabalham pelo menos cinco dias por semana					
Quantidade de máquinas de lavar roupa, excluindo tanquinho					
Quantidade de banheiros					

DVD, incluindo qualquer dispositivo que leia DVD e desconsiderando DVD de automóvel					
Quantidade de geladeiras					
Quantidade de freezers independentes ou parte da geladeira duplex					
Quantidade de microcomputadores, considerando computadores de mesa, <i>laptops</i> , <i>notebooks</i> e <i>netbooks</i> e desconsiderando <i>tablets</i> , <i>palms</i> ou <i>smartphones</i>					
Quantidade de lavadora de louças					
Quantidade de fornos de micro-ondas					
Quantidade de motocicletas, desconsiderando as usadas exclusivamente para uso profissional					
Quantidade de máquinas secadoras de roupas, considerando lava e seca					

19) A água utilizada em seu domicílio é proveniente de?

- () Rede geral de distribuição
- () Poço ou nascente
- () Outro meio

20) Considerando o trecho da rua do seu domicílio, o(a) Sr.(a) diria que a rua é:

- () Asfaltada/Pavimentada
- () Terra/Cascalho

ANEXO 3. Instrumento de caracterização de hábitos culinários (versão inicial)

BLOCO 1 – FREQUÊNCIA COM QUE COZINHA

Para todas as questões abaixo, considere “cozinhar” como o preparo de ingredientes do zero, como, por exemplo, fazer arroz (lavar os ingredientes, picar alho e cebola, refogar alho e cebola com óleo, juntar o arroz, adicionar água e sal e cozinhar); não considere “cozinhar” como esquentar alimentos prontos ou pré-preparados, como pizzas e pratos congelados.

1) Com que frequência o(a) Sr.(a) cozinha para si mesmo e/ou sua família ou ajuda no preparo das refeições em sua residência?

- () 0 – nunca
- () 1 – 1 vez na semana
- () 2 – 2 vezes na semana
- () 3 – 3 vezes na semana
- () 4 – 4 vezes na semana
- () 5 – 5 vezes na semana
- () 6 – 6 vezes na semana
- () 7 – 7 vezes na semana

2) Com que frequência o(a) Sr.(a) cozinha os seguintes alimentos em sua casa?

	0 nunca	1 vez na semana	2 vezes na semana	3 vezes na semana	4 vezes na semana	5 vezes na semana	6 vezes na semana	7 vezes na semana
Ovos								
Arroz								
Feijão								
Batata								
Carne bovina								
Frango								
Porco								
Peixe								

Macarrão								
Sopas								
Legumes								
Saladas								
Doces								

3) Eu poderia cozinhar com mais frequência em minha residência se:

	Discordo totalmente	Discordo	Concordo	Concordo totalmente
Recebesse mais ajuda em casa				
Soubesse cozinhar melhor				
Gostasse de cozinhar				
Tivesse mais tempo livre				
Tivesse mais dinheiro				
O mercado fosse mais perto				

BLOCO 2 – HABILIDADES CULINÁRIAS

Em relação às questões abaixo, diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com cada uma delas:

4) Eu sei cozinhar.

- () Discordo totalmente
- () Discordo
- () Concordo
- () Concordo totalmente

5) Eu gosto de cozinhar.

- () Discordo totalmente

- () Discordo
- () Concordo
- () Concordo totalmente

6) Eu gostaria de cozinhar com mais frequência.

- () Discordo totalmente
- () Discordo
- () Concordo
- () Concordo totalmente

7) Eu gostaria de aprender a cozinhar melhor.

- () Discordo totalmente
- () Discordo
- () Concordo
- () Concordo totalmente

8) Eu aprendi a cozinhar com:

	Discordo totalmente	Discordo	Concordo	Concordo totalmente
Minha mãe/ meu pai				
Avó/avô ou parente				
Sozinho				
Amigos(as)				
Curso de culinária/ escola				
Livros de culinária e receitas				
Internet				

9) Como ou com quem o(a) Sr.(a) gostaria de aprender a cozinhar melhor?

	Discordo totalmente	Discordo	Concordo	Concordo totalmente
Com minha mãe/meu pai				
Com minha avó/meu avô ou parente				
Sozinho/ autodidata				
Com amigos(as)				
Fazendo curso de culinária/na escola				
Com livros de culinária e receitas				
Na Internet				

BLOCO 3 – MOTIVAÇÕES PARA COZINHAR

Eu cozinho por quê:

10) Faz bem para saúde.

- () Discordo totalmente
 () Discordo
 () Concordo
 () Concordo totalmente

11) Sou casado(a).

- () Discordo totalmente
 () Discordo
 () Concordo
 () Concordo totalmente

12) Tenho filhos(as).

- () Discordo totalmente

- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

13) Gosto de cozinhar/tenho interesse.

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

14) É mais barato/por economia.

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

BLOCO 4 – RESPONSABILIDADE DE COZINHAR

Em relação às questões abaixo, diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com cada uma delas:

15) Considero-me o principal responsável por cozinhar na minha casa.

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

16) Além de cozinhar para mim mesmo(a), sou responsável por cozinhar para:

	Discordo totalmente	Discordo	Concordo	Concordo totalmente
Somente para mim				
Para 1 pessoa				
Para 2 pessoas				
Para 3 ou mais pessoas				

17) Recebo ajuda para preparar as refeições em minha residência.

() Discordo totalmente

() Discordo

() Concordo

() Concordo totalmente

18) Em minha residência, quem mais me ajuda no preparo das refeições é (são):

	Discordo totalmente	Discordo	Concordo	Concordo totalmente
Companheiro(a)/ marido (esposa)/ namorado(a)				
Filhos(as)				
Parentes				
Amigos(as)/ vizinhos(as)				
Empregado(a)/ cozinheiro(a)				

19) O responsável por fazer as compras dos ingredientes para as preparações culinárias em minha residência é:

	Discordo totalmente	Discordo	Concordo	Concordo totalmente
--	----------------------------	-----------------	-----------------	----------------------------

Eu mesmo(a)				
Filhos(as) ou parentes				
Amigos(as) ou vizinhos(as)				
Empregado(a) ou cozinheiro(a)				

ANEXO 4. Quadros para Critério Brasil de Classificação Econômica

Quadro 1. Sistema de pontos para itens presentes no domicílio

Variáveis

	Quantidade				
	0	1	2	3	4+
Banheiros	0	3	7	10	14
Empregados domésticos	0	3	7	10	13
Automóveis	0	3	5	8	11
Microcomputador	0	3	6	8	11
Lava-louça	0	3	6	6	6
Geladeira	0	2	3	5	5
Freezer	0	2	4	6	6
Lava-roupa	0	2	4	6	6
DVD	0	1	3	4	6
Micro-ondas	0	2	4	4	4
Motocicleta	0	1	3	3	3
Secadora roupa	0	2	2	2	2

Fonte: www.abep.org

Quadro 2. Grau de instrução do chefe de família e acesso a serviços públicos

Escolaridade da pessoa de referência		
Analfabeto(a) / Fundamental I incompleto	0	
Fundamental I completo / Fundamental II incompleto	1	
Fundamental II completo / Médio incompleto	2	
Médio completo / Superior incompleto	4	
Superior completo	7	
Serviços públicos		
	Não	Sim
Água encanada	0	4
Rua pavimentada	0	2

Fonte: www.abep.org

Quadro 3. Cortes do Critério Brasil

Classe	Pontos
A	45-100
B1	38-44
B2	29-37
C1	23-28
C2	17-22
D-E	0-16

Fonte: www.abep.org

Quadro 4. Estimativa para a Renda Média Domiciliar para os estratos do Critério Brasil

Estrato socioeconômico	Renda média domiciliar
A	20.888
B1	9.254
B2	4.852
C1	2.705
C2	1.625
D-E	768
TOTAL	3.130

Fonte: www.abep.org. Valores baseados na PNAD 2014.

ANEXO 5. Instrumento completo versão 1

Instrumento: Cozinhar (v1)

CARTA-CONVITE: Adaptação de instrumento para caracterizar hábitos culinários em população urbana

Olá! O(a) Sr.(a) está sendo convidado(a) a participar, como voluntário(a), da pesquisa online “Adaptação de instrumento para caracterização de hábitos culinários em população urbana”. A pesquisadora responsável é a Profa. Dra. Elizabeth Aparecida Ferraz da Silva Torres, da Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo, vinculada ao PRONUT (Programa de Pós-Graduação Interunidades em Nutrição Humana Aplicada). A pesquisadora-assistente desta pesquisa é a aluna de Mestrado Luciana Mastroirosa Bueno de Souza, vinculada ao PRONUT, sob orientação da pesquisadora responsável supracitada.

Esta pesquisa pretende contribuir para a caracterização dos hábitos culinários dos brasileiros, em particular os residentes nas regiões urbanizadas do país. O objetivo é obter um instrumento adaptado, consistente e confiável que permita a caracterização dos hábitos culinários dessa população e sua relação com dados sócio-econômicos e demográficos. Para tanto, o(a) Sr.(a) foi convocado(a) a responder voluntariamente este questionário sobre seus hábitos culinários por ser residente em região urbana brasileira e possuir acesso à Internet.

Esta pesquisa será desenvolvida da seguinte forma: o(a) sr.(a) responderá a um questionário aplicado e maneira on-line, com perguntas objetivas que levam cerca de 20 minutos para serem respondidas. O(a) Sr.(a) encontrará, primeiramente, questões referentes a informações pessoais, socioeconômicas e demográficas e, na sequência, questões específicas sobre seus hábitos culinários.

