

UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL
FACULDADE DE MEDICINA
GRADUAÇÃO EM NUTRIÇÃO

Raquel Aprato Borba

**CLASSIFICAÇÃO DO NÍVEL DE HABILIDADE CULINÁRIA E ALIMENTAÇÃO
SAUDÁVEL: QUESTIONÁRIO BRASILEIRO**

Porto Alegre

2022

Raquel Aprato Borba

**CLASSIFICAÇÃO DO NÍVEL DE HABILIDADE CULINÁRIA E ALIMENTAÇÃO
SAUDÁVEL: QUESTIONÁRIO BRASILEIRO**

Trabalho de conclusão de curso de graduação apresentado como requisito parcial para a obtenção do grau de Bacharel em Nutrição, à Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Departamento de Nutrição.

Orientador: Vanuska Lima da Silva

Coorientador: Manuela Mika Jomori

Porto Alegre

2022

CIP - Catalogação na Publicação

Aprato Borba, Raquel
CLASSIFICAÇÃO DO NÍVEL DE HABILIDADE CULINÁRIA E
ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL: QUESTIONÁRIO BRASILEIRO / Raquel
Aprato Borba. -- 2022.
53 f.
Orientadora: Vanuska Lima da Silva.

Coorientadora: Manuela Mika Jomori.

Trabalho de conclusão de curso (Graduação) --
Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Faculdade
de Medicina, Curso de Nutrição, Porto Alegre, BR-RS,
2022.

1. Culinária. 2. Alimentação Saudável. 3. Preparo
de refeição. 4. Validade de conteúdo. I. Lima da
Silva, Vanuska, orient. II. Mika Jomori, Manuela,
coorient. III. Título.

RAQUEL APRATO BORBA

**CLASSIFICAÇÃO DO NÍVEL DE HABILIDADE CULINÁRIA E ALIMENTAÇÃO
SAUDÁVEL: QUESTIONÁRIO BRASILEIRO**

Trabalho de conclusão de Curso de Graduação apresentado como requisito parcial para obtenção de grau em bacharel em Nutrição, à Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Faculdade de Medicina.

Aprovado em: ____ de _____ de ____.

BANCA EXAMINADORA

Profa. Dra. Luciana Dias de Oliveira - UFRGS

Me. Bruna Gewehr - UFRGS

Profa. Dra. Manuela Mika Jomori - UFRGS (Coorientadora)

Profa. Dra. Vanuska Lima da Silva - UFRGS (orientadora)

AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiramente a Deus. Ao olhar para todos esses anos, não tenho dúvidas de que ele me conduziu até aqui, com amor e sabedoria. Agradeço a Jesus e a ele dou toda a glória, porque se alguma coisa boa eu produzi em toda a minha vida, foi fruto da sua bondade e misericórdia sobre mim. E agradeço ao Espírito Santo, que me guiou em todos esses anos, me auxiliando nas minhas fraquezas e me conduzindo na vontade de Deus.

Agradeço aos meus pais, por terem, desde a mais tenra idade, me ensinado no caminho que eu deveria andar. Por terem zelado por minha vida em todos esses anos e me sustentado em orações. Agradeço às minhas irmãs, por sempre me apoiarem e incentivarem a buscar a presença de Deus e sua direção. Agradeço aos meus avós e tios, por se alegrarem comigo em minhas conquistas e, de formas diferentes, terem investido na minha trajetória profissional.

Agradeço ao meu melhor amigo e noivo, Silas, por todo companheirismo, amor e por me apontar o caminho nos momentos que eu mais fraquejei. Sem dúvidas vejo a bondade de Deus em ter te colocado ao meu lado nesses últimos anos. Agradeço aos meus mentores, Daniel e Thiele por terem sido instrumentos de Deus e me auxiliado a ouvi-lo no processo de decisão do curso. Agradeço às minhas companheiras, por terem compartilhado das minhas dificuldades durante a graduação e orado por mim.

Agradeço especialmente às minhas colegas e amigas, Brendha Ferreira e Luíza Tavares, por terem sido incansáveis durante esses anos da graduação. Elas foram um presente de Deus na minha vida, e juntas pudemos compartilhar das alegrias e desafios da graduação. Obrigada, gurias, por terem sido o abraço de Deus em um dos momentos mais difíceis da minha vida. O companheirismo de vocês nesses anos me revelou mais ainda do amor de Deus!

Agradeço especialmente às minhas professoras Vanuska Lima da Silva e Manuela Mika Jomori, por terem me recebido no projeto “Nutrição é na Cozinha!” em 2019, acompanhado minha trajetória na Iniciação Científica, até chegar à submissão do artigo e do Trabalho de Conclusão de Curso. Obrigada por terem repartido seu conhecimento e experiências comigo, bem como por terem me incentivado em desenvolver o meu potencial!

Agradeço às alunas Clara Nogueira Pacheco, Fernanda Riscado de Souza e Patrícia Linhares da Cunha da Universidade Federal de Santa Catarina pela contribuição nas discussões

dos dados e a todos os especialistas que participaram da minha pesquisa. Igualmente agradeço às coautoras do meu artigo, por terem colaborado de forma ativa com este trabalho. Aprendi muito com todas vocês!

Este trabalho faz parte do projeto de pesquisa e extensão “Nutrição é na Cozinha! Habilidades Culinárias e Alimentação Saudável na Universidade”, financiado pelo Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq). Agradeço à Pró-Reitoria de Pesquisa e Extensão da Universidade Federal do Rio Grande do Sul e da Universidade Federal de Santa Catarina e ao CNPq pelo financiamento da pesquisa.

Agradeço à Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS) por ter me acolhido durante esses cinco anos e me proporcionado tantas experiências e aprendizado.

