

# Oficina culinária como estratégia didático-pedagógica interdisciplinar na formação do nutricionista

Bruna Paes Lemes Freitas<sup>1</sup> , Camila Cremonesi Japur<sup>2</sup> , Ana Flávia de Sousa Silva<sup>2</sup> , Fernanda Rodrigues de Oliveira Penaforte<sup>3</sup> , Ana Elisa Madalena Rinaldi<sup>1</sup> 

## RESUMO

Os objetivos deste estudo foram relatar a experiência da utilização de oficinas culinárias como estratégia didático-pedagógica na disciplina de educação nutricional, e analisar as percepções dos estudantes quanto à interdisciplinaridade e aplicabilidade na atuação profissional, pela análise de conteúdo temática. Este é um relato de experiência da utilização de oficinas culinárias durante a disciplina de Educação Nutricional no curso de nutrição de uma universidade pública. Foram quantificados os tipos de receitas selecionadas e seus respectivos princípios dietéticos e/ou dietoterápicos. Identificamos que 80% das receitas selecionadas priorizavam o conteúdo de nutrientes dos ingredientes como princípio dietético/dietoterápico e somente 20% consideraram aspectos sensoriais e culturais. Na análise qualitativa, foram identificados três eixos temáticos: (1) O olhar do estudante sobre a oficina culinária; (2) O aprendizado da oficina culinária para sua prática profissional; (3) A racionalização da alimentação. A oficina foi considerada uma experiência inovadora e enriquecedora para a formação acadêmica, principalmente pela interdisciplinaridade. Conclui-se que o uso de oficinas culinárias como estratégia didático-pedagógica interdisciplinar nos cursos de Nutrição pode trazer benefícios na formação dos futuros nutricionistas.

**Palavras-chave:** Educação alimentar e nutricional, Culinária, Práticas interdisciplinares, Ensino, Estudantes de ciências da saúde.

## INTRODUÇÃO

O Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional (EAN) publicado em 2012 traz no conceito de EAN a transdisciplinaridade, a promoção da prática autônoma e voluntária dos hábitos alimentares e destaca a necessidade da utilização de abordagens e recursos educacionais problematizadores, dialógicos e ativos<sup>1</sup>.

A formação do nutricionista como educador durante a graduação é realizada com maior ênfase na disciplina de EAN<sup>2</sup>, predominantemente trabalhada pelo método tradicional de ensino através da transmissão de conhecimento, com pouco estímulo à participação ativa do estudante<sup>3</sup>. Adicionalmente, há priorização do desenvolvimento dos objetivos cognitivos durante a disciplina de EAN em comparação com os afetivos e ativos<sup>4</sup>. O conhecimento técnico é relevante, porém é necessário o contato com situações reais para que os estudantes desenvolvam habilidades e atitudes que lhes auxiliem a lidar com as dificuldades na

alimentação dos indivíduos e populações, em suas futuras ações educativas<sup>5</sup>.

Este cenário desafiador do ensino-aprendizagem na disciplina de EAN possivelmente contribui para a dificuldade dos nutricionistas em conjugarem a promoção da saúde e a educação na sua prática profissional. A vivência pelos estudantes de estratégias didático-pedagógicas mais ativas durante a graduação, assim como conhecerem o conceito de educação permanente, podem proporcionar aos estudantes uma ressignificação do que é educação e estimulá-los a reproduzirem os métodos ativos aprendidos nos serviços de saúde<sup>6</sup>. Estratégias inovadoras com a utilização de metodologias ativas têm sido implementadas na disciplina de EAN em algumas universidades<sup>7</sup>. Entretanto, a análise dos resultados pedagógicos da implementação destas estratégias na disciplina de EAN ainda não estão disponíveis na literatura.

A oficina culinária é uma estratégia didático-pedagógica capaz de aprimorar o conhecimento científico e viabilizar a integração

<sup>1</sup> Universidade Federal de Uberlândia (UFU), Uberlândia, (MG), Brasil.

<sup>2</sup> Universidade de São Paulo, Faculdade de Medicina de Ribeirão Preto, (SP), Brasil.

<sup>3</sup> Universidade Federal do Triângulo Mineiro (UFTM), Uberaba, (MG), Brasil.



entre as diversas disciplinas estudadas no curso de nutrição<sup>8</sup>. Esta estratégia promove o diálogo e a troca de experiências, levando em consideração os conhecimentos prévios dos participantes, além de colocar o educando como protagonista no processo de ensino-aprendizagem<sup>9</sup>.