A aplicação da pesquisa será feita por meio eletrônico (via rede social Facebook e/ou e-mail), com questionário disponível para preenchimento on-line em plataforma específica para esse fim, como a Survey Monkey, e não envolve riscos ou desconfortos além dos relacionados à leitura e avaliação dos itens. Ao responder esta pesquisa, o(a) Sr.(a) contribui para uma análise dos hábitos culinários da população urbana brasileira, que poderá auxiliar, futuramente, a traçar eventuais estratégias nutricionais e de saúde pública. Suas respostas serão mantidas em sigilo. Não haverá pagamento ou ressarcimento de eventuais despesas com sua participação nesta pesquisa.

Ao aceitar responder a esta pesquisa, o(a) Sr.(a) está ciente de que tem o direito a receber resposta/esclarecimento a qualquer pergunta relativa a esta pesquisa, e ser informado(a) sobre os procedimentos, benefícios e riscos nela envolvidos. Além disso, o(a) senhor(a) é livre para retirar o consentimento a qualquer momento, deixando, assim, de participar deste estudo. O(a) senhor(a) também tem o direito de não ser identificado, ter sua privacidade assegurada e contar com o caráter confidencial das informações referentes a esta pesquisa, além de receber uma via deste termo de consentimento livre e esclarecido.

Caso o(a) senhor(a) tenha alguma notificação ou solicitação a ser feita, ou qualquer questão, dúvida, esclarecimento ou reclamação sobre aspectos éticos relativos a este protocolo de pesquisa, favor entrar em contato com o Comitê de Ética em Pesquisa da Faculdade de Ciências Farmacêuticas da Universidade de São Paulo: Av. Prof. Lineu Prestes, 580, Bloco 13 A, Butantã, São Paulo, CEP 05508-000, Telefones 3091-3622 e 3091-3677, e-mail: cepf@usp.br.

Contamos com a sua colaboração e agradecemos pelo seu apoio.

Elizabeth Aparecida Ferraz da Silva Torres – Tel. de contato: (11) 3061-7857

Luciana Mastroso Bueno de Souza – Tel. de contato: (11) 99218-7083

Instrumento: Cozinhar (v1)

BLOCO 1: Perfil

Vamos começar agora a nossa pesquisa. Por favor, responda às questões abaixo:

1. Nome completo (conforme RG):

2. Sexo

☐ Masculino

☐ Feminino

3. Idade (em anos)

4. Data de nascimento

5. Bairro em que reside

6. Cidade e Estado em que reside

7. Peso em kg (informe mesmo que aproximado)

8. Altura em metros (informe mesmo que aproximado)

9. Qual é a sua cor ou raça?

☐ Branca	☐ Amarela
☐ Preta	☐ Indígena
☐ Parda	

10. Qual é o seu estado civil?

- ☐ Solteiro(a)
- ☐ Casado(a) ou vivendo com companheiro(a)
- ☐ Divorciado(a), desquitado(a) ou separado judicialmente
- ☐ Viúvo(a)

11. Qual é a sua ocupação principal?

- ☐ Estou empregado(a)
- ☐ Trabalho por conta própria e/ou tenho negócio próprio
- ☐ Estou desempregado(a) e/ou não trabalho
- ☐ Sou do lar

12. Qual é o tempo habitual gasto de deslocamento de sua casa até o trabalho?

☐ Até 05 minutos	☐ Mais de uma hora até duas horas
☐ De 06 minutos até meia hora	☐ Mais de duas horas
☐ Mais de meia hora até uma hora	

13. Quantas pessoas contribuem para a renda da sua família, incluindo o(a) Sr.(a)?

- ☐ Somente eu
- ☐ 1 pessoa
- ☐ 2 pessoas
- ☐ 3 ou mais pessoas

14. Quantas pessoas moram na sua casa, incluindo o(a) Sr.(a)?

- ☐ Somente eu
- ☐ 1 pessoa
- ☐ 2 pessoas
- ☐ 3 ou mais pessoas

15. O(a) Sr.(a) tem filhos que moram em sua residência?

- ☐ Não tenho filhos
- ☐ Sim, tenho 1 filho(a)
- ☐ Sim, tenho 2 filhos(as)
- ☐ Sim, tenho 3 ou mais filhos(as)

16. Qual é o seu grau de instrução?

- ☐ Analfabeto / Fundamental I incompleto
- ☐ Fundamental I completo / Fundamental II incompleto
- ☐ Fundamental II completo / Médio incompleto
- ☐ Ensino Médio completo / Superior incompleto
- ☐ Superior completo
- ☐ Pós-graduação incompleto
- ☐ Pós-graduação completo

Instrumento: Cozinhar (v1)

BLOCO 2: Classificação Econômica

Por favor, responda às questões abaixo:

17. Qual é o grau de instrução do chefe da família? Considere como chefe da família a pessoa que contribui com a maior parte da renda do domicílio.

- ☐ Analfabeto / Fundamental I incompleto
- ☐ Fundamental I completo / Fundamental II incompleto
- ☐ Fundamental II completo / Médio incompleto
- ☐ Médio completo / Superior incompleto
- ☐ Superior completo

18. Quantos dos itens de conforto listados abaixo (segundo critério Abep) existem em seu domicílio? Todos os itens de eletroeletrônicos devem estar funcionando, incluindo os que estão guardados. Caso não estejam funcionando, considere apenas se tiver intenção de consertar ou repor nos próximos seis meses.

Quantidade de automóveis de passeios exclusivamente para uso particular	<input type="text"/>
Quantidade de empregados mensalistas, considerando apenas os que trabalham pelo menos cinco dias por semana	<input type="text"/>
Quantidade de máquinas de lavar roupa, excluindo tanquinho	<input type="text"/>
Quantidade de banheiros	<input type="text"/>
DVD, incluindo qualquer dispositivo que leia DVD e desconsiderando DVD de automóvel	<input type="text"/>
Quantidade de geladeiras	<input type="text"/>
Quantidade de freezers independentes ou parte da geladeira duplex	<input type="text"/>
Quantidade de microcomputadores, considerando computadores de mesa, laptops, notebooks e netbooks e desconsiderando tablets, palms ou smartphones	<input type="text"/>
Quantidade de lavadora de louças	<input type="text"/>
Quantidade de fornos de micro-ondas	<input type="text"/>
Quantidade de motocicletas, desconsiderando as usadas exclusivamente para uso profissional	<input type="text"/>
Quantidade de máquinas secadoras de roupas, considerando lava e seca	<input type="text"/>

19. A água utilizada em seu domicílio é proveniente de:

- ☐ Rede geral de distribuição
- ☐ Poço ou nascente
- ☐ Outro meio

20. Considerando o trecho da rua do seu domicílio, o(a) Sr.(a) diria que a rua é:

- ☐ Asfaltada/Pavimentada
- ☐ Terra/Cascalho

Instrumento: Cozinhar (v1)

Bloco 3: Frequência com que cozinha

Agora, vamos partir para as perguntas específicas sobre o hábito de cozinhar na sua casa.

21. Com que frequência o(a) Sr.(a) cozinha para si mesmo e/ou sua família ou ajuda no preparo das refeições em sua residência? Considere "cozinhar" como o preparo de ingredientes do zero, como por exemplo fazer arroz (lavar os ingredientes, picar alho e cebola, refogar alho e cebola com óleo, juntar o arroz, adicionar água e sal e cozinhar); não considere "cozinhar" como esquentar alimentos prontos ou pré-preparados, como pizzas e pratos congelados.

☐ 0 - nunca	☐ 4 (4 vezes na semana)
☐ 1 (1 vez na semana)	☐ 5 (5 vezes na semana)
☐ 2 (2 vezes na semana)	☐ 6 (6 vezes na semana)
☐ 3 (3 vezes na semana)	☐ 7 (7 vezes na semana)

22. Com que frequência o(a) Sr.(a) cozinha os seguintes alimentos em sua casa? Considere "cozinhar" como o preparo de ingredientes do zero, como por exemplo fazer arroz (lavar os ingredientes, picar alho e cebola, refogar alho e cebola com óleo, juntar o arroz, adicionar água e sal e cozinhar); não considere "cozinhar" como esquentar alimentos prontos ou pré-preparados, como pizzas e pratos congelados.

Ovos	<input type="text"/>
Arroz	<input type="text"/>
Feijão	<input type="text"/>
Batata	<input type="text"/>
Carne bovina	<input type="text"/>
Frango	<input type="text"/>
Porco	<input type="text"/>
Peixe	<input type="text"/>
Macarrão	<input type="text"/>
Sopas	<input type="text"/>
Legumes	<input type="text"/>
Saladas	<input type="text"/>
Doces	<input type="text"/>

23. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: Eu poderia cozinhar com mais frequência em minha residência **se recebesse mais ajuda em casa.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

24. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: Eu poderia cozinhar com mais frequência em minha residência **se soubesse cozinhar melhor.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

25. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: Eu poderia cozinhar com mais frequência em minha residência **se gostasse de cozinhar.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

26. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: Eu poderia cozinhar com mais frequência em minha residência **se tivesse mais tempo livre.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

27. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: Eu poderia cozinhar com mais frequência em minha residência **se tivesse mais dinheiro.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

28. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: Eu poderia cozinhar com mais frequência em minha residência **se o mercado fosse mais perto.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

Instrumento: Cozinhar (v1)

Bloco 4: Habilidades culinárias

Agora, vamos para as questões referentes às suas habilidades culinárias.

29. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Eu sei cozinhar.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

30. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Eu gosto de cozinhar.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

31. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Eu gostaria de cozinhar com mais frequência.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

32. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Eu gostaria de aprender a cozinhar melhor.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

33. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Eu aprendi a cozinhar com minha mãe/ meu pai.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

34. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Eu aprendi a cozinhar com minha (meu) avó/ avô ou parente.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

35. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Eu aprendi a cozinhar sozinho(a).**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

36. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Eu aprendi a cozinhar com amigos(as).**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

37. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Eu aprendi a cozinhar em curso de culinária/ escola.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

38. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Eu aprendi a cozinhar com livros de culinária e revistas.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

39. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Eu aprendi a cozinhar na Internet (sites, blogs e vídeos).**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

40. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Eu gostaria de aprender a cozinhar melhor com minha mãe/ meu pai.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

41. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Eu gostaria de aprender a cozinhar melhor com minha(meu) avó/ meu avô ou parente.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

42. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Eu gostaria de aprender a cozinhar melhor sozinho(a).**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

43. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Eu gostaria de aprender a cozinhar melhor com amigos(as).**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

44. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Eu gostaria de aprender a cozinhar melhor em curso de culinária/ escolas.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

45. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Eu gostaria de aprender a cozinhar melhor com livros de culinária e revistas.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

46. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Eu gostaria de aprender a cozinhar melhor na Internet (sites, blogs, vídeos).**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

Instrumento: Cozinhar (v1)

Bloco 5: Motivações para cozinhar

Agora, vamos às perguntas sobre as motivações que o(a) levam a cozinhar em sua residência.

47. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Eu cozinho porque faz bem para a saúde.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

48. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Eu cozinho porque sou casado(a).**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

49. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Eu cozinho porque tenho filhos(as).**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

50. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Eu cozinho porque gosto de cozinhar/ tenho interesse.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

51. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Eu cozinho porque é mais barato/ por economia.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

Instrumento: Cozinhar (v1)

Bloco 6: Responsabilidade de cozinhar

Agora, vamos às questões sobre as responsabilidades que o(a) Sr.(a) considera ter em relação ao ato de cozinhar em sua residência.

52. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Considero-me o principal responsável por cozinhar na minha casa.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

53. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Além de cozinhar para mim mesmo, sou responsável por cozinhar para 1 pessoa.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

54. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Além de cozinhar para mim mesmo, sou responsável por cozinhar para 2 pessoas.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

55. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Além de cozinhar para mim mesmo, sou responsável por cozinhar para 3 ou mais pessoas.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

56. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Recebo ajuda para preparar as refeições em minha residência.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Discordo totalmente

57. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Em minha residência, quem mais me ajuda no preparo das refeições é (são) meu companheiro(a)/ marido (esposa)/ namorado(a).**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

58. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Em minha residência, quem mais me ajuda no preparo das refeições é (são) o(s) filhos(as).**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

59. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Em minha residência, quem mais me ajuda no preparo das refeições é (são) os parentes.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

60. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Em minha residência, quem mais me ajuda no preparo das refeições é (são) amigos(as)/ vizinhos(as).**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

61. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Em minha residência, quem mais me ajuda no preparo das refeições é o empregado(a)/ cozinheiro (a).**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

62. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **O(a) responsável por fazer as compras dos ingredientes para as preparações culinárias em minha residência sou eu mesmo(a).**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

63. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **O responsável por fazer as compras dos ingredientes para as preparações culinárias em minha residência é (são) filho(as) ou parentes.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

64. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **O(a) responsável por fazer as compras dos ingredientes para as preparações culinárias em minha residência são amigos(as) ou vizinhos(as).**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

65. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **O(a) responsável por fazer as compras dos ingredientes para as preparações culinárias em minha residência é o(a) empregado(a) ou cozinheiro(a).**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

Instrumento: Cozinhar (v1)

Obrigada por participar!

Sua participação é muito importante para nós. Agradecemos por chegar até aqui e contribuir para o desenvolvimento da nossa pesquisa.

ANEXO 6. Instrumento completo versão para especialistas

Instrumento: Cozinhar (versão para análise dos especialistas)

CARTA-CONVITE: Adaptação de instrumento para caracterizar hábitos culinários em população urbana.

Olá! O(a) Sr.(a) está sendo convidado(a) a participar, como voluntário(a), da pesquisa online “Adaptação de instrumento para caracterização de hábitos culinários em população urbana”. A pesquisadora responsável é a Profa. Dra. Elizabeth Aparecida Ferraz da Silva Torres, da Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo, vinculada ao PRONUT (Programa de Pós-Graduação Interunidades em Nutrição Humana Aplicada). A pesquisadora-assistente desta pesquisa é a aluna de Mestrado Luciana Mastroirosa Bueno de Souza, vinculada ao PRONUT, sob orientação da pesquisadora responsável supracitada.

Esta pesquisa pretende contribuir para a caracterização dos hábitos culinários dos brasileiros, em particular os residentes nas regiões urbanizadas do país. O objetivo é obter um instrumento adaptado, consistente e confiável que permita a caracterização dos hábitos culinários dessa população e sua relação com dados sócio-econômicos e demográficos. Para tanto, o(a) Sr.(a) foi convocado(a) a responder voluntariamente este questionário sobre seus hábitos culinários por ser residente em região urbana brasileira e possuir acesso à Internet.

Esta pesquisa será desenvolvida da seguinte forma: o(a) sr.(a) responderá a um questionário aplicado e maneira on-line, com perguntas objetivas que levam cerca de 20 minutos para serem respondidas. O(a) Sr.(a) encontrará, primeiramente, questões referentes a informações pessoais, socioeconômicas e demográficas e, na sequência, questões específicas sobre seus hábitos culinários.

A aplicação da pesquisa será feita por meio eletrônico (via rede social Facebook e/ou e-mail), com questionário disponível para preenchimento on-line em plataforma específica para esse fim, como a Survey Monkey, e não envolve riscos ou desconfortos além dos relacionados à leitura e avaliação dos itens. Ao responder esta pesquisa, o(a) Sr.(a) contribui para uma análise dos hábitos culinários da população urbana brasileira, que poderá auxiliar, futuramente, a traçar eventuais estratégias nutricionais e de saúde pública. Suas respostas serão mantidas em sigilo. Não haverá pagamento ou ressarcimento de eventuais despesas com sua participação nesta pesquisa.

Ao aceitar responder a esta pesquisa, o(a) Sr.(a) está ciente de que tem o direito a receber resposta/esclarecimento a qualquer pergunta relativa a esta pesquisa, e ser informado(a) sobre os procedimentos, benefícios e riscos nela envolvidos. Além disso, o(a) senhor(a) é livre para retirar o consentimento a qualquer momento, deixando, assim, de participar deste estudo. O(a) senhor(a) também tem o direito de não ser identificado, ter sua privacidade assegurada e contar com o caráter confidencial das informações referentes a esta pesquisa, além de receber uma via deste termo de consentimento livre e esclarecido.

Caso o(a) senhor(a) tenha alguma notificação ou solicitação a ser feita, ou qualquer questão, dúvida, esclarecimento ou reclamação sobre aspectos éticos relativos a este protocolo de pesquisa, favor entrar em contato com o Comitê de Ética em Pesquisa da Faculdade de Ciências Farmacêuticas da Universidade de São Paulo: Av. Prof. Lineu Prestes, 580, Bloco 13 A, Butantã, São Paulo, CEP 05508-000, Telefones 3091-3622 e 3091-3677, e-mail: cepf@usp.br.

Contamos com a sua colaboração e agradecemos pelo seu apoio.

Elizabeth Aparecida Ferraz da Silva Torres – Tel. de contato: (11) 3061-7857

Luciana Mastroso Bueno de Souza – Tel. de contato: (11) 99218-7083

1. Em relação à carta-convite, qual é o seu nível de entendimento do texto?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
☐			<input type="text"/>

Instrumento: Cozinhar (versão para análise dos especialistas)

BLOCO 1: Perfil

Vamos começar agora a nossa pesquisa. Por favor, responda às questões abaixo:

2. Nome completo (conforme RG):

3. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
☐			<input type="text"/>

4. Sexo

- ☐ Masculino
- ☐ Feminino

5. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
☐			<input type="text"/>

6. Idade (em anos)

7. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
☐

8. Data de nascimento

9. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
☐

10. Bairro em que reside

11. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
☐

12. Cidade e Estado em que reside

13. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
☐

14. Peso em kg (informe mesmo que aproximado)

15. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
☐

16. Altura em metros (informe mesmo que aproximado)

17. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

18. Qual é a sua cor ou raça?

- ☐ Branca
 ☐ Amarela
☐ Preta
 ☐ Indígena
☐ Parda

19. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

20. Qual é o seu estado civil?

- ☐ Solteiro(a)
☐ Casado(a) ou vivendo com companheiro(a)
☐ Divorciado(a), desquitado(a) ou separado judicialmente
☐ Viúvo(a)

21. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

22. Qual é a sua ocupação principal?

- ☐ Estou empregado(a)
☐ Trabalho por conta própria e/ou tenho negócio próprio
☐ Estou desempregado(a) e/ou não trabalho
☐ Sou do lar

23. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

24. Qual é o tempo habitual gasto de deslocamento de sua casa até o trabalho?

- ☐ Até 05 minutos
 ☐ Mais de uma hora até duas horas
☐ De 06 minutos até meia hora
 ☐ Mais de duas horas
☐ Mais de meia hora até uma hora

25. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

26. Quantas pessoas contribuem para a renda da sua família, incluindo o(a) Sr.(a)?

- ☐ Somente eu
☐ 1 pessoa
☐ 2 pessoas
☐ 3 ou mais pessoas

27. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

28. Quantas pessoas moram na sua casa, incluindo o(a) Sr.(a)?

- ☐ Somente eu
☐ 1 pessoa
☐ 2 pessoas
☐ 3 ou mais pessoas

29. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

30. O(a) Sr.(a) tem filhos que moram em sua residência?

- ☐ Não tenho filhos
- ☐ Sim, tenho 1 filho(a)
- ☐ Sim, tenho 2 filhos(as)
- ☐ Sim, tenho 3 ou mais filhos(as)

31. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

32. Qual é o seu grau de instrução?

☐ Analfabeto / Fundamental I incompleto	☐ Superior completo
☐ Fundamental I completo / Fundamental II incompleto	☐ Pós-graduação incompleto
☐ Fundamental II completo / Médio incompleto	☐ Pós-graduação completo
☐ Ensino Médio completo / Superior incompleto	

33. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

Instrumento: Cozinhar (versão para análise dos especialistas)

BLOCO 2: Classificação Econômica

Por favor, responda às questões abaixo:

34. Qual é o grau de instrução do chefe da família? Considere como chefe da família a pessoa que contribui com a maior parte da renda do domicílio.