E, por último, quero agradecer à professora Jussara Carnevale de Almeida, por quem tenho muito carinho. Ela me acolheu nos primeiros semestres da graduação como bolsista de iniciação científica e depois nos reencontramos no estágio de Nutrição Clínica. Prof. Jussara, obrigada por ter visto o meu potencial, me desafiado a ir além e por ter sido um instrumento de Deus na minha vida para vencer as minhas inseguranças profissionais. Obrigada por ter me acolhido e ter deixado as portas abertas para mim!

“Pois dele, por ele e para ele são todas as coisas. A ele seja a glória para sempre! Amém.” Romanos 11:36

RESUMO

Objetivo: Estabelecer a classificação dos níveis de habilidades culinárias (HC) e alimentação saudável (AS) do Questionário Brasileiro de Habilidades Culinárias (QBHC). **Material e métodos:** A validação de conteúdo foi usada para classificar 5 opções de respostas como alto nível de habilidade culinária (AHC) ou baixo nível (BHC), bem como alimentação saudável ou não saudável para 17 itens em um formulário *online*. Quatorze especialistas (áreas de nutrição e gastronomia) participaram da validação do conteúdo. A porcentagem de concordância com o painel de especialistas foi calculada com base no parâmetro $\geq 90\%$ para AHC ou alimentação saudável. **Resultados:** Houve concordância $\geq 90\%$ em 8 itens para AHC (3 respostas) e BHC (9 respostas). O mesmo grau de concordância foi obtido em 11 itens para alimentação saudável (13 respostas) e alimentação não saudável (7 respostas). Essas respostas podem servir de referência para avaliar o nível de HC e alimentação saudável no QBHC. Concordância entre 70% e $< 90\%$ foi encontrada em 15 itens para AHC (16 respostas), BHC (22 respostas), alimentação saudável (12 respostas) e alimentação não saudável (20 respostas). **Conclusões:** Este estudo avaliou o nível de HC e alimentação saudável, subsidiando o estabelecimento dos pontos de corte do QBHC. Avaliações entre 70 e $< 90\%$ devem ser analisadas qualitativamente. Sugere-se que outros estudos possam usar essa abordagem.

Palavras-chave: Culinária. Alimentação Saudável. Preparo de refeição. Validade de conteúdo.

ABSTRACT

Objective: To establish the rating of the levels of cooking skills (CS) and healthy eating of the Brazilian Cooking Skills Questionnaire (BCSQ). **Materials and methods:** Content validation was used to rate 5 answer options as high level of CS (HCH) or low level (LCS) as well as healthy eating or unhealthy eating for 17 items in an online form. Fourteen experts (nutrition and gastronomy fields) participated in content validation. The percentage of agreement with the expert panel was calculated based on the parameter $\geq 90\%$ for HCS or healthy eating. **Results:** There was agreement $\geq 90\%$ in 8 items for HCS (3 answers) and LCS (9 answers). The same degree of agreement was obtained in 11 items for healthy eating (13 answers) and unhealthy eating (7 answers). These answers can serve as a reference to rate the level of CS and healthy eating in the BCSQ. Agreement between 70% and $< 90\%$ was found in 15 items for HCS (16 responses), LCS (22 responses), healthy eating (12 responses) and unhealthy eating (20 responses). **Conclusions:** This study rated the level of CS and healthy eating, supporting the establishment of BCSQ cutoff points. Ratings between 70 and $< 90\%$ should be analyzed qualitatively. Further studies can use this approach.

Keywords: Culinary. Healthy eating. Meal preparation. Content validity.

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	9
2. REVISÃO DA LITERATURA	10
2.1. HABILIDADES CULINÁRIAS E ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL	10
2.2. QUESTIONÁRIOS RELACIONADOS À CLASSIFICAÇÃO DE HABILIDADES CULINÁRIAS	12
2.3. QUESTIONÁRIO BRASILEIRO DE HABILIDADES CULINÁRIAS E ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL (QBHC).....	13
3. OBJETIVO	16
4. ARTIGO ORIGINAL	17
5. NORMAS DA REVISTA	19
REFERÊNCIAS	24

1. INTRODUÇÃO

Diversos autores sugerem que possuir Habilidades Culinárias (HC) seja um fator contribuinte para se ter uma Alimentação Saudável (AS) (LANG et al. 1999; HARTMANN, DOHLE, SIEGRIST, 2013; BRASIL, 2014; LAVELLE et al. 2016; GARCIA et al. 2017; REICKS, KOCHER, REEDER, 2018; MILLS et. al. 2020). Com isso, torna-se importante esclarecer o conceito de HC e AS.

Confiança, atitude e conhecimentos sobre culinária são requisitos fundamentais para o desenvolvimento de HC individuais. Essas habilidades se aplicam desde o planejamento dos cardápios e das compras até o preparo dos alimentos, sejam esses *in natura*, minimamente processados, processados ou ultraprocessados (JOMORI, et al. 2018). Embora muitos autores definam as habilidades culinárias como o “cozinhar do zero” e com “ingredientes básicos” (HARTMANN, DOHLE, SIEGRIST, 2013; WOLFSON, et al. 2017; MILLS et. al. 2020), estudos indicam que é preciso ter habilidade culinária para, também, manipular alimentos processados e ultraprocessados (JOMORI, et al. 2018) e utilizar equipamentos como forno micro-ondas para aquecer os alimentos, por exemplo (LANG et al. 1999).

Com respeito à AS, o Ministério da Saúde (BRASIL, 2013) define uma alimentação saudável e adequada como:

“Prática alimentar apropriada aos aspectos biológicos e socioculturais dos indivíduos, bem como, ao uso sustentável do meio ambiente; [...] acessível do ponto de vista físico e financeiro; harmônica em quantidade e qualidade; baseada em práticas produtivas adequadas e sustentáveis com quantidades mínimas de contaminantes físicos, químicos e biológicos.” (BRASIL, 2013, p. 31)

A Segunda edição do Guia Alimentar para População Brasileira (BRASIL, 2014) sugere que para se ter uma AS, é necessário que haja o aumento do consumo de alimentos *in natura* e minimamente processados, bem como, o emprego desses alimentos na elaboração de preparações culinárias. Condrasky (2006) acrescenta que, para se obter uma alimentação saudável, deve-se focar no consumo de frutas, legumes e verduras (FLV).