Assim sendo, o objetivo deste estudo foi relatar a experiência da aplicação de oficinas culinárias como uma estratégia didático-pedagógica na formação do nutricionista e analisar as percepções dos estudantes em relação à sua interdisciplinaridade e aplicabilidade na vivência profissional.

## MÉTODO

Trata-se de um relato de experiência com abordagem qualitativa e quantitativa. O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa da Universidade Federal de Uberlândia (CAAE: 99827318.7.0000.5152).

### Oficina culinária

A oficina culinária foi implementada na disciplina de Educação Nutricional do Curso de Nutrição da Universidade Federal de Uberlândia (UFU) a partir do segundo semestre de 2015. O relato realizado neste estudo se refere à experiência vivenciada no período de 2015 (2º semestre) a 2018 (1º semestre) por todos os estudantes matriculados na disciplina nesse período, totalizando a participação de 147 estudantes. A partir de 2019, foram realizadas algumas alterações no formato das oficinas, o que dificultou a comparação com os anos anteriores. Para a realização da oficina, a turma era organizada em quatro grupos de cinco a seis estudantes, que tinham a responsabilidade de selecionar e elaborar receitas para um dos seguintes grupos específicos: (a) bebês em alimentação complementar, (b) crianças com diabetes mellitus, (c) adolescentes com obesidade e (d) idosos com hipertensão arterial sistêmica.

Um dos objetivos da oficina foi promover a interdisciplinaridade com os diversos conteúdos estudados ao longo da graduação, os quais são: (a) Nutrição, Alimentos e Nutrientes II (3º período), o qual aborda conceitos básicos de técnica dietética e indicadores no preparo dos alimentos; (b) Nutrição nos diversos ciclos da vida I e II (6º e 7º períodos,

respectivamente) que expõe questões sobre o metabolismo, as necessidades e as recomendações nutricionais durante os diversos ciclos da vida, incluindo o início da alimentação complementar em bebês; (c) Nutrição Clínica II (6º período), cujos conteúdos abordam as alterações fisiopatológicas e terapia nutricional nas doenças crônicas como diabetes mellitus e hipertensão arterial sistêmica; (d) Tecnologia de Alimentos (6º período), que inclui o conteúdo de análise sensorial; e (e) Nutrição em Unidades de Alimentação e Nutrição I (7º período), que aborda o conteúdo de planejamento de cardápios, gestão de suprimentos, elaboração de ficha técnica das preparações e gestão de custos.

A oficina culinária foi desenvolvida em três etapas:

#### **1ª. etapa: Reflexões sobre culinária e sua utilização como estratégia didático-pedagógica de educação alimentar e nutricional**

Foi realizada uma discussão em sala de aula sobre o tema culinária, cujo objetivo foi promover a reflexão pelos estudantes sobre o conceito da culinária, sua importância para o desenvolvimento da autonomia no preparo das refeições e no desenvolvimento de habilidades culinárias, além da sua importante relação com a cultura, temas enfatizados no Guia Alimentar para a População Brasileira<sup>10</sup> e no Marco de Referência para EAN<sup>11</sup>. Posteriormente, foi exibido aos estudantes o vídeo "Culinária, saúde e prazer", o qual ilustra um programa de educação alimentar e nutricional utilizando a culinária como eixo estruturante<sup>11</sup>, seguido de discussão das possíveis aplicações na futura atuação profissional e das opiniões dos estudantes sobre este programa.

#### **2ª etapa: Proposta das oficinas culinárias**

Nesta etapa, os estudantes realizaram o planejamento e a aplicação da atividade, que envolveu a definição das preparações, justificativa da escolha das preparações, de acordo com o princípio dietético/dietoterápico de cada grupo específico, e a seleção e preparo de duas receitas por grupo (uma de sabor doce e uma de sabor salgado) no Laboratório de Técnica Dietética. Os estudantes eram responsáveis pela organização da bancada, seleção dos alimentos, utensílios e equipamentos, pesagem dos alimentos (peso bruto e líquido), elaboração da ficha técnica da

preparação, pré-preparo e preparo dos alimentos e pesagem do rendimento. Essa etapa era finalizada com a degustação das preparações, análise sensorial pelos estudantes e professores, e debate entre os estudantes e os professores responsáveis pela disciplina.