- ☐ Analfabeto / Fundamental I incompleto ☐ Médio completo / Superior incompleto
- ☐ Fundamental I completo / Fundamental II incompleto ☐ Superior completo
- ☐ Fundamental II completo / Médio incompleto

35. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
<input type="range"/>			

36. Quantos dos itens de conforto listados abaixo (segundo critério Abep) existem em seu domicílio? Todos os itens de eletroeletrônicos devem estar funcionando, incluindo os que estão guardados. Caso não estejam funcionando, considere apenas se tiver intenção de consertar ou repor nos próximos seis meses.

Quantidade de automóveis de passeios exclusivamente para uso particular	<input type="text"/>
Quantidade de empregados mensalistas, considerando apenas os que trabalham pelo menos cinco dias por semana	<input type="text"/>
Quantidade de máquinas de lavar roupa, excluindo tanquinho	<input type="text"/>
Quantidade de banheiros	<input type="text"/>
DVD, incluindo qualquer dispositivo que leia DVD e desconsiderando DVD de automóvel	<input type="text"/>
Quantidade de geladeiras	<input type="text"/>
Quantidade de freezers independentes ou parte da geladeira duplex	<input type="text"/>
Quantidade de microcomputadores, considerando computadores de mesa, laptops, notebooks e netbooks e desconsiderando tablets, palms ou smartphones	<input type="text"/>
Quantidade de lavadora de louças	<input type="text"/>
Quantidade de fornos de micro-ondas	<input type="text"/>
Quantidade de motocicletas, desconsiderando as usadas exclusivamente para uso profissional	<input type="text"/>
Quantidade de máquinas secadoras de roupas, considerando lava e seca	<input type="text"/>

37. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

38. A água utilizada em seu domicílio é proveniente de:

- ☐ Rede geral de distribuição
- ☐ Poço ou nascente
- ☐ Outro meio

39. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

40. Considerando o trecho da rua do seu domicílio, o(a) Sr.(a) diria que a rua é:

- ☐ Asfaltada/Pavimentada
- ☐ Terra/Cascalho

41. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

Instrumento: Cozinhar (versão para análise dos especialistas)

Bloco 3: Frequência com que cozinha

Agora, vamos partir para as perguntas específicas sobre o hábito de cozinhar na sua casa.

42. Com que frequência o(a) Sr.(a) cozinha para si mesmo e/ou sua família ou ajuda no preparo das refeições em sua residência? Considere "cozinhar" como o preparo de ingredientes do zero, como por exemplo fazer arroz (lavar os ingredientes, picar alho e cebola, refogar alho e cebola com óleo, juntar o arroz, adicionar água e sal e cozinhar); não considere "cozinhar" como esquentar alimentos prontos ou pré-preparados, como pizzas e pratos congelados.

- ☐ 0 - nunca
 ☐ 4 (4 vezes na semana)
 ☐ 1 (1 vez na semana)
 ☐ 5 (5 vezes na semana)
 ☐ 2 (2 vezes na semana)
 ☐ 6 (6 vezes na semana)
 ☐ 3 (3 vezes na semana)
 ☐ 7 (7 vezes na semana)

43. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
☐

44. Com que frequência o(a) Sr.(a) cozinha os seguintes alimentos em sua casa? Considere "cozinhar" como o preparo de ingredientes do zero, como por exemplo fazer arroz (lavar os ingredientes, picar alho e cebola, refogar alho e cebola com óleo, juntar o arroz, adicionar água e sal e cozinhar); não considere "cozinhar" como esquentar alimentos prontos ou pré-preparados, como pizzas e pratos congelados.

Ovos	<input type="text"/>
Arroz	<input type="text"/>
Feijão	<input type="text"/>
Batata	<input type="text"/>
Carne bovina	<input type="text"/>
Frango	<input type="text"/>
Porco	<input type="text"/>
Peixe	<input type="text"/>
Macarrão	<input type="text"/>
Sopas	<input type="text"/>
Legumes	<input type="text"/>
Saladas	<input type="text"/>
Doces	<input type="text"/>

45. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

46. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: Eu poderia cozinhar com mais frequência em minha residência **se recebesse mais ajuda em casa.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

47. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

48. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: Eu poderia cozinhar com mais frequência em minha residência **se soubesse cozinhar melhor.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

49. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

50. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: Eu poderia cozinhar com mais frequência em minha residência **se gostasse de cozinhar.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

51. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

52. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: Eu poderia cozinhar com mais frequência em minha residência **se tivesse mais tempo livre.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

53. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

54. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: Eu poderia cozinhar com mais frequência em minha residência **se tivesse mais dinheiro.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

55. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

56. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: Eu poderia cozinhar com mais frequência em minha residência **se o mercado fosse mais perto.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

57. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

Instrumento: Cozinhar (versão para análise dos especialistas)

Bloco 4: Habilidades culinárias

Agora, vamos para as questões referentes às suas habilidades culinárias.

58. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Eu sei cozinhar.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

59. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

60. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Eu gosto de cozinhar.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

61. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

62. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Eu gostaria de cozinhar com mais frequência.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

63. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

64. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Eu gostaria de aprender a cozinhar melhor.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

65. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

66. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Eu aprendi a cozinhar com minha mãe/ meu pai.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

67. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

68. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Eu aprendi a cozinhar com minha (meu) avó/ avô ou parente.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

69. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

70. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Eu aprendi a cozinhar sozinho(a).**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

71. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

72. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Eu aprendi a cozinhar com amigos(as).**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

73. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

74. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Eu aprendi a cozinhar em curso de culinária/ escola.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

75. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

76. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Eu aprendi a cozinhar com livros de culinária e revistas.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

77. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

78. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Eu aprendi a cozinhar na Internet (sites, blogs e vídeos).**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

79. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

80. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Eu gostaria de aprender a cozinhar melhor com minha mãe/ meu pai.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

81. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

82. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Eu gostaria de aprender a cozinhar melhor com minha(meu) avó/ meu avô ou parente.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

83. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

84. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Eu gostaria de aprender a cozinhar melhor sozinho(a).**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

85. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

86. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Eu gostaria de aprender a cozinhar melhor com amigos(as).**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

87. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

88. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Eu gostaria de aprender a cozinhar melhor em curso de culinária/ escolas.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

89. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

90. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Eu gostaria de aprender a cozinhar melhor com livros de culinária e revistas.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

91. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

92. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Eu gostaria de aprender a cozinhar melhor na Internet (sites, blogs, vídeos).**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

93. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

Instrumento: Cozinhar (versão para análise dos especialistas)

Bloco 5: Motivações para cozinhar

Agora, vamos às perguntas sobre as motivações que o(a) levam a cozinhar em sua residência.

94. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Eu cozinho porque faz bem para a saúde.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

95. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

96. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Eu cozinho porque sou casado(a).**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

97. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

98. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Eu cozinho porque tenho filhos(as).**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

99. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

100. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Eu cozinho porque gosto de cozinhar/ tenho interesse.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

101. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

102. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Eu cozinho porque é mais barato/ por economia.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

103. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

Instrumento: Cozinhar (versão para análise dos especialistas)

Bloco 6: Responsabilidade de cozinhar

Agora, vamos às questões sobre as responsabilidades que o(a) Sr.(a) considera ter em relação ao ato de cozinhar em sua residência.

104. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Considero-me o principal responsável por cozinhar na minha casa.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

105. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

106. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Além de cozinhar para mim mesmo, sou responsável por cozinhar para 1 pessoa.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

107. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

108. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Além de cozinhar para mim mesmo, sou responsável por cozinhar para 2 pessoas.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

109. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

110. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Além de cozinhar para mim mesmo, sou responsável por cozinhar para 3 ou mais pessoas.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

111. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

112. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Recebo ajuda para preparar as refeições em minha residência.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Discordo totalmente

113. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

114. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Em minha residência, quem mais me ajuda no preparo das refeições é (são) meu companheiro(a)/ marido (esposa)/ namorado(a).**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

115. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

116. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Em minha residência, quem mais me ajuda no preparo das refeições é (são) o(s) filhos(as).**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

117. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

118. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Em minha residência, quem mais me ajuda no preparo das refeições é (são) os parentes.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

119. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

120. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Em minha residência, quem mais me ajuda no preparo das refeições é (são) amigos(as)/ vizinhos(as).**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

121. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

122. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Em minha residência, quem mais me ajuda no preparo das refeições é o empregado(a)/ cozinheiro (a).**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

123. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

124. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **O(a) responsável por fazer as compras dos ingredientes para as preparações culinárias em minha residência sou eu mesmo(a).**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

125. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

126. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **O responsável por fazer as compras dos ingredientes para as preparações culinárias em minha residência é (são) filho(as) ou parentes.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

127. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

128. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **O(a) responsável por fazer as compras dos ingredientes para as preparações culinárias em minha residência são amigos(as) ou vizinhos(as).**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

129. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

130. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **O(a) responsável por fazer as compras dos ingredientes para as preparações culinárias em minha residência é o(a) empregado(a) ou cozinheiro(a).**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

131. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada

2,5 entendo algumas partes

5 entendo tudo completamente

Instrumento: Cozinhar (versão para análise dos especialistas)

Obrigada por participar!