Alguns autores tem apontado que as habilidades culinárias estão relacionadas a comportamentos alimentares mais saudáveis (WOLFSON et al, 2017; UTTER et al, 2018; TERRAGNI, ARNOLD, HENJUM, 2020). Porém, outros autores apontam uma controvérsia em tal relação, considerando que o uso de alimentos processados e ultraprocessados e apenas aquecer um alimento pronto, por exemplo, não seja saudável, porém exija certo nível de conhecimento de HC (LANG et al. 1999; JOMORI et al. 2018; BRASIL, 2014). Assim, fica clara a existência de uma lacuna na literatura para definir de forma sólida a relação das habilidades culinárias com a alimentação saudável, sendo necessário ter estudos que esclareçam se os níveis de HC revelam uma AS ou não, que sirvam de base para estabelecimento de estratégias para melhorar a alimentação em diferentes públicos.

Diversos pesquisadores têm se debruçado no estudo e desenvolvimento de instrumentos de medidas que avaliem habilidades culinárias, porém, entre esses estudos, observou-se divergências na relação entre HC com AS (JOMORI et al., 2017; LAVELLE et al, 2017; KENNEDY et al, 2019; JOMORI et al., 2021; JOMORI et al., 2022). Nesse contexto, o Questionário Brasileiro de Habilidades Culinárias e Alimentação Saudável (QBHC) se propõe a avaliar as habilidades culinárias dos respondentes e se elas demonstram ou não relação com AS (JOMORI et al., 2017; JOMORI et al., 2021; JOMORI et al., 2022). Contudo, precisa-se esclarecer o nível de HC e sua relação com AS em respostas a algumas questões desse questionário para que se tenha um instrumento de medida que identifique a relação dos níveis de HC e AS dos indivíduos que responderem ao questionário. Assim, o presente trabalho visa trazer este esclarecimento, apresentando uma classificação sobre esses níveis de HC e AS nas respostas às questões do QBHC.

2. REVISÃO DA LITERATURA

2.1. HABILIDADES CULINÁRIAS E ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

Mundialmente, a culinária, definida como qualquer tipo de processamento ou transformação do alimento (JOMORI et al, 2018; DIEZ-GARCIA, CASTRO, 2011), tem sido tratada como componente de estratégia para promoção da AS (BRASIL, 2013; BRASIL, 2014; WOLFSON et al., 2016). Sabe-se que, para uma AS é recomendado o consumo de alimentos *in*

natura e minimamente processados, principalmente o consumo de FVL. Da mesma forma é desincentivado o consumo de alimentos processados e ultraprocessados, pois contém altos índices de sódio, gorduras, carboidratos simples, conservantes, reguladores de sabor e outros aditivos, muitas vezes, prejudiciais a saúde (BRASIL, 2014; CONDRASKY, 2006).

Em um estudo longitudinal realizado com adultos jovens, que visava avaliar se os níveis de HC afetavam diretamente ou não a sua alimentação, foi evidenciado que os participantes, classificados com alto nível de HC, apresentavam comportamentos alimentares mais saudáveis e mantiveram esse perfil mesmo após 10 anos da pesquisa, demonstrando a correlação entre HC e AS (UTTER et al, 2018). Outra pesquisa, Bernardo *et al.* (2021), com estudantes matriculados em 10 universidades de capitais brasileiras sobre a associação de características pessoais e habilidades culinárias com a frequência de consumo de hortaliças entre os universitários, identificou que estudantes universitários que possuíam uma pontuação maior para as HC consumiam mais hortaliças do que estudantes com menor pontuação para as HC. Ou seja, tais estudos referem a relação de HC com um padrão alimentar mais saudável.

Na mesma perspectiva, um estudo realizado com adultos australianos responsáveis por administrar a alimentação de suas famílias, demonstrou que a maior confiança em conhecimentos culinários influenciava positivamente na alimentação doméstica, sugerindo que quanto maior a confiança em conhecimentos culinários melhor seria a qualidade da dieta da família (BURTON, *et al.* 2017). Por outro lado, outra pesquisa pontuou que tanto a comida preparada em casa, que requer certo nível de HC, quanto a comida consumida fora de casa (em restaurantes, por exemplo), podem variar muito em relação à sua qualidade nutricional. Os pesquisadores desse estudo sugeriram, assim, que os níveis de HC não estão necessariamente associados a uma AS (CLIFFORD ASTBURY, PENNEY, ADAMS, 2019).

Neste mesmo ponto, Bernardo *et al.* (2021) identificaram em estudantes que consumiam comida fora de casa ou que pediam serviços de entregas de alimentos, 35% consumiam hortaliças diariamente, já o percentual encontrado em estudantes que jantavam exclusivamente nos restaurantes universitários foi de 49%. Assim, o comportamento de comer fora de casa não estaria associado ao consumo ou não de hortaliças no Brasil, devido à disponibilidade de opções saudáveis em restaurantes universitários, serviços de *buffet*, dentre outros, bem como não indicaria uma falta de habilidade culinária, uma vez que 85% dos alunos avaliados declaravam

que sabiam como cozinhar. Percebe-se, portanto, que há divergências na literatura quanto a relação entre HC e AS no comer fora de casa.

Da mesma forma, há contradição sobre a relação entre HC e AS. Isso porque, o consumo de alimentos processados e ultraprocessados está associado a um padrão de dieta não saudável, (BRASIL, 2014; CONDRASKY, 2006; JOMORI, et al. 2018; MILLS et al. 2020). Nesse aspecto, autores trazem que alguns alimentos processados e ultraprocessados podem requerer habilidade culinária, uma vez que seja necessário aquecer em micro-ondas ou levar ao forno para finalizar o processo de cocção, por exemplo. Assim, percebe-se uma divergência na literatura quanto à real relação entre os níveis de habilidades culinárias a uma alimentação saudável ou não saudável (LANG et al. 1999; JOMORI et al. 2018).