### **3ª etapa: Apresentação e discussão dos resultados da oficina**

Na última etapa da oficina os estudantes apresentavam todo o conteúdo vivenciado e debatido na oficina culinária, incluindo uma introdução sobre a culinária como método educativo; objetivo, com a ideia norteadora da seleção e elaboração das receitas; métodos, com a descrição do processo completo realizado na oficina desde a seleção até a elaboração final das receitas, incluindo a justificativa da escolha dos ingredientes; e resultados e discussão, contendo ficha técnica da preparação, discussão sobre a composição nutricional da porção estabelecida e sobre a análise sensorial, além da avaliação do nível de dificuldade na execução de cada etapa da oficina culinária. Para finalizar, os estudantes relataram sobre a experiência de participar da oficina culinária, fazendo uma interface de como aplicá-la na atuação profissional.

### **Análise Quantitativa**

Foram elaboradas 41 preparações, dez para cada ciclo de vida, com exceção do grupo de adolescentes, com 11 preparações. A análise quantitativa baseou-se na descrição das receitas selecionadas e da frequência relativa dos princípios dietéticos e/ou dietoterápicos adotados na seleção das preparações culinárias. Estes dados foram

extraídos dos relatórios escritos entregues pelos estudantes após uma semana do término da atividade da oficina culinária. No que tange especificamente aos princípios dietéticos e/ou dietoterápicos, os estudantes tinham que descrevê-los na seleção da preparação culinária elaborada, que estava vinculada ao tema proposto (ex. 1: receitas para bebês em alimentação complementar, o princípio dietético poderia ser o estímulo à mastigação, uma vez que a receita não deveria ser apresentada na forma liquidificada, ex. 2: receitas para pessoas com hipertensão arterial – o princípio dietoterápico poderia ser, por exemplo, a quantidade reduzida de sal).

### **Análise Qualitativa**

#### **Participantes e instrumento de pesquisa qualitativa**

Participaram desta etapa 11 estudantes que já haviam finalizado a graduação, de ambos os sexos, participantes da oficina culinária descrita anteriormente. O instrumento de avaliação foi composto por quatro questões, que estão descritas no Quadro 1.

### **PROCEDIMENTOS - COLETA DE DADOS**

O questionário elaborado foi incluído no *Google Forms* para preenchimento *online*. O convite aos estudantes foi enviado via *e-mail*, o qual continha esclarecimentos acerca dos objetivos e procedimentos concernentes ao estudo e o endereço da página de coleta de dados. Os participantes concordaram com o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) e responderam às perguntas

#### **Quadro 1**

Questionário de avaliação da percepção dos estudantes em relação à aplicabilidade prática e interdisciplinaridade da oficina culinária vivenciada.

---

#### Perguntas

---

- 1) Como foi para você participar da oficina culinária?
  - 2) Como você considera que a oficina culinária vivenciada na disciplina de Educação Nutricional lhe auxilia em sua atuação profissional atual? Por quê?
  - 3) Você se recorda de atividades interdisciplinares realizadas ao longo da graduação? Se sim, por favor, cite exemplos.
  - 4) Você considera que essa oficina culinária foi uma atividade interdisciplinar? Por quê?
-

online. Todas as respostas foram lidas na íntegra, compondo o *corpus* analítico do estudo.

## Análise de dados

A análise dos dados qualitativos foi amparada na análise de conteúdo temática de Braun e Clarke<sup>12</sup>, na perspectiva de avaliar reflexivamente a percepção dos estudantes em relação à aplicabilidade prática e interdisciplinaridade da oficina culinária que compreende as seguintes etapas: pré-análise; exploração do material; tratamento dos dados obtidos e interpretação. Na pré-análise, todas as respostas dos questionários foram lidas exaustivamente (“leitura flutuante”), visando assegurar a familiarização e a imersão das autoras no conteúdo trazido pelos dados, permitindo que as primeiras impressões e hipóteses relacionadas ao tema emergissem. Após essa etapa, foi codificado manualmente todo o conjunto de dados; tais códigos descreviam as características comuns dos dados. Em seguida, todos os códigos foram agrupados em três eixos temáticos, definidos *a posteriori*. Essa organização forneceu, por condensação, uma representação simplificada dos dados brutos, visando facilitar a compreensão das narrativas dos estudantes. Durante esse processo, a primeira autora trabalhou com a terceira e quarta autoras, que possuem experiência em conduzir pesquisas qualitativas. Posteriormente, todas as autoras se reuniram para discutir a codificação dos temas. Em seguida, foi realizado o agrupamento das mensagens com características comuns em categorias, a partir deste conteúdo organizado. Para fundamentar a discussão e a interpretação dos resultados foi utilizada a literatura científica da área referente à temática abordada, como a educação alimentar e nutricional<sup>2</sup>, a culinária na promoção da alimentação saudável<sup>11</sup> e a formação do nutricionista no Brasil<sup>15</sup>.