Sua participação é muito importante para nós. Agradecemos por chegar até aqui e contribuir para o desenvolvimento da nossa pesquisa.

132. Por favor, deixe aqui comentários gerais que achar pertinentes sobre o presente instrumento. Agradecemos pela sua participação e colaboração com esta pesquisa.

ANEXO 7. Instrumento completo versão para pré-teste

Instrumento: Cozinhar (versão para análise dos especialistas)

CARTA-CONVITE: Adaptação de instrumento para caracterizar hábitos culinários em população urbana.

Olá! O(a) Sr.(a) está sendo convidado(a) a participar, como voluntário(a), da pesquisa online “Adaptação de instrumento para caracterização de hábitos culinários em população urbana”. A pesquisadora responsável é a Profa. Dra. Elizabeth Aparecida Ferraz da Silva Torres, da Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo, vinculada ao PRONUT (Programa de Pós-Graduação Interunidades em Nutrição Humana Aplicada). A pesquisadora-assistente desta pesquisa é a aluna de Mestrado Luciana Mastroirosa Bueno de Souza, vinculada ao PRONUT, sob orientação da pesquisadora responsável supracitada.

Esta pesquisa pretende contribuir para a caracterização dos hábitos culinários dos brasileiros, em particular os residentes nas regiões urbanizadas do país. O objetivo é obter um instrumento adaptado, consistente e confiável que permita a caracterização dos hábitos culinários dessa população e sua relação com dados sócio-econômicos e demográficos. Para tanto, o(a) Sr.(a) foi convocado(a) a responder voluntariamente este questionário sobre seus hábitos culinários por ser residente em região urbana brasileira e possuir acesso à Internet.

Esta pesquisa será desenvolvida da seguinte forma: o(a) sr.(a) responderá a um questionário aplicado e maneira on-line, com perguntas objetivas que levam cerca de 20 minutos para serem respondidas. O(a) Sr.(a) encontrará, primeiramente, questões referentes a informações pessoais, socioeconômicas e demográficas e, na sequência, questões específicas sobre seus hábitos culinários.

A aplicação da pesquisa será feita por meio eletrônico (via rede social Facebook e/ou e-mail), com questionário disponível para preenchimento on-line em plataforma específica para esse fim, como a Survey Monkey, e não envolve riscos ou desconfortos além dos relacionados à leitura e avaliação dos itens. Ao responder esta pesquisa, o(a) Sr.(a) contribui para uma análise dos hábitos culinários da população urbana brasileira, que poderá auxiliar, futuramente, a traçar eventuais estratégias nutricionais e de saúde pública. Suas respostas serão mantidas em sigilo. Não haverá pagamento ou ressarcimento de eventuais despesas com sua participação nesta pesquisa.

Ao aceitar responder a esta pesquisa, o(a) Sr.(a) está ciente de que tem o direito a receber resposta/esclarecimento a qualquer pergunta relativa a esta pesquisa, e ser informado(a) sobre os procedimentos, benefícios e riscos nela envolvidos. Além disso, o(a) senhor(a) é livre para retirar o consentimento a qualquer momento, deixando, assim, de participar deste estudo. O(a) senhor(a) também tem o direito de não ser identificado, ter sua privacidade assegurada e contar com o caráter confidencial das informações referentes a esta pesquisa, além de receber uma via deste termo de consentimento livre e esclarecido.

Caso o(a) senhor(a) tenha alguma notificação ou solicitação a ser feita, ou qualquer questão, dúvida, esclarecimento ou reclamação sobre aspectos éticos relativos a este protocolo de pesquisa, favor entrar em contato com o Comitê de Ética em Pesquisa da Faculdade de Ciências Farmacêuticas da Universidade de São Paulo: Av. Prof. Lineu Prestes, 580, Bloco 13 A, Butantã, São Paulo, CEP 05508-000, Telefones 3091-3622 e 3091-3677, e-mail: cepf@usp.br.

Contamos com a sua colaboração e agradecemos pelo seu apoio.

Elizabeth Aparecida Ferraz da Silva Torres – Tel. de contato: (11) 3061-7857

Luciana Mastroso Bueno de Souza – Tel. de contato: (11) 99218-7083

1. Em relação à carta-convite, qual é o seu nível de entendimento do texto?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
☐			<input type="text"/>

Instrumento: Cozinhar (versão para análise dos especialistas)

BLOCO 1: Perfil

Vamos começar agora a nossa pesquisa. Por favor, responda às questões abaixo:

2. Nome completo (conforme RG):

3. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
☐			<input type="text"/>

4. Sexo

- ☐ Masculino
- ☐ Feminino

5. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
☐			<input type="text"/>

6. Idade (em anos)

7. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

8. Data de nascimento

9. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

10. Bairro em que reside

11. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

12. Cidade e Estado em que reside

13. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

14. Peso em kg (informe mesmo que aproximado)

15. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

16. Altura em metros (informe mesmo que aproximado)

17. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

18. Qual é a sua cor ou raça?

- ☐ Branca
 ☐ Amarela
☐ Preta
 ☐ Indígena
☐ Parda

19. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

20. Qual é o seu estado civil?

- ☐ Solteiro(a)
☐ Casado(a) ou vivendo com companheiro(a)
☐ Divorciado(a), desquitado(a) ou separado judicialmente
☐ Viúvo(a)

21. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

22. Qual é a sua ocupação principal?

- ☐ Estou empregado(a)
☐ Trabalho por conta própria e/ou tenho negócio próprio
☐ Estou desempregado(a) e/ou não trabalho
☐ Sou do lar

23. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

24. Qual é o tempo habitual gasto de deslocamento de sua casa até o trabalho?

- ☐ Até 05 minutos
 ☐ Mais de uma hora até duas horas
☐ De 06 minutos até meia hora
 ☐ Mais de duas horas
☐ Mais de meia hora até uma hora

25. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

26. Quantas pessoas contribuem para a renda da sua família, incluindo o(a) Sr.(a)?

- ☐ Somente eu
☐ 1 pessoa
☐ 2 pessoas
☐ 3 ou mais pessoas

27. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

28. Quantas pessoas moram na sua casa, incluindo o(a) Sr.(a)?

- ☐ Somente eu
☐ 1 pessoa
☐ 2 pessoas
☐ 3 ou mais pessoas

29. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

30. O(a) Sr.(a) tem filhos que moram em sua residência?

- ☐ Não tenho filhos
- ☐ Sim, tenho 1 filho(a)
- ☐ Sim, tenho 2 filhos(as)
- ☐ Sim, tenho 3 ou mais filhos(as)

31. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

32. Qual é o seu grau de instrução?

☐ Analfabeto / Fundamental I incompleto	☐ Superior completo
☐ Fundamental I completo / Fundamental II incompleto	☐ Pós-graduação incompleto
☐ Fundamental II completo / Médio incompleto	☐ Pós-graduação completo
☐ Ensino Médio completo / Superior incompleto	

33. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

Instrumento: Cozinhar (versão para análise dos especialistas)

BLOCO 2: Classificação Econômica

Por favor, responda às questões abaixo:

34. Qual é o grau de instrução do chefe da família? Considere como chefe da família a pessoa que contribui com a maior parte da renda do domicílio.

- ☐ Analfabeto / Fundamental I incompleto ☐ Médio completo / Superior incompleto
- ☐ Fundamental I completo / Fundamental II incompleto ☐ Superior completo
- ☐ Fundamental II completo / Médio incompleto

35. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

☐

36. Quantos dos itens de conforto listados abaixo (segundo critério Abep) existem em seu domicílio? Todos os itens de eletroeletrônicos devem estar funcionando, incluindo os que estão guardados. Caso não estejam funcionando, considere apenas se tiver intenção de consertar ou repor nos próximos seis meses.

Quantidade de automóveis de passeios exclusivamente para uso particular	<input type="text"/>
Quantidade de empregados mensalistas, considerando apenas os que trabalham pelo menos cinco dias por semana	<input type="text"/>
Quantidade de máquinas de lavar roupa, excluindo tanquinho	<input type="text"/>
Quantidade de banheiros	<input type="text"/>
DVD, incluindo qualquer dispositivo que leia DVD e desconsiderando DVD de automóvel	<input type="text"/>
Quantidade de geladeiras	<input type="text"/>
Quantidade de freezers independentes ou parte da geladeira duplex	<input type="text"/>
Quantidade de microcomputadores, considerando computadores de mesa, laptops, notebooks e netbooks e desconsiderando tablets, palms ou smartphones	<input type="text"/>
Quantidade de lavadora de louças	<input type="text"/>
Quantidade de fornos de micro-ondas	<input type="text"/>
Quantidade de motocicletas, desconsiderando as usadas exclusivamente para uso profissional	<input type="text"/>
Quantidade de máquinas secadoras de roupas, considerando lava e seca	<input type="text"/>

37. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

38. A água utilizada em seu domicílio é proveniente de:

- ☐ Rede geral de distribuição
- ☐ Poço ou nascente
- ☐ Outro meio

39. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

40. Considerando o trecho da rua do seu domicílio, o(a) Sr.(a) diria que a rua é:

- ☐ Asfaltada/Pavimentada
- ☐ Terra/Cascalho

41. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

Instrumento: Cozinhar (versão para análise dos especialistas)

Bloco 3: Frequência com que cozinha

Agora, vamos partir para as perguntas específicas sobre o hábito de cozinhar na sua casa.