2.2. QUESTIONÁRIOS RELACIONADOS À CLASSIFICAÇÃO DE HABILIDADES CULINÁRIAS

No que diz respeito a questionários relacionados a HC, um estudo transversal utilizou perguntas do questionário “Canadian Rapid Response on Food Skills”, divididas em habilidades culinárias e habilidades de compras, para investigar o impacto das habilidades alimentares na segurança alimentar e na diversidade alimentar entre refugiados de oito abrigos noruegueses. As HC tiveram uma associação limitada com segurança alimentar, no entanto, o estudo apontou uma associação entre HC e diversidade alimentar adequada (TERRAGNI, ARNOLD, HENJUM, 2020).

Em 2021, foi publicado um estudo que avançou no desenvolvimento de um questionário de alfabetização alimentar, cujo objetivo foi verificar o conhecimento, habilidades e comportamentos necessários para atender às necessidades alimentares e determinar a ingestão alimentar, inicialmente na população australiana. Ainda que não haja uma versão publicada e validada do mesmo, o estudo apontou a necessidade de haver itens que meçam os comportamentos de comprar alimentos pré-prontos e o comer fora de casa, uma vez que o questionário captou apenas práticas como compras de supermercado e o comer em casa (THOMPSON, ADAMS, VIDGEN, 2021).

Alguns questionários com escalas medem aspectos pertinentes às HC (LAVELLE *et al.*, 2017; KENNEDY *et al.*, 2019). Um exemplo, é o questionário desenvolvido por Kennedy *et al.* (2019) o qual estabeleceu uma classificação para habilidades alimentares em três níveis: nível básico (seguir receitas simples, descascar, cortar, etc), nível intermediário (ajustar receitas, planejar refeições usando alimentos de casa, etc) e nível avançado (criar novas receitas, conservar alimentos, etc). Outro questionário, desenvolvido por Lavelle *et al.* (2017), visava avaliar a confiança dos respondentes em relação a habilidades culinárias (em métodos de cocção, descascar, cortar e picar) e em relação a habilidades alimentares (como o planejamento de compras até o preparo de uma refeição saudável). Eles identificaram que indivíduos que tinham conhecimento prévio sobre o assunto obtiveram pontuação maior na confiança em relação às habilidades alimentares e culinárias, e os indivíduos que possuíam menos conhecimento, obtiveram medidas menores no escore do questionário, sendo possível discriminar aqueles com alta ou baixa habilidade através da diferença de pontos entre os grupos. Por fim, há o Questionário Brasileiro de Avaliação das Habilidades Culinárias e Alimentação Saudável (QBHC) (JOMORI *et al.*, 2017). Este foi adaptado do questionário desenvolvido e validado para avaliação do Programa Cooking with Chef (CWC) por pesquisadores da Universidade de Clemson, nos Estados Unidos da América (MICHAUD, 2007; CONDRASKY *et al.*, 2011; JOMORI *et al.*, 2021). Recentemente, foi validada uma versão reduzida desse questionário em uma versão mais simplificada destinada ao mesmo público (JOMORI *et al.*, 2022). O propósito do QBHC é avaliar HC e AS, em uma escala de 1 a 5 para cada questão, sendo estabelecido na versão original do questionário americano que quanto maior a média obtida, maior o nível de HC do respondente (MICHAUD, 2007; CONDRASKY *et al.*, 2011). Na versão encurtada, foi estabelecida uma classificação, ainda não validada, onde os escores totais variam entre 20 e 100 pontos sendo divididos em alto nível de habilidade culinária (> 73 pontos), médio (44 – 73 pontos) e baixo (< 44 pontos) (JOMORI *et al.*, 2022), baseado nos resultados preliminares do presente trabalho, sendo necessário, portanto, validá-la.

2.3 QUESTIONÁRIO BRASILEIRO DE HABILIDADES CULINÁRIAS E ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL (QBHC)

O QBHC foi validado com estudantes de uma universidade brasileira. Ele avalia as práticas para o preparo das refeições em casa relacionadas com a AS. O QBHC consiste em 64

questões fechadas, de múltipla escolha, distribuídas em 8 escalas. A escala de avaliação da Disponibilidade e acessibilidade de frutas, legumes e verduras é composta por 8 itens com respostas do tipo dicotômicas (Sim ou Não), valendo 1 ponto para Sim e 0 para Não. Essa escala demonstra através da pontuação obtida, a média de itens disponíveis em casa. Quanto maior a média, maior a disponibilidade e acessibilidade de frutas, legumes e verduras em casa (JOMORI et al., 2017; JOMORI et al., 2021; JOMORI et al., 2022).

A escala de Atitude Culinária é composta por 7 itens e avalia o interesse dos participantes de cozinhar em casa MICHAUD, 2007; CONDRASKY et al., 2011; JOMORI et al., 2017; JOMORI et al., 2021; JOMORI et al., 2022. Esta escala apresenta itens reversos, os quais garantem que, quanto maior a média, maior a atitude culinária dos indivíduos. Essa escala foi reduzida a 4 questões e validadas (JOMORI et al., 2022). A escala de Comportamento Culinário é composta por 12 itens, avalia com qual frequência os indivíduos preparam suas refeições. Nesta escala há itens relacionados ao preparo de refeições tanto com ingredientes frescos quanto com ingredientes prontos para o consumo, conforme definição de HC, bem como o uso de sobras de comida, preparada ou não em casa (JOMORI et al., 2017; JOMORI et al., 2021). Na versão encurtada do QBHC, essa escala foi validada com 3 itens relacionados ao uso de sobras de comida, por ser um construto característico das práticas de adultos jovens (JOMORI et al., 2022).