Terminada a exploração do *corpus* da pesquisa, o conteúdo analisado foi categorizado em três eixos temáticos finais: (1) O olhar do estudante sobre a oficina culinária; (2) O aprendizado da oficina culinária para sua prática profissional; (3) A racionalização da alimentação.

## RESULTADOS

Os nomes técnicos dados pelos próprios estudantes às 41 preparações culinárias elaboradas, categorizadas por ciclo da vida e/ou condição clínica, estão descritos na Tabela 1.

A análise dos princípios dietéticos e/ou dietoterápicos utilizados pelos estudantes para a escolha das preparações (Tabela 2) mostrou que a maioria das receitas elaboradas pelos grupos (80%) foram selecionadas pela composição nutricional dos ingredientes das receitas. Percentual inferior das receitas selecionadas tinha como critério de seleção as condições específicas do ciclo da vida, tais como o estímulo à mastigação no bebê, falta de dentes ou dificuldades de mastigação no idoso e estímulo à mastigação no adolescente com obesidade (30%); e objetivos clínicos, com foco no estímulo à saciedade e no índice glicêmico dos alimentos (30%). Os princípios que foram menos utilizados foram as receitas serem de fácil preparo (25%) e as características sensoriais de cada preparação (25%). Destacamos que para algumas receitas foram relatados mais de um princípio dietético/dietoterápico.

Na análise qualitativa sobre a percepção dos estudantes em relação à aplicabilidade prática e interdisciplinaridade da oficina culinária foram identificados três eixos temáticos: (1) O olhar do estudante sobre a oficina culinária; (2) O aprendizado da oficina culinária para sua prática profissional; (3) A racionalização da alimentação. A Tabela 3 contém alguns trechos dos relatos dos participantes obtidos nas entrevistas referentes a cada eixo temático.

No eixo temático 1, os estudantes, em sua maioria, relataram como a prática de culinária na disciplina de educação nutricional foi enriquecedora para sua formação acadêmica, pelo seu caráter inovador e multidisciplinar, auxiliando-os a (re) conhecer como o ato de cozinhar envolve múltiplos conhecimentos. No eixo temático 2, que abarca a visão dos estudantes sobre a atuação do nutricionista, aponta para o caráter predominantemente técnico desta atuação, na qual a principal preocupação se apoia em elaborar receitas nutricionalmente ricas e adequadas, e em prescrever planos alimentares que sejam bem aceitos e melhorem a adesão do paciente à prescrição dietoterápica. A minoria dos estudantes mencionou ser importante considerar outros aspectos que perpassam a alimentação, como

**Tabela 1**

Descrição das preparações culinárias segundo ciclos de vida e/ou condições clínicas.