42. Com que frequência o(a) Sr.(a) cozinha para si mesmo e/ou sua família ou ajuda no preparo das refeições em sua residência? Considere "cozinhar" como o preparo de ingredientes do zero, como por exemplo fazer arroz (lavar os ingredientes, picar alho e cebola, refogar alho e cebola com óleo, juntar o arroz, adicionar água e sal e cozinhar); não considere "cozinhar" como esquentar alimentos prontos ou pré-preparados, como pizzas e pratos congelados.

- ☐ 0 - nunca
 ☐ 4 (4 vezes na semana)
 ☐ 1 (1 vez na semana)
 ☐ 5 (5 vezes na semana)
 ☐ 2 (2 vezes na semana)
 ☐ 6 (6 vezes na semana)
 ☐ 3 (3 vezes na semana)
 ☐ 7 (7 vezes na semana)

43. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
☐

44. Com que frequência o(a) Sr.(a) cozinha os seguintes alimentos em sua casa? Considere "cozinhar" como o preparo de ingredientes do zero, como por exemplo fazer arroz (lavar os ingredientes, picar alho e cebola, refogar alho e cebola com óleo, juntar o arroz, adicionar água e sal e cozinhar); não considere "cozinhar" como esquentar alimentos prontos ou pré-preparados, como pizzas e pratos congelados.

Ovos	<input type="text"/>
Arroz	<input type="text"/>
Feijão	<input type="text"/>
Batata	<input type="text"/>
Carne bovina	<input type="text"/>
Frango	<input type="text"/>
Porco	<input type="text"/>
Peixe	<input type="text"/>
Macarrão	<input type="text"/>
Sopas	<input type="text"/>
Legumes	<input type="text"/>
Saladas	<input type="text"/>
Doces	<input type="text"/>

45. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

46. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: Eu poderia cozinhar com mais frequência em minha residência **se recebesse mais ajuda em casa.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

47. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

48. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: Eu poderia cozinhar com mais frequência em minha residência **se soubesse cozinhar melhor.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

49. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

50. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: Eu poderia cozinhar com mais frequência em minha residência **se gostasse de cozinhar.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

51. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

52. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: Eu poderia cozinhar com mais frequência em minha residência **se tivesse mais tempo livre.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

53. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

54. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: Eu poderia cozinhar com mais frequência em minha residência **se tivesse mais dinheiro.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

55. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

56. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: Eu poderia cozinhar com mais frequência em minha residência **se o mercado fosse mais perto.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

57. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

Instrumento: Cozinhar (versão para análise dos especialistas)

Bloco 4: Habilidades culinárias

Agora, vamos para as questões referentes às suas habilidades culinárias.

58. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Eu sei cozinhar.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

59. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

60. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Eu gosto de cozinhar.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

61. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

62. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Eu gostaria de cozinhar com mais frequência.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

63. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

64. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Eu gostaria de aprender a cozinhar melhor.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

65. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

66. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Eu aprendi a cozinhar com minha mãe/ meu pai.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

67. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

68. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Eu aprendi a cozinhar com minha (meu) avó/ avô ou parente.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

69. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

70. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Eu aprendi a cozinhar sozinho(a).**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

71. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

72. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Eu aprendi a cozinhar com amigos(as).**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

73. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

74. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Eu aprendi a cozinhar em curso de culinária/ escola.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

75. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

76. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Eu aprendi a cozinhar com livros de culinária e revistas.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

77. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

78. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Eu aprendi a cozinhar na Internet (sites, blogs e vídeos).**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

79. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

80. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Eu gostaria de aprender a cozinhar melhor com minha mãe/ meu pai.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

81. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

82. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Eu gostaria de aprender a cozinhar melhor com minha(meu) avó/ meu avô ou parente.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

83. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

84. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Eu gostaria de aprender a cozinhar melhor sozinho(a).**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

85. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

86. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Eu gostaria de aprender a cozinhar melhor com amigos(as).**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

87. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

88. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Eu gostaria de aprender a cozinhar melhor em curso de culinária/ escolas.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

89. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

90. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Eu gostaria de aprender a cozinhar melhor com livros de culinária e revistas.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

91. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

92. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Eu gostaria de aprender a cozinhar melhor na Internet (sites, blogs, vídeos).**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

93. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

Instrumento: Cozinhar (versão para análise dos especialistas)

Bloco 5: Motivações para cozinhar

Agora, vamos às perguntas sobre as motivações que o(a) levam a cozinhar em sua residência.

94. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Eu cozinho porque faz bem para a saúde.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

95. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

96. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Eu cozinho porque sou casado(a).**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

97. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

98. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Eu cozinho porque tenho filhos(as).**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

99. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

100. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Eu cozinho porque gosto de cozinhar/ tenho interesse.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

101. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

102. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Eu cozinho porque é mais barato/ por economia.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

103. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

Instrumento: Cozinhar (versão para análise dos especialistas)

Bloco 6: Responsabilidade de cozinhar

Agora, vamos às questões sobre as responsabilidades que o(a) Sr.(a) considera ter em relação ao ato de cozinhar em sua residência.

104. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Considero-me o principal responsável por cozinhar na minha casa.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

105. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

106. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Além de cozinhar para mim mesmo, sou responsável por cozinhar para 1 pessoa.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

107. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

108. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Além de cozinhar para mim mesmo, sou responsável por cozinhar para 2 pessoas.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

109. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

110. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Além de cozinhar para mim mesmo, sou responsável por cozinhar para 3 ou mais pessoas.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

111. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

112. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Recebo ajuda para preparar as refeições em minha residência.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Discordo totalmente

113. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

114. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Em minha residência, quem mais me ajuda no preparo das refeições é (são) meu companheiro(a)/ marido (esposa)/ namorado(a).**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

115. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

116. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Em minha residência, quem mais me ajuda no preparo das refeições é (são) o(s) filhos(as).**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

117. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

118. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Em minha residência, quem mais me ajuda no preparo das refeições é (são) os parentes.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

119. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

120. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Em minha residência, quem mais me ajuda no preparo das refeições é (são) amigos(as)/ vizinhos(as).**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

121. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

122. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **Em minha residência, quem mais me ajuda no preparo das refeições é o empregado(a)/ cozinheiro (a).**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

123. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

124. Diga o quanto o(a). Sr.(a) concorda com a seguinte afirmação: **O(a) responsável por fazer as compras dos ingredientes para as preparações culinárias em minha residência sou eu mesmo(a).**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

125. Em relação à pergunta acima, qual é o seu nível de entendimento?

0 não entendo absolutamente nada	2,5 entendo algumas partes	5 entendo tudo completamente	<input type="text"/>
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------

ANEXO 8. Instrumento completo final

Instrumento: Cozinhar

CARTA-CONVITE: Adaptação de instrumento para caracterizar hábitos culinários em população urbana

Olá! Você sendo convidado(a) a participar, como voluntário(a), da pesquisa online “Adaptação de instrumento para caracterização de hábitos culinários em população urbana”. A pesquisadora responsável é a Profa. Dra. Elizabeth Aparecida Ferraz da Silva Torres, da Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo, vinculada ao PRONUT (Programa de Pós-Graduação Interunidades em Nutrição Humana Aplicada). A pesquisadora-assistente desta pesquisa é a aluna de Mestrado Luciana Mastroirosa Bueno de Souza, vinculada ao PRONUT.

Esta pesquisa pretende contribuir para a caracterização dos hábitos culinários dos brasileiros, em particular os residentes nas regiões urbanizadas do país. Para tanto, você foi convocado(a) a responder voluntariamente este questionário sobre seus hábitos culinários por ser residente em região urbana brasileira e possuir acesso à Internet.

As perguntas são objetivas e o questionário leva cerca de 20 minutos para ser respondido. Ao responder esta pesquisa, você contribui para uma análise dos hábitos culinários da população urbana brasileira, que poderá auxiliar, futuramente, a traçar eventuais estratégias nutricionais e de saúde pública. Suas respostas serão mantidas em sigilo. Não haverá pagamento ou ressarcimento de eventuais despesas com sua participação nesta pesquisa.

Ao aceitar responder a esta pesquisa, você está ciente de que tem o direito a receber resposta/esclarecimento a qualquer pergunta relativa a esta pesquisa, e ser informado(a) sobre os procedimentos, benefícios e riscos nela envolvidos. Além disso, você é livre para retirar o consentimento a qualquer momento, deixando, assim, de participar deste estudo. Você também tem o direito de não ser identificado, ter sua privacidade assegurada e contar com o caráter confidencial das informações referentes a esta pesquisa, além de receber uma via deste termo de consentimento livre e esclarecido.

Caso tenha alguma notificação ou solicitação a ser feita, ou qualquer questão, dúvida, esclarecimento ou reclamação sobre aspectos éticos relativos a este protocolo de pesquisa, favor entrar em contato com o Comitê de Ética em Pesquisa da Faculdade de Ciências Farmacêuticas da Universidade de São Paulo: Av. Prof. Lineu Prestes, 580, Bloco 13 A, Butantã, São Paulo, CEP 05508-000, Telefones 3091-3622 e 3091-3677, e-mail: cepfcf@usp.br.

Contamos com a sua colaboração e agradecemos pelo seu apoio.