As escalas *Likert* de 5 pontos, ou seja, há 5 opções de respostas, variando de 1 a 5 pontos, se referem à avaliação da Autoeficácia Culinária (AUC)- composta por 6 itens, da Autoeficácia no Consumo de Frutas, Verduras e Legumes (AUCFLV) -composta por 3 itens, do Uso de Técnicas Culinárias Básicas (AUTC) - composta por 11 itens e da Autoeficácia no Uso de Frutas, Verduras e Legumes e Temperos (AUFLVT) - composta por 9 itens. Essas escalas avaliam a autoeficácia em desempenhar tarefas e executar técnicas culinárias, bem como em utilizar e consumir frutas, verduras e legumes (MICHAUD, 2007, CONDRASKY et al., 2011; JOMORI et al., 2017). Na versão encurtada, as escalas foram reduzidas, sendo mantidas apenas o número de questões nas escalas AUC e AUCFLV. A AUTC foi excluída e a AUFLVT foi validada com 4 questões Suas maiores médias apontam maior HC (JOMORI et al., 2022).

A última medida é a de Avaliação do Conhecimento Culinário (ACC), composta por 8 itens, que avalia o conhecimento sobre termos e técnicas culinárias (JOMORI et al., 2017;

JOMORI et al., 2021; JOMORI et al., 2022) por meio de questões de múltipla escolha, com 4 opções de resposta, sendo que a resposta correta vale 1 ponto. A pontuação das respostas obtidas nessa escala apresenta ponto de corte estabelecido. O percentual de respostas corretas $\geq 75\%$ dos itens (≥ 6 itens) indica “alto nível de conhecimento culinário” e $\leq 60\%$ (≤ 5 itens) “baixo nível de conhecimento culinário” (MICHAUD, 2007; JOMORI et al., 2017; JOMORI et al., 2022).

Entre as oito escalas mencionadas, apenas duas delas apresentavam um nível de classificação e avaliação, sendo que esse trabalho buscou estabelecer uma classificação para nível de HC e da saudabilidade da alimentação das opções-respostas de algumas questões do QBHC, e sua validação para compor o atual questionário (JOMORI *et al.*, 2022). Assim, devido à importância de classificar o nível de HC e AS de todas as escala do QBHC, este estudo se propôs a classificar e validar o nível de HC e AS para as opções-respostas das questões das escalas de avaliação da Atitude Culinária, do Comportamento Culinário, da Autoeficácia Culinária, da Autoeficácia no Consumo de Frutas, Legumes e Verduras, da Autoeficácia Culinária e Uso de Técnicas Culinárias Básicas e da Autoeficácia no Uso de Frutas, Verduras e Legumes e Temperos.

JUSTIFICATIVA

O Questionário Brasileiro de Avaliação das Habilidades Culinárias e Alimentação Saudável (QBHC) foi adaptado do questionário para avaliação do *Programa Cooking with Chef* (CWC) (JOMORI, et al., 2017; JOMORI et al., 2021), desenvolvido e validado por pesquisadores da Universidade de Clemson, nos Estados Unidos da América (CONDRASKY, et al., 2011; MICHAUD, 2007). No Brasil, este questionário foi traduzido, e validado em estudantes universitários (JOMORI, et al., 2017; JOMORI et al., 2021; JOMORI et al., 2022). O QBHC se propõe a avaliar HC e AS em uma escala de 0 a 5 pontos para cada questão. Na versão original do questionário foi estabelecido que quanto maior a média obtida, maior é o nível de HC do respondente (CONDRASKY, et al., 2011; MICHAUD, 2007; JOMORI et al., 2021). Entretanto, ainda não existe uma classificação validada para a versão brasileira que determine alto ou baixo o nível de HC e saudável (AS) ou não saudável a alimentação para as opções-respostas às suas questões (JOMORI, et al., 2017; JOMORI et al., 2022). Desta forma, torna-se

importante e necessário definir e validar essa classificação, que pode ser realizada por meio da análise de especialistas que verifiquem a taxa de concordância sobre a pertinência ou representatividade de determinado dado ou conteúdo relacionado aos instrumentos (COLUCCI, ALEXANDRE, MILANI, 2015; CUNNINGHAM, et al., 2019; NIKOLIC, et al., 2019).

3. OBJETIVO

O objetivo geral do presente estudo é estabelecer e validar a classificação do nível de Habilidade Culinária (HC), como baixo ou alto nível, e a de Alimentação Saudável (AS) ou Alimentação não Saudável (AnS) das opções-respostas das questões do Questionário Brasileiro de Habilidades Culinárias e Alimentação Saudável (QBHC).

4. ARTIGO ORIGINAL

Artigo a ser submetido à revista Ciência & Saúde (e-ISSN 1983-652X).

CLASSIFICAÇÃO DOS NÍVEIS DE HABILIDADES CULINÁRIAS E ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL: QUESTIONÁRIO BRASILEIRO

RATING OF THE LEVEL OF COOKING SKILLS AND HEALTHY EATING: BRAZILIAN QUESTIONNAIRE

Autores: Raquel A. Borba¹, estudante de graduação; Bruna M. Padilha², PhD; Thaysa B. Cavalcanti Brandão³, PhD; Marcela B. Veiros⁴, PhD; Vanuska L. da Silva⁵, PhD; Manuela M. Jomori⁶, PhD.

1. Departamento de Nutrição, Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS).

Faculdade de Medicina. E-mail: raque.a.borba@gmail.com

ORCID: 0000-0003-4672-9529

2. Faculdade de Nutrição. Universidade Federal de Alagoas (UFAL). E-mail:

bruna48@hotmail.com

ORCID: 0000-0001-7594-2578

3. Faculdade de Nutrição. Universidade Federal de Alagoas (UFAL). E-mail:

thaysabcb@hotmail.com

ORCID: 0000-0002-0153-1044

4. Departamento de Nutrição, Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC). Centro de Ciências da Saúde. E-mail: marcelaveiros@gmail.com
ORCID: [0000-0003-3362-6037](https://orcid.org/0000-0003-3362-6037)
5. Departamento de Nutrição, Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS). Faculdade de Medicina. E-mail: vanuskal@gmail.com
ORCID: [0000-0002-7482-4489](https://orcid.org/0000-0002-7482-4489)
6. Departamento de Nutrição, Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC). Centro de Ciências da Saúde. E-mail: manuela.jomori@ufsc.br
ORCID: [0000-0003-2294-6692](https://orcid.org/0000-0003-2294-6692)

Instituição correspondente: Departamento de Nutrição, Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS).