Ciclo da vida e/ou condição clínica	Nome técnico das preparações culinárias	
	Sabor salgado	Sabor doce
Bebê em alimentação complementar	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Papa salgada.</li> <li>-Preparação de batata, cenoura e carne moída.</li> <li>-Risoto de legumes.</li> <li>-Papa salgada.</li> <li>-Papa salgada de cenoura, batata baroa, carne moída e couve.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Papa doce.</li> <li>-Salada de frutas.</li> <li>-Panqueca de banana.</li> <li>-Papa doce.</li> <li>-Papa de morango com inhame.</li> </ul>
Criança com diabetes mellitus	<ul style="list-style-type: none"> <li>-<i>Nuggets</i> caseiro.</li> <li>-Mini pizza integral de frango ao molho caseiro.</li> <li>-Torta de frango.</li> <li>-Lasanha com massa feita de abobrinha italiana ao molho bolonhesa.</li> <li>-Bolinho de abobrinha.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Salada de frutas com frutas.</li> <li>-Bolo de banana integral com cobertura de ganache <i>diet</i>.</li> <li>-Bolinho de maçã e banana.</li> <li>-Sorbet de banana com calda de cacau e leite de coco.</li> <li>-Bolo de farinha de banana verde.</li> </ul>
Adolescente com obesidade	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Torta de legumes.</li> <li>-Panqueca de espinafre recheada com carne e legumes.</li> <li>-Bolinho de peito de frango empanado com ovos e aveia.</li> <li>-Tapioca aberta de frango.</li> <li>-Omelete de verduras e legumes.</li> <li>-Grão de bico assado.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Sorvete de banana com iogurte natural, mel e castanha.</li> <li>-Bolo integral de maçã e banana.</li> <li>-Biscoito doce de banana, aveia, mel e canela.</li> <li>-Panqueca de ovo e banana com chia.</li> <li>-Panqueca de cacau com morango.</li> </ul>
Idoso com hipertensão arterial sistêmica	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Sufê de beterraba.</li> <li>-Torta de legumes.</li> <li>-Panqueca de espinafre com recheio de frango desfiado e molho de tomate.</li> <li>-Panqueca de frango.</li> <li>-Escondidinho de legumes com frango.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Bolo de banana integral.</li> <li>-Sorvete de banana e morango.</li> <li>-Gelado probiótico de banana com granola.</li> <li>-Bolo de banana.</li> <li>-Pudim tradicional de leite condensado.</li> </ul>

o prazer, o sabor e a socialização, além do aspecto fisiológico.

Analisando o eixo temático 3, fica evidente como os estudantes se preocupam, quase que exclusivamente, com o aspecto nutricional dos alimentos, considerando apenas as restrições nutricionais dos pacientes/clientes.

## DISCUSSÃO

O presente estudo mostrou que 80% das receitas selecionadas priorizavam o conteúdo de nutrientes dos ingredientes como princípio dietético/dietoterápico, em detrimento das condições específicas do ciclo da vida, objetivos clínicos e aspectos sensoriais. Além disso, foi possível identificar, pelos relatos dos estudantes, que eles consideraram a oficina culinária uma experiência

inovadora no curso e enriquecedora para a formação e prática profissional.

A experiência da oficina culinária aplicada aos estudantes de nutrição indicou que a maioria deles reproduz um conteúdo predominantemente técnico, trabalhado durante a graduação, o que é possível identificar nas justificativas para as escolhas das preparações e nos relatos feitos pelos estudantes. Essa priorização do conteúdo nutricional dos alimentos como justificativa para a seleção das preparações culinárias guarda relação com o fato de que, historicamente, o nutricionista é formado para ser um técnico em alimentação e nutrição, com predomínio de componentes curriculares voltados ao conteúdo biológico (por exemplo, sobre composição nutricional de alimentos e tratamento baseado em dietas que supram as necessidades nutricionais do indivíduo), desconsiderando outros aspectos

**Tabela 2**

Descrição dos princípios dietéticos e/ou dietoterápicos apresentados pelos estudantes como justificativas das escolhas das receitas.

Princípios dietéticos e/ou dietoterápicos	Relatos
Baseado no conteúdo de nutrientes (33 receitas - 80%)	"Priorizou-se formular uma receita com elevado teor de fibras, vitaminas, minerais e baixa densidade calórica, o que permite aos indivíduos obesos manterem a saciedade por mais tempo." "A preparação é rica em proteínas de alta qualidade que ajudam na manutenção de massa magra durante o tratamento do emagrecimento e os vegetais adicionados são fontes de vitaminas e minerais."
Baseado em condições específicas do ciclo da vida (estímulo à mastigação no bebê, falta de dentes ou dificuldades de mastigação no idoso, estímulo à mastigação no adolescente com obesidade) (12 receitas - 30%)	"Além de possuir sabor agradável e estimular a mastigação devido à sua textura, possui..." "Uma receita de fácil preparo e alto valor nutritivo, estimulando a mastigação do bebê e inserção de uma alimentação equilibrada." "Necessidade de adaptar alguns alimentos de acordo com as limitações do grupo, pensando na mastigação comprometida."
Baseado em objetivos clínicos (12 receitas - 30%)	"É um alimento com carboidrato de baixo índice glicêmico" "Receita com elevado teor de fibras, vitaminas, minerais e baixa densidade calórica, uma vez que isso permite aos indivíduos obesos terem uma saciedade elevada por período mais longo..." "...elevado teor de fibras, vitaminas, minerais e baixa densidade calórica, o que permite aos indivíduos obesos manterem a saciedade por mais tempo."
Baseado nas características sensoriais (10 receitas - 25%)	"Oferecer uma dieta salgada e doce saborosas, que transmita prazer no paladar das crianças com diabetes..." "A salada de frutas é colorida, o que desperta interesse nos bebês"
Fácil preparo (10 receitas - 25%)	"Por se tratar de uma receita de fácil preparo..." "É uma receita de baixo custo financeiro, fácil de fazer, nutritiva e de textura macia."