Elizabeth Aparecida Ferraz da Silva Torres – Tel. de contato: (11) 3061-7857

Luciana Mastroirosa Bueno de Souza – Tel. de contato: (11) 99218-7083

Instrumento: Cozinhar

BLOCO 1: Perfil

Vamos começar agora a nossa pesquisa. Por favor, responda às questões abaixo:

1. Nome completo:

2. Sexo

☐ Masculino

☐ Feminino

3. Idade (em anos)

4. Data de nascimento (dd/mm/aaaa)

5. Bairro em que reside

6. Cidade e Estado em que reside (exemplo: São Paulo, SP)

7. Peso em kg (informe mesmo que aproximado)

8. Altura em metros (informe mesmo que aproximado)

9. Qual é a sua cor ou raça?

☐ Branca

☐ Amarela

☐ Preta

☐ Indígena

☐ Parda

10. Qual é o seu estado civil?

☐ Solteiro(a)

☐ Casado(a) ou vivendo com companheiro(a)

☐ Divorciado(a), desquitado(a) ou separado judicialmente

☐ Viúvo(a)

11. Qual é a sua ocupação principal?

- ☐ Estou empregado(a)
- ☐ Trabalho por conta própria e/ou tenho negócio próprio
- ☐ Estou desempregado(a) e/ou não trabalho
- ☐ Sou do lar

12. Qual é o tempo habitual gasto de deslocamento de sua casa até o trabalho?

- ☐ Até 05 minutos
- ☐ De 06 minutos até meia hora
- ☐ Mais de meia hora até uma hora
- ☐ Mais de uma hora até duas horas
- ☐ Mais de duas horas
- ☐ Não se aplica

13. Quantas pessoas contribuem para a renda da sua família, incluindo você?

- ☐ Somente eu
- ☐ 1 pessoa
- ☐ 2 pessoas
- ☐ 3 ou mais pessoas

14. Quantas pessoas moram na sua casa, incluindo você?

- ☐ Somente eu
- ☐ 1 pessoa
- ☐ 2 pessoas
- ☐ 3 ou mais pessoas

15. Você tem filhos que moram em sua residência?

- ☐ Não tenho filhos
- ☐ Sim, tenho 1 filho(a)
- ☐ Sim, tenho 2 filhos(as)
- ☐ Sim, tenho 3 ou mais filhos(as)

16. Qual é o seu grau de instrução?

- ☐ Analfabeto / Fundamental I incompleto
- ☐ Fundamental I completo / Fundamental II incompleto
- ☐ Fundamental II completo / Médio incompleto
- ☐ Ensino Médio completo / Superior incompleto
- ☐ Superior completo
- ☐ Pós-graduação incompleto
- ☐ Pós-graduação completo

Instrumento: Cozinhar

BLOCO 2: Classificação Econômica

Por favor, responda às questões abaixo:

17. Qual é o grau de instrução do chefe da família? Considere como chefe da família a pessoa que contribui com a maior parte da renda do domicílio.

- ☐ Analfabeto / Fundamental I incompleto
 ☐ Médio completo / Superior incompleto
☐ Fundamental I completo / Fundamental II incompleto
 ☐ Superior completo
☐ Fundamental II completo / Médio incompleto

18. Quantos dos itens de conforto listados abaixo (segundo critério Abep) existem em seu domicílio? Todos os itens de eletroeletrônicos devem estar funcionando, incluindo os que estão guardados. Caso não estejam funcionando, considere apenas se tiver intenção de consertar ou repor nos próximos seis meses.

Quantidade de
automóveis de passeios
exclusivamente para uso
particular

Quantidade de
empregados
mensalistas,
considerando apenas os
que trabalham pelo
menos cinco dias por
semana

Quantidade de
máquinas de lavar
roupa, excluindo
tanquinho

Quantidade de
banheiros

DVD, incluindo qualquer
dispositivo que leia DVD
e desconsiderando DVD
de automóvel

Quantidade de
geladeiras

Quantidade de freezers
independentes ou parte
da geladeira duplex

Quantidade de
microcomputadores,
considerando
computadores de mesa,
laptops, notebooks e
netbooks e
desconsiderando
tablets, palms ou
smartphones

Quantidade de lavadora
de louças

Quantidade de fornos de
micro-ondas

Quantidade de
motocicletas,
desconsiderando as
usadas exclusivamente
para uso profissional

Quantidade de
máquinas secadoras de
roupas, considerando
lava e seca

19. A água utilizada em seu domicílio é proveniente de:

- ☐ Rede geral de distribuição
- ☐ Poço ou nascente
- ☐ Outro meio

20. Considerando o trecho da rua do seu domicílio, o(a) Sr.(a) diria que a rua é:

- ☐ Asfaltada/Pavimentada
- ☐ Terra/Cascalho

Instrumento: Cozinhar

Bloco 3: Frequência com que cozinha

Agora, vamos partir para as perguntas específicas sobre o hábito de cozinhar na sua casa.

21. Com que frequência você cozinha para si mesmo(a) e/ou sua família ou ajuda no preparo das refeições em sua residência? Considere "cozinhar" como o preparo de ingredientes do zero, como por exemplo fazer arroz (lavar os ingredientes, picar alho e cebola, refogar alho e cebola com óleo, juntar o arroz, adicionar água e sal e cozinhar); não considere "cozinhar" como esquentar alimentos prontos ou pré-preparados, como pizzas e pratos congelados.

☐ 0 - nunca	☐ 4 (4 vezes na semana)
☐ 1 (1 vez na semana)	☐ 5 (5 vezes na semana)
☐ 2 (2 vezes na semana)	☐ 6 (6 vezes na semana)
☐ 3 (3 vezes na semana)	☐ 7 ou mais (7 ou mais vezes na semana)

22. Com que frequência você cozinha os seguintes alimentos em sua casa? Considere "cozinhar" como o preparo de ingredientes do zero, como por exemplo fazer arroz (lavar os ingredientes, picar alho e cebola, refogar alho e cebola com óleo, juntar o arroz, adicionar água e sal e cozinhar); não considere "cozinhar" como esquentar alimentos prontos ou pré-preparados, como pizzas e pratos congelados.

Ovos	<input type="text"/>
Arroz	<input type="text"/>
Feijão	<input type="text"/>
Batata	<input type="text"/>
Carne bovina	<input type="text"/>
Frango	<input type="text"/>
Porco	<input type="text"/>
Peixe	<input type="text"/>
Macarrão	<input type="text"/>
Sopas	<input type="text"/>
Legumes	<input type="text"/>
Saladas	<input type="text"/>
Doces	<input type="text"/>

23. Diga o quanto você concorda com a seguinte afirmação: Eu poderia cozinhar com mais frequência em minha residência **se recebesse mais ajuda em casa.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

24. Diga o quanto você concorda com a seguinte afirmação: Eu poderia cozinhar com mais frequência em minha residência **se soubesse cozinhar melhor.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

25. Diga o quanto você concorda com a seguinte afirmação: Eu poderia cozinhar com mais frequência em minha residência **se gostasse de cozinhar.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

26. Diga o quanto você concorda com a seguinte afirmação: Eu poderia cozinhar com mais frequência em minha residência **se tivesse mais tempo livre.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

27. Diga o quanto você concorda com a seguinte afirmação: Eu poderia cozinhar com mais frequência em minha residência **se tivesse mais dinheiro.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

28. Diga o quanto você concorda com a seguinte afirmação: Eu poderia cozinhar com mais frequência em minha residência **se o mercado fosse mais perto.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

Instrumento: Cozinhar

Bloco 4: Habilidades culinárias

Agora, vamos para as questões referentes às suas habilidades culinárias.

29. Diga o quanto você concorda com a seguinte afirmação: **Eu sei cozinhar.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

30. Diga o quanto você concorda com a seguinte afirmação: **Eu gosto de cozinhar.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

31. Diga o quanto você concorda com a seguinte afirmação: **Eu gostaria de cozinhar com mais frequência.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

32. Diga o quanto você concorda com a seguinte afirmação: **Eu gostaria de aprender a cozinhar melhor.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

33. Diga o quanto você concorda com a seguinte afirmação: **Eu aprendi a cozinhar com minha mãe/ meu pai.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

34. Diga o quanto você concorda com a seguinte afirmação: **Eu aprendi a cozinhar com minha (meu) avó/ avô ou parente.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

35. Diga o quanto você concorda com a seguinte afirmação: **Eu aprendi a cozinhar sozinho(a).**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

36. Diga o quanto você concorda com a seguinte afirmação: **Eu aprendi a cozinhar com amigos(as).**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

37. Diga o quanto você concorda com a seguinte afirmação: **Eu aprendi a cozinhar em curso de culinária/ escola.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

38. Diga o quanto você concorda com a seguinte afirmação: **Eu aprendi a cozinhar com livros de culinária e revistas.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

39. Diga o quanto você concorda com a seguinte afirmação: **Eu aprendi a cozinhar na Internet (sites, blogs e vídeos).**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

40. Diga o quanto você concorda com a seguinte afirmação: **Eu gostaria de aprender a cozinhar melhor com minha mãe/pai, avó/ avô, tio/tia.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

41. Diga o quanto você concorda com a seguinte afirmação: **Eu gostaria de aprender a cozinhar melhor em curso de culinária/ escolas.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

42. Diga o quanto você concorda com a seguinte afirmação: **Eu gostaria de aprender a cozinhar melhor com livros de culinária e revistas.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

43. Diga o quanto você concorda com a seguinte afirmação: **Eu gostaria de aprender a cozinhar melhor com recursos da Internet (sites, blogs, vídeos).**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

Instrumento: Cozinhar

Bloco 5: Motivações para cozinhar

Agora, vamos às perguntas sobre as motivações que o(a) levam a cozinhar em sua residência.

44. Diga o quanto você concorda com a seguinte afirmação: **Eu cozinho porque faz bem para a saúde.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

45. Diga o quanto você concorda com a seguinte afirmação: **Eu cozinho porque sou casado(a).**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

46. Diga o quanto você concorda com a seguinte afirmação: **Eu cozinho porque tenho filhos(as).**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

47. Diga o quanto você concorda com a seguinte afirmação: **Eu cozinho porque gosto de cozinhar.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

48. Diga o quanto você concorda com a seguinte afirmação: **Eu cozinho porque é mais barato/ por economia.**

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

Instrumento: Cozinhar

Bloco 6: Responsabilidade de cozinhar

Agora, vamos às questões sobre as responsabilidades que o(a) Sr.(a) considera ter em relação ao ato de cozinhar em sua residência.