Autor Correspondente:

Manuela Mika Jomori: Departamento de Nutrição, Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC). Centro de Ciências da Saúde. Reitor João David Ferreira Lima Campus. 88040-900 - Florianópolis, Santa Catarina, Brasil. E-mail: manuela.jomori@ufsc.br / Telefone: +55(48)3721-2221

Número total de caracteres com espaço e referências: 38.860

Número de figuras e tabelas: 4

5. NORMAS DA REVISTA

Seções da publicação:

Artigos de Temas Livres: devem ser de interesse para a saúde coletiva por livre apresentação dos autores através da página da revista. Devem ter as mesmas características dos artigos temáticos: máximo de 40.000 caracteres com espaço, resultarem de pesquisa e apresentarem análises e avaliações de tendências teórico-metodológicas e conceituais da área.

Observação: O limite máximo de caracteres leva em conta os espaços e inclui da palavra introdução e vai até a última referência bibliográfica. O resumo/abstract e as ilustrações (figuras/tabelas e quadros) são considerados à parte.

Apresentação de manuscritos:

1. Os originais podem ser escritos em português, espanhol, francês e inglês. Os textos em português e espanhol devem ter título, resumo e palavras-chave na língua original e em inglês. Os textos em francês e inglês devem ter título, resumo e palavras-chave na língua original e em português. Não serão aceitas notas de pé-de-página ou no final dos artigos.

2. Os textos têm de ser digitados em espaço duplo, na fonte Times New Roman, no corpo 12, margens de 2,5 cm, formato Word e encaminhados apenas pelo endereço eletrônico (<http://mc04.manuscriptcentral.com/csc-scielo>) segundo as orientações do site.

3. Os artigos publicados serão de propriedade da revista *C&SC*, ficando proibida a reprodução total ou parcial em qualquer meio de divulgação, impressa ou eletrônica, sem a prévia autorização dos editores-chefes da Revista. A publicação secundária deve indicar a fonte da publicação original.

4. Os artigos submetidos à *C&SC* não podem ser propostos simultaneamente para outros periódicos.

5. As questões éticas referentes às publicações de pesquisa com seres humanos são de inteira responsabilidade dos autores e devem estar em conformidade com os princípios contidos na

Declaração de Helsinque da Associação Médica Mundial (1964, reformulada em 1975,1983, 1989, 1989, 1996 e 2000).

6. Os artigos devem ser encaminhados com as autorizações para reproduzir material publicado anteriormente, para usar ilustrações que possam identificar pessoas e para transferir direitos de autor e outros documentos.

7. Os conceitos e opiniões expressos nos artigos, bem como a exatidão e a procedência das citações são de exclusiva responsabilidade dos autores.

8. Os textos são em geral (mas não necessariamente) divididos em seções com os títulos Introdução, Métodos, Resultados e Discussão, às vezes, sendo necessária a inclusão de subtítulos em algumas seções. Os títulos e subtítulos das seções não devem estar organizados com numeração progressiva, mas com recursos gráficos (caixa alta, recuo na margem etc.).

9. O título deve ter 120 caracteres com espaço e o resumo/abstract, com no máximo 1.400 caracteres com espaço (incluindo a palavra resumo até a última palavra-chave), deve explicitar o objeto, os objetivos, a metodologia, a abordagem teórica e os resultados do estudo ou investigação. Logo abaixo do resumo os autores devem indicar até no máximo, cinco (5) palavras-chave. palavras-chave/key words. Chamamos a atenção para a importância da clareza e objetividade na redação do resumo, que certamente contribuirá no interesse do leitor pelo artigo, e das palavras-chave, que auxiliarão a indexação múltipla do artigo. As palavras-chaves na língua original e em inglês devem constar obrigatoriamente no DeCS/MeSH (<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/mesh/e> <http://decs.bvs.br/>).

10. Na submissão dos artigos na plataforma da Revista, é obrigatório que apenas um autor tenha o registro no ORCID (Open Researcher and Contributor ID), mas quando o artigo for aprovado e para ser publicado no SciELO, todos os autores deverão ter o registro no ORCID. Portanto, aos autores que não o têm ainda, é recomendado que façam o registro e o validem no ScholarOne. Para se registrar no ORCID entre no site (<https://orcid.org/>) e para validar o ORCID no ScholarOne, acesse o site (<https://mc04.manuscriptcentral.com/csc-scielo>), e depois, na página de Log In, clique no botão Log In With ORCID iD.

Autoria

1. As pessoas designadas como autores devem ter participado na elaboração dos artigos de modo que possam assumir publicamente a responsabilidade pelo seu conteúdo. A qualificação como autor deve pressupor: a) a concepção e o delineamento ou a análise e interpretação dos dados, b) redação do artigo ou a sua revisão crítica, e c) aprovação da versão a ser publicada. As contribuições individuais de cada autor devem ser indicadas no final do texto, apenas pelas iniciais (ex. LMF trabalhou na concepção e na redação final e CMG, na pesquisa e na metodologia).

Ilustrações e Escalas

1. O material ilustrativo da revista *C&SC* compreende tabela (elementos demonstrativos como números, medidas, percentagens, etc.), quadro (elementos demonstrativos com informações textuais), gráficos (demonstração esquemática de um fato e suas variações), figura (demonstração esquemática de informações por meio de mapas, diagramas, fluxogramas, como também por meio de desenhos ou fotografias). Vale lembrar que a revista é impressa em apenas uma cor, o preto, e caso o material ilustrativo seja colorido, será convertido para tons de cinza.