**Tabela 3**

Eixos temáticos e trechos selecionados dos relatos dos estudantes.

Eixos temáticos e subtemas	Citações
1) O olhar do aluno sobre a oficina culinária.	(1) "[...] Foi uma ótima experiência, na qual tivemos a oportunidade de aprender na prática algumas questões sobre a culinária relacionada à nutrição"; (2) "Muito interessante, agregou muito conhecimento e foi uma atividade diferente dentro do curso"; (3) "[...] Abrange assuntos estudados em outras disciplinas, como: alimentação complementar que estuda em Ciclos da Vida, Diabetes mellitus e Hipertensão que são estudadas em Nutrição Clínica 2".
2) O aprendizado da oficina culinária para sua prática profissional.	(1) "A oficina proporciona ao profissional uma nova visão em relação às necessidades do paladar do paciente e através dela pude compreender as dificuldades enfrentadas pelos pacientes e pensar em novas soluções que melhorem a saúde sem deixar o prazer de comer de lado"; (2) "Eu acho que me ajudou a ser mais criativa com o plano alimentar. Para mim, o plano alimentar tem que ser atrativo para o meu paciente e a aula me inspirou a testar receitas e a inventar coisas novas[...]"; (3) "[...] No atendimento dos pacientes que sempre buscam novas receitas que sejam úteis, práticas e ricas em nutrientes".
3) A racionalização da alimentação	(1) "[...] A parte mais prática das aulas fixa muito mais e pensamos em questões que, às vezes, não tinham aparecido ainda. Como qual o valor de 1 pedaço, como estipular, e de se atentar para valores reais dos nutrientes em um pedaço consumido"; (2) "Na questão de explicar pro paciente que é importante ele cozinhar pra gerar autonomia e resultado [...] A alteração e inserção de alguns ingredientes, seja para aumentar/diminuir o valor calórico e/ou nutricional (troca/diminuição de sal por temperos naturais, diminuição do açúcar, inserir aveia, linhaça)"; (3) "[...] mostrar pro paciente que existem várias preparações e pratos para inseri-lo na alimentação comum do dia a dia, respeitando as restrições que a possível doença causam (doença celíaca, intolerância à lactose)"

da alimentação, como os emocionais, culturais e sociais<sup>13</sup>.

Um estudo prévio mostra que os cursos de graduação em Nutrição ministrados nas universidades brasileiras possuem em sua maioria disciplinas com fragmentação do conteúdo e com elevada carga horária teórica<sup>6</sup>. Essa concepção fragmentada dos conteúdos dificulta o desenvolvimento de uma opinião crítica em relação ao contexto mais amplo da alimentação<sup>14</sup>. Valverde et al.<sup>15</sup> em revisão de literatura sobre a formação em nutrição, observaram que, de modo geral, a formação é feita pelo método tradicional de ensino, com ênfase no biologicismo e tecnicismo, com escasso diálogo com as ciências humanas e incipiente articulação entre teoria e prática. No caso da disciplina de EAN, estudos mostram uma carga horária reduzida, com poucas atividades práticas, e trabalhada de maneira pontual, não transversal, como preza o Marco de EAN<sup>1,16</sup>. Adicionalmente, nesse relevante documento, há o destaque para que as ações educativas de alimentação e nutrição sejam realizadas com base em atividades problematizadoras e que estimulem o protagonismo e autonomia das pessoas envolvidas no processo educativo. As oficinas culinárias possuem essas características preconizadas pelo Marco de EAN, sendo que sua aplicação desde a graduação pode ser uma oportunidade aos estudantes de vivenciarem um método problematizador durante sua formação e aplicarem futuramente como profissionais.