49. **Considero-me o principal responsável por cozinhar na minha casa.** Você concorda com essa afirmação?

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

50. **Além de cozinhar para mim mesmo, sou responsável por cozinhar para outras pessoas em casa.** Você concorda com essa afirmação?

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

51. **Recebo ajuda para preparar as refeições em minha residência.** Você concorda com essa afirmação?

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

52. **Em minha casa, quem mais me ajuda no preparo das refeições é (são) meu companheiro(a)/ marido (esposa)/ namorado(a).** Você concorda com essa afirmação?

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

53. **Em minha casa, quem mais me ajuda no preparo das refeições é (são) o(s) filhos(as).** Você concorda com essa afirmação?

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

54. **Em minha casa, quem mais me ajuda no preparo das refeições é (são) os parentes, como mãe, pai, tios e avós.** Você concorda com essa afirmação?

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

55. **Em minha casa, quem mais me ajuda no preparo das refeições é (são) amigos(as)/ vizinhos(as).** Você concorda com essa afirmação?

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

56. **Tenho um empregado(a)/ cozinheiro(a) que me ajuda no preparo das refeições na minha casa.** Você concorda com essa afirmação?

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

57. **Eu sou o(a) responsável por fazer as compras dos ingredientes para as preparações culinárias em minha casa.** Você concorda com essa afirmação?

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

58. **Meus filhos(as) ou parentes próximos são os responsáveis por fazer as compras dos ingredientes para as preparações culinárias em minha casa.** Você concorda com essa afirmação?

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

59. **Meu empregado(a)/ cozinheiro(a) é o responsável por comprar os ingredientes para as preparações culinárias em minha casa.** Você concorda com essa afirmação?

- ☐ Discordo totalmente
- ☐ Discordo
- ☐ Concordo
- ☐ Concordo totalmente

Obrigada por participar!

Sua participação é muito importante para nós. Agradecemos por chegar até aqui e contribuir para o desenvolvimento da nossa pesquisa.

ANEXO 9. Mensagem de e-mail de consentimento para uso de instrumento

about your article _INBOX/Mestrado PRONUT x

Luciana Mastrorosa Bueno de Souza <luciana.souza@usp.br> Sat, Jul 21, 2018, 4:42 PM ☆ ↩ ⋮
to saraspr ▾

Hello, Sara, how are you?

Greetings from Brazil! My name is Luciana Mastrorosa, I am a researcher for Universidade de São Paulo (USP) and I am currently developing a questionnaire for evaluating the culinary habits of urban populations in Brazil.

I found your article, "Relationship between cooking habits and skills and Mediterranean diet in a sample of Portuguese adolescents" and I used some of the questions you used to write the article as basis to build my questionnaire. I would like to ask your permission to do that, of course citing all the credits.

I would like to stay in touch with you, if possible, so I can also send you a copy of my questionnaire.

Congratulations on the article, it has been very useful and very well written. I am not sure if you speak English or Portuguese, so I decided to write you in English, anyways.

Thanks in advance,
warm regards

Sara Rodrigues <saraspr@fcna.up.pt> Jul 26, 2018, 1:06 PM ☆ ↩ ⋮
to me ▾

Boa tarde Luciana,

Agradeço o interesse demonstrado neste nosso trabalho e envio-lhe versão do questionário que foi usado. Espero que lhe possa ser útil, tenho todo o interesse e gosto em que o use.

Aproveito para lhe enviar também um outro artigo onde validamos uma escala de cooking skills para uma amostra portuguesa, talvez possa também ser útil.

Se possível gostava de ter feed-back sobre o trabalho que está a desenvolver. Tenho também muito interesse nesta área.

Até breve,
Sara Rodrigues

Luciana Mastrorosa Bueno de Souza <luciana.souza@usp.br> Jul 26, 2018, 3:18 PM ☆ ↩ ⋮
to Sara ▾

Olá, Sara

Que prazer receber seu email! Muito obrigada pela colaboração, será extremamente útil. Estou no momento de aplicar o questionário para os experts, assim que estiver finalizado, envio também a você para que possa acompanhar.

É ótimo saber que estamos em áreas parecidas, temos muito a nos ajudar.

Até breve,
abraços

ANEXO 10. Ficha do aluno

22/01/2019

Janus - Sistema Administrativo da Pós-Graduação

Universidade de São Paulo
Interunidades em Nutrição Humana Aplicada
Documento sem validade oficial
FICHA DO ALUNO

89131 - 8985185/1 - Luciana Mastroso Bueno de Souza

Email: luciana.souza@usp.br
Data de Nascimento: 12/11/1978
Cédula de Identidade: RG - 29.726.132-0 - SP
Local de Nascimento: Estado de São Paulo
Nacionalidade: Brasileira
Graduação: Bacharel em Comunicação Social - Faculdade de Comunicação Social Cásper Líbero - Fundação Cásper Líbero - São Paulo - Brasil - 2001

Curso: Mestrado
Programa: Nutrição Humana Aplicada (1)
Data de Matrícula: 01/02/2016
Início da Contagem de Prazo: 01/02/2016
Data Limite para o Depósito: 28/01/2019
Orientador: Prof(a). Dr(a). Elizabeth Aparecida Ferraz da Silva Torres - 01/02/2016 até o presente.
 Email: eatorres@usp.br
Proficiência em Línguas: Inglês, Aprovado em 01/02/2016
Prorrogação(ões): 180 dias
 Período de 29/11/2018 até 28/01/2019
 Período de 01/08/2018 até 29/11/2018
Data de Aprovação no Exame de Qualificação: Aprovado em 30/05/2017
Data do Depósito do Trabalho:
Título do Trabalho:
Data Máxima para Aprovação da Banca:
Data de Aprovação da Banca:
Data Máxima para Defesa:
Data da Defesa:
Resultado da Defesa:
Histórico de Ocorrências: Primeira Matrícula em 01/02/2016
 Prorrogação em 12/03/2018
 Prorrogação em 06/11/2018

Aluno matriculado no Regimento da Pós-Graduação USP (Resolução nº 6542 em vigor de 20/04/2013 até 28/03/2018).

Última ocorrência: Prorrogação em 06/11/2018

Impresso em: 22/01/2019 21:40:55

22/01/2019

Janus - Sistema Administrativo da Pós-Graduação

Universidade de São Paulo
Interunidades em Nutrição Humana Aplicada
Documento sem validade oficial

FICHA DO ALUNO

89131 - 8985185/1 - Luciana Mastrorosa Bueno de Souza

Sigla	Nome da Disciplina	Início	Término	Carga Horária	Cred.	Freq.	Conc.	Exc.	Situação
PSP5121-1/2	Bioestatística (Faculdade de Saúde Pública - Universidade de São Paulo)	01/03/2016	09/05/2016	90	6	90	B	N	Concluída
PSP5119-1/1	Princípios da Epidemiologia (Faculdade de Saúde Pública - Universidade de São Paulo)	01/03/2016	09/05/2016	90	6	100	A	N	Concluída
EAE5927-5/3	Economia da Saúde e Desenvolvimento Econômico (Faculdade de Economia, Administração e Contabilidade - Universidade de São Paulo)	07/03/2016	01/07/2016	120	0	-	-	N	Matrícula cancelada
EAE5876-5/4	Economia da Alimentação e Nutrição (Faculdade de Economia, Administração e Contabilidade - Universidade de São Paulo)	05/08/2016	30/11/2016	120	8	78	A	N	Concluída
FBA5728-4/3	Aprimoramento Pedagógico (Faculdade de Ciências Farmacêuticas - Universidade de São Paulo)	16/08/2016	12/09/2016	60	0	-	-	N	Matrícula cancelada
HNT5708-7/1	Epidemiologia Nutricional (Faculdade de Saúde Pública - Universidade de São Paulo)	12/09/2016	17/10/2016	60	4	82	A	N	Concluída
FBA5753-1/2	Nutrigenômica e Programação das Doenças Crônicas Não-Transmissíveis (Faculdade de Ciências Farmacêuticas - Universidade de São Paulo)	26/09/2016	02/10/2016	30	2	100	A	N	Concluída
FBA5899-3/1	Biodisponibilidade de Nutrientes e de Substâncias Bioativas em Alimentos e Dietas (Faculdade de Ciências Farmacêuticas - Universidade de São Paulo)	01/03/2017	11/04/2017	90	6	100	A	N	Concluída
FBA5728-4/4	Aprimoramento Pedagógico (Faculdade de Ciências Farmacêuticas - Universidade de São Paulo)	30/05/2017	26/06/2017	60	4	75	A	N	Concluída
HNT5758-3/1	Síndrome Metabólica: Fisiopatologia, Epidemiologia e Controle (Faculdade de Saúde Pública - Universidade de São Paulo)	03/04/2018	08/05/2018	30	0	-	-	N	Matrícula cancelada

	Créditos mínimos exigidos		Créditos obtidos
	Para exame de qualificação	Para depósito da dissertação	
Disciplinas:	20	25	36
Estágios:			
Total:	20	25	36

Créditos Atribuídos à Dissertação: 71

Observações:

1) Unidades de Ensino responsáveis pelo programa: Faculdade de Saúde Pública - Faculdade de Ciências Farmacêuticas - Faculdade de Economia, Administração e Contabilidade - Escola de Artes, Ciências e Humanidades..

Conceito a partir de 02/01/1997:

A - Excelente, com direito a crédito; B - Bom, com direito a crédito; C - Regular, com direito a crédito; R - Reprovado; T - Transferência.

Um(1) crédito equivale a 15 horas de atividade programada.

Última ocorrência: Prorrogação em 06/11/2018

Impresso em: 22/01/2019 21:40:55