2. O número de material ilustrativo deve ser de, **no máximo, cinco por artigo (com limite de até duas laudas cada)**, salvo exceções referentes a artigos de sistematização de áreas específicas do campo temático. Nesse caso os autores devem negociar com os editores-chefes.

3. Todo o material ilustrativo deve ser numerado consecutivamente em algarismos arábicos, com suas respectivas legendas e fontes, e a cada um deve ser atribuído um breve título. Todas as ilustrações devem ser citadas no texto.

4. As tabelas e os quadros devem ser confeccionados no programa Word ou Excell e enviados com título e fonte. OBS: No link do IBGE (<http://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/livros/liv23907.pdf>) estão as orientações para confeccionar as tabelas. Devem estar configurados em linhas e colunas, sem espaços extras, e sem recursos de "quebra de página". Cada dado deve ser inserido em uma célula separada. Importante: tabelas e quadros devem apresentar informações sucintas. As tabelas e quadros podem ter no máximo 15 cm de largura X 18 cm de altura e não devem ultrapassar duas páginas (no formato A4, com espaço simples e letra em tamanho 9).

5. Gráficos e figuras podem ser confeccionados no programa Excel, Word ou PPT. O autor deve enviar o arquivo no programa original, separado do texto, em formato editável (que permite o recurso "copiar e colar") e também em pdf ou jpeg, TONS DE CINZA. Gráficos gerados em programas de imagem devem ser enviados em jpeg, TONS DE CINZA, resolução mínima de 200 dpi e tamanho máximo de 20cm de altura x 15 cm de largura. É importante que a imagem original esteja com boa qualidade, pois não adianta aumentar a resolução se o original estiver comprometido. Gráficos e figuras também devem ser enviados com título e fonte. As figuras e gráficos têm que estar no máximo em uma página (no formato A4, com 15 cm de largura x 20cm de altura, letra no tamanho 9).

6. Arquivos de figuras como mapas ou fotos devem ser salvos no (ou exportados para o) formato JPEG, TIF ou PDF. Em qualquer dos casos, deve-se gerar e salvar o material na maior resolução (300 ou mais DPI) e maior tamanho possíveis (dentro do limite de 21cm de altura x 15 cm de largura). Se houver texto no interior da figura, deve ser formatado em fonte Times New Roman, corpo 9. Fonte e legenda devem ser enviadas também em formato editável que permita o recurso "copiar/colar". Esse tipo de figura também deve ser enviado com título e fonte.

7. Os autores que utilizam escalas em seus trabalhos devem informar explicitamente na carta de submissão de seus artigos, se elas são de domínio público ou se têm permissão para o uso.

Agradecimentos

1. Quando existirem, devem ser colocados antes das referências bibliográficas.
2. Os autores são responsáveis pela obtenção de autorização escrita das pessoas nomeadas nos agradecimentos, dado que os leitores podem inferir que tais pessoas subscrevem os dados e as conclusões.
3. O agradecimento ao apoio técnico deve estar em parágrafo diferente dos outros tipos de contribuição.

Financiamento

A RC&SC atende a Portaria nº 206 de 2018 do Ministério da Educação / Fundação Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior / Gabinete sobre citação obrigatória da

CAPES para obras produzidas ou publicadas, em qualquer meio, decorrentes de atividades financiadas total ou parcialmente pela CAPES. Esses trabalhos científicos devem identificar a fonte de financiamento através da utilização do código 001 para todos os financiamentos recebidos.

Referências

1. As referências devem ser numeradas de forma consecutiva de acordo com a ordem em que forem sendo citadas no texto. No caso de as referências serem de mais de dois autores, no corpo do texto deve ser citado apenas o nome do primeiro autor seguido da expressão *et al.*

2. Devem ser identificadas por números arábicos sobrescritos, conforme exemplos abaixo:

ex. 1: “Outro indicador analisado foi o de maturidade do PSF”¹¹ (p.38).

ex. 2: “Como alerta Maria Adélia de Souza 4, a cidade...”
As referências citadas somente nos quadros e figuras devem ser numeradas a partir do número da última referência citada no texto.

3. As referências citadas devem ser listadas ao final do artigo, em ordem numérica, seguindo as normas gerais dos *Requisitos uniformes para manuscritos apresentados a periódicos biomédicos* (http://www.nlm.nih.gov/bsd/uniform_requirements.html).

4. Os nomes das revistas devem ser abreviados de acordo com o estilo usado no Index Medicus (<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/nlmcatalog/journals>).