A partir dos relatos dos participantes foi possível verificar a experiência pioneira da oficina culinária como uma atividade interdisciplinar no curso de graduação em nutrição na instituição pesquisada. Foi possível identificar também que para eles o ato de cozinhar é uma atividade interdisciplinar que envolve diferentes conhecimentos capazes de melhorar as habilidades do aconselhamento nutricional, trazendo mais confiança na atuação clínica. Além disso, a realização de atividades como esta permite aos estudantes o desenvolvimento de habilidades culinárias durante a graduação. Em recente ensaio clínico randomizado, realizado com estudantes universitários, foi identificado que o Programa Nutrição e Culinária na Cozinha mostrou-se eficaz no desenvolvimento de habilidades culinárias e da autoeficácia dos estudantes em prepararem suas próprias refeições<sup>17</sup>. O desenvolvimento de habilidades culinárias é citado no Guia Alimentar para

a população brasileira como importante ferramenta para o desenvolvimento de autonomia no preparo dos alimentos e para o alcance de uma alimentação saudável<sup>10</sup>. Adicionalmente, um dos princípios do Marco de EAN é a valorização da culinária como prática emancipatória<sup>1</sup>.

Alguns autores têm discutido e trabalhado a culinária como método educativo em diferentes contextos, sejam para estudantes nas universidades<sup>8,17,18</sup>, para professores e estudantes de escola pública e merendeiras<sup>11</sup> e para pacientes<sup>19</sup>. Destaca-se aqui o estudo de Castro et al.<sup>11</sup> realizado com merendeiras, professores de ensino fundamental, adolescentes e profissionais de saúde da atenção básica que utilizaram a estratégia da oficina culinária como eixo estruturante e como novo método educativo para promoção da alimentação saudável. Este método se mostrou efetivo e aplicável para a promoção da alimentação saudável por oportunizar o protagonismo dos participantes e por envolvê-los no processo de construção deste conceito. A participação em oficina culinária durante a graduação pode ser uma abordagem viável e conseqüentemente uma forma de preparar o estudante para sua aplicação na vida profissional.

Nossos resultados também trazem à baila a discussão acerca da importância da inclusão de componentes curriculares humanísticos na matriz curricular do curso de nutrição; bem como a maior integração com outras profissões, discussões multidisciplinares, e implementação de estratégias didático-pedagógicas que permitam uma integração entre os conteúdos biológicos e sociais estudados para melhorar a formação humanística desse profissional<sup>20</sup>.

Nosso estudo apresenta algumas limitações. A primeira foi a dificuldade de contato com os estudantes egressos para participação da etapa qualitativa do estudo. Além disso, o estudo também apresentou como limitação o fato de não ter sido proposto aos estudantes a integração com disciplinas da área de humanas realizadas durante o curso e também o fato de os estudantes não aplicarem a oficina com a população, o que pode ter dificultado a ampliação do olhar para a multidimensionalidade da alimentação.

Desta forma, conclui-se que a prática de oficinas culinárias com estudantes do curso de nutrição é uma estratégia didático-pedagógica capaz de integrar vários conteúdos estudados ao longo da

graduação, além de incentivar o protagonismo do estudante no processo de ensino-aprendizagem, que permite uma melhor consolidação do conhecimento. Adicionalmente, os relatos sobre a oficina culinária mostraram que é uma atividade diferente do que normalmente é aplicado nas disciplinas, que permite o desenvolvimento de habilidades culinárias, sendo bem aceita pelos estudantes.

## REFLEXÕES E APLICAÇÕES FUTURAS

Para aplicações futuras, sugere-se que a oficina culinária seja aplicada com o público-alvo garantindo uma maior relação das preparações escolhidas com questões socioculturais e emocionais de cada grupo específico, além de um *feedback* da análise sensorial das preparações. Além disso, seria interessante estimular o desenvolvimento de receitas que abordem o conceito de alimentação adequada e saudável, envolvendo também outras vertentes como da sustentabilidade, cultura e sazonalidade. Outra reflexão levantada frente aos resultados é a necessidade de rever a matriz disciplinar dos cursos de nutrição, em função da fragmentação excessiva dos conteúdos, o que leva o estudante ter dificuldade de uni-los e aplicá-los na prática profissional, além da escassez das disciplinas da área de humanas.

## REFERÊNCIAS

1. BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. Marco de referência de educação alimentar e nutricional para as políticas públicas. – Brasília, DF: MDS; Secretaria Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional, 2012.
2. Santos AM, Alves TS. Revisão sistemática sobre a educação alimentar e nutricional: sujeitos, saber e práticas em diferentes cenários. *Rev Saúde Com.* 2015;11(4):425-442.
3. Recine E, Porto EBS, Fernandez PM, Pereira MR. Analysis of nutrition (and food) education syllabus of nutrition undergraduate courses. *Rev Nutr* 2016;29(6):885-897.
4. Ferraz APCM, Belhot RV. Taxonomia de Bloom: revisão teórica e apresentação das adequações do instrumento para definição de objetivos instrucionais. *Gestão & Produção.* 2010;17(2):421-31.
5. de Oliveira APSB, Pontes JNA, Marques MA. O uso da taxionomia de Bloom no contexto da avaliação por competência. *Revista Pleiade* 2016;10(20):12-22.
6. Vieira VL, Leite C, Cervato-Mancuso AM. Formação superior em saúde e demandas educacionais atuais: O exemplo da graduação em nutrição. *Educ Soc Cult.* 2013;39:25-42.
7. Carvalho VCHS. Abrindo as gaiolas: vivenciando e experimentando novas formas de aprender a Educação Alimentar e Nutricional. In: Martins PC, Carvalho VCHS. *Trajetórias de mudanças: reflexões sobre as inovações pedagógicas na formação de nutricionistas.* 1ed. Editora CRV: Curitiba, 2020.
8. Jacob M, Stewart P, Walpole AM, Fong C. A culinary laboratory for nutrition education. *Clin Teach* 2016;13(3):197-201.
9. Garcia RWD, Mancuso AMC. *Mudanças Alimentares e educação alimentar e nutricional.* 2. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2017.
10. BRASIL. Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. *Guia alimentar para a população brasileira – 2. ed. – Brasília: Ministério da Saúde, 2014.*
11. Castro IRR, Souza TSN, Maldonado LA, Caniné ES, Rotenberg S, Gugelmin SA. 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.* 2007; 20(6):571-588.
12. Braun V, Clarke V. Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology* 2006;3(2):77-101.
13. Costa NMSC. Revisando os estudos e eventos sobre a formação do nutricionista no Brasil. *Rev. Nutr.* 1999;12(1):5-19.
14. Fazenda ICA, Fazenda VCA. *Integração e interdisciplinariedade no ensino brasileiro.* 6. ed. São Paulo: Edições Loyola, 2011.
15. Valverde LS, Pimentel AM, Soares MD. Formação em nutrição no brasil: análise de alcances e limites a partir de uma revisão da literatura. *Revista Baiana de Saúde Pública* 2019;43(1):247-259.
16. Franco AC, Boog MCF. Relação teoria-prática no ensino de educação nutricional. *Rev. Nutr.* 2007;20(6):643-655.
17. Bernardo GL, Jomori MM, Fernandes AC, Colussi CF, Condrasky MD, Proença RPDC. Positive impact of a cooking skills intervention among Brazilian university students: Six months follow-up of a randomized controlled trial. *Appetite* 2018;130:247-255.
18. Marsico C, Borja ME, Harrison LM, Loftus M. Ratings of Food Courses and Culinary Training Components in Dietetics Education. *J Am Diet Assoc* 1998;98(6):692-693.
19. Nobre AS, Santos AO, Pires CR, Magalhães DC, Salgueiro MMHAO. Oficina culinária: uma estratégia para incentivo do consumo de frutas e hortaliças para pacientes em sobrepeso e obesidade *Rev. Soc. Cardiol.* 2011;21(3 Supl. A):16-21.
20. Amâncio FA. Dilemas e desafios da formação profissional em saúde. *Interface - Comunic, Saúde, Educ* 2004;8(15):375-80.



**Requisitos de autoria**

- 1- Contribuição substancial no esboço do estudo ou na interpretação dos Dados: B.P.L.F; C.C.J; A.F.S.S; A.E.M.R.
- 2- Participação na redação da versão preliminar: B.P.L.F; C.C.J; A.F.S.S; A.E.M.R.
- 3- Participação na revisão e aprovação da versão final: B.P.L.F; C.C.J; A.F.S.S; F.R.O.P; A.E.M.R.
- 4- Conformidade em ser responsável pela exatidão ou integridade de qualquer parte do estudo: B.P.L.F; C.C.J; A.E.M.R.

---

Autor Correspondente:

Bruna Paes Lemes Freitas

bruninhapfreitas@hotmail.com

Editor:

Prof. Dr. Felipe Villela Gomes

Recebido: 10/01/2022

Aprovado: 16/09/2022

---