5. O nome de pessoa, cidades e países devem ser citados na língua original da publicação.

REFERÊNCIAS

- BERNARDO, G. C. et al. Association of personal characteristics and cooking skills with vegetable consumption frequency among university students. **Appetite**, v. 166, 1 nov. 2021.
- BRASIL, Ministério da Saúde. Política Nacional de Alimentação e Nutrição / Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Básica - 1a ed. 1. Reimpr. - Brasília. Ministério da Saúde, 2013.
- BRASIL, Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Guia alimentar para a população brasileira / Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Básica - 2a ed. 1. Reimpr. - Brasília. Ministério da Saúde, 2014.
- BURTON, M. et al. Food skills confidence and household gatekeepers' dietary practices. **Appetite**, v. 108, p. 183-190, 1 jan. 2017.
- CLIFFORD ASTBURY, C.; PENNEY, T. L.; ADAMS, J. Comparison of individuals with low versus high consumption of home-prepared food in a group with universally high dietary quality: a cross-sectional analysis of the UK National Diet & Nutrition Survey (2008-2016). **The international journal of behavioral nutrition and physical activity**, v. 16, n. 1, p. 9, 17 jan. 2019.
- COLUCI, M. Z. O.; ALEXANDRE, N. M. C.; MILANI, D. **Construção de instrumentos de medida na área da saúde. Ciência e Saúde Coletiva**. Associação Brasileira de Pós - Graduação em Saúde Coletiva, 2015.
- CONDRASKY, M. Cooking with a Chef. **Journal of Extension**, v. 44 n. 4, p.1-6, 2006.
- CONDRASKY, M.D. et al. Development of psychosocial scales for evaluation the impact of a Culinary Nutrition Education program on cooking and healthful eating. **Journal of Nutrition Education and Behavior**, v. 43, n. 6, p. 511-516, 2011.
- CONDRASKY, M. D. et al. Cooks training for Faith, Activity, and Nutrition project with AME churches in SC. **Eval Program Plann.**, v. 37, p. 43-49, 2013. doi:10.1016/j.evalprogplan.2012.11.002
- CUNNINGHAM, B. J. et al. Establishing consensus among community clinicians on how to categorize and define preschoolers' speech and language impairments at assessment. **Journal of Communication Disorders**, v. 82, 1 nov. 2019.
- DIEZ-GARCIA, R. W.; DE CASTRO, I. R. R. A culinária como objeto de estudo e de intervenção no campo da Alimentação e Nutrição. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 16, n. 1. 2011. <https://doi.org/10.1590/S1413-81232011000100013>
- GARCIA, A. L. et al. Evaluation of the "Eat Better Feel Better" Cooking Programme to Tackle Barriers to Healthy Eating. **Int J Environ Res Public Health**, v. 14, n. 4, p. 380, 2017. doi:10.3390/ijerph14040380
- HARTMANN, C.; DOHLE, S.; SIEGRIST, M. Importance of cooking skills for balanced food choices. **Appetite**, v. 65, p. 125-131, 2013. doi: 10.1016/j.appet.2013.01.016
- JOMORI, M.M. et al. Construct validity of Brazilian cooking skills and healthy eating questionnaire by the known-groups method. **British Food Journal**. v. 119, maio 2017. doi:119. 10.1108/BFJ-10-2016-0448.
- JOMORI, M. M. et al. The concept of cooking skills: A review with contributions to the scientific debate. **Revista de Nutrição**, v. 31, n. 1, p.119-135, 1 jan. 2018. <https://doi.org/10.1590/1678-98652018000100010>

JOMORI, M. M. et al. How was the cooking skills and healthy eating evaluation questionnaire culturally adapted to Brazil? **Ciênc. Saúde Coletiva**, v. 26, n. 6, 2021. <https://doi.org/10.1590/1413-81232021266.22102019>

JOMORI, M. M. et al., Brazilian Cooking Skills Questionnaire evaluation of using/cooking and consumption of fruits and vegetables. **Nutrition**, v. 95, mar. 2022.

KENNEDY, L. G. et al. Validity and Reliability of a Food Skills Questionnaire. **Journal of Nutrition Education and Behavior**, v. 51, n. 7, p. 857–864, 1 jul. 2019.

KERRISON, D.A; CONDRASKY, M.D.; SHARP, J.L. Culinary nutrition education for undergraduate nutrition dietetics students. **British Food Journal**, v. 119, n. 5, p. 1045–1051, 2017.

LANG, T. et al. Cooking skills and health. London, **UK: Health Education Authority**; 1999.

LAVELLE, F. et al. Barriers and facilitators to cooking from 'scratch' using basic or raw ingredients: A qualitative interview study. **Appetite**, v. 107, n. 1, p. 383–391, 2016. doi: 10.1016/j.appet.2016.08.115.

LAVELLE, F. et al. The development and validation of measures to assess cooking skills and food skills. **International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity**, v. 14, n. 1, 2 set. 2017.

MICHAUD, P. **Development and evaluation of instruments to measure the effectiveness of a culinary and Nutrition education program**. 2007. Thesis (Master of Science Food, Nutrition, and Culinary) – Clemson University, Clemson, SC, USA, 2007.

MILLS, S. D. H. et al. Perceptions of ‘home cooking’: A qualitative analysis from the United Kingdom and United States. **Nutrients**, v. 12, n. 1, 1 jan. 2020.

NIKOLIC, M. et al. Improving the reporting quality of intervention trials addressing the inter-individual variability in response to the consumption of plant bioactives: quality index and recommendations. **European Journal of Nutrition** Dr. Dietrich Steinkopff Verlag GmbH and Co. KG, 1 nov. 2019.

REICKS, M.; KOCHER, M.; REEDER, J. Impact of Cooking and Home Food Preparation Interventions Among Adults: A Systematic Review (2011-2016). **Journal of Nutrition Education and Behavior**, v. 50, n. 2, p. 148-172, 2018. doi:10.1016/j.jneb.2017.08.004

TERRAGNI, L.; ARNOLD, C.D.; HENJUM, S. Food Skills and Their Relationship with Food Security and Dietary Diversity Among Asylum Seekers Living in Norway. **Journal of Nutrition Education and Behavior**, v. 52, n. 11, p. 1026-1034, nov. 2020.

THOMPSON, C.; ADAMS, J.; VIDGEN, H. A. Progressing the development of a food literacy questionnaire using cognitive interviews. **Public Health Nutrition**, p. 1-11, 8 nov. 2021.

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

WARMIN, A.; SHARP, J.; CONDRASKY, M.D. Cooking With a Chef: a culinary nutrition program for college aged students. **Topical in Clinical Nutrition**, v. 27, n. 2. p. 164-173, 2012. doi: 10.1097/TIN.0B013E3182542417

WOLFSON, J.A. et al. What does cooking mean to you?: Perceptions of cooking and factors related to cooking behavior. **Appetite**, v. 97, p. 146-154, 2016. doi:10.1016/j.appet.2015.11.030

WOLFSON, J. A. et al. A comprehensive approach to understanding cooking behavior: Implications for research and practice. **British Food Journal**, v. 119, n. 5, p. 1147-1158, 2017. <https://doi.org/10.1108/BFJ-09-2016-0438>