



UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARÁ  
INSTITUTO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE  
FACULDADE DE NUTRIÇÃO

BARBARA LILIANE CARDOSO COSTA

**DESENVOLVIMENTO E AVALIAÇÃO DE OFICINAS CULINÁRIAS A PARTIR DO  
USO INTEGRAL DOS ALIMENTOS EM UM CAPS AD.**

BELÉM  
2019

BARBARA LILIANE CARDOSO COSTA

**DESENVOLVIMENTO E AVALIAÇÃO DE OFICINAS CULINÁRIAS A PARTIR DO  
USO INTEGRAL DOS ALIMENTOS EM UM CAPS AD.**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado  
como requisito para obtenção de grau de Bacharel  
em Nutrição, Universidade Federal do Pará.

Orientadora: Profa. Dra. Xaene Maria Fernandes  
Duarte Mendonça.

Co-Orientadora: *M.Sc* Thaís de Oliveira Carvalho  
Granado Santos.

BELÉM  
2019

**Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP) de acordo com ISBD  
Sistema de Bibliotecas da Universidade Federal do Pará  
Gerada automaticamente pelo módulo Ficat, mediante os dados fornecidos pelo(a)  
autor(a)**

---

C837d Costa, Barbara Liliane Cardoso  
Desenvolvimento e avaliação de oficinas culinárias a partir  
do uso integral dos alimentos em um CAPS AD / Barbara  
Liliane Cardoso Costa. — 2019.  
46 f. : il.

Orientador(a): Prof<sup>a</sup>. Dra. Xaene Maria Fernandes Duarte  
Mendonça

Coorientador(a): Prof<sup>a</sup>. MSc. Thaís de Oliveira Carvalho  
Granado Santos

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) -  
Faculdade de Nutrição, Instituto de Ciências da Saúde,  
Universidade Federal do Pará, Belém, 2019.

1. Aproveitamento Integral dos Alimentos. 2. Educação  
Alimentar e Nutricional. 3. Saúde Mental. I. Título.

CDD 612.3

---

BARBARA LILIANE CARDOSO COSTA

**DESENVOLVIMENTO E AVALIAÇÃO DE OFICINAS CULINÁRIAS A PARTIR DO  
USO INTEGRAL DOS ALIMENTOS EM UM CAPS AD.**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado  
como requisito parcial para obtenção de grau de  
Bacharel em Nutrição, Universidade Federal do  
Pará.

Data da aprovação: \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_

**BANCA EXAMINADORA:**

---

Profa. Dra. Xaene Maria Fernandes Duarte Mendonça  
(FANUT/ICS/UFPA – Orientadora)

---

M.Sc Thaís de Oliveira Carvalho Granado Santos  
(SESPA/SESMA – Co Orientadora)

---

Profa. M.Sc Jamillie Suelen dos Prazeres Campo  
(Hospital Ophir Loyola – Membro Externo)

---

Profa. M.Sc. Fernanda Maria Lima Moura  
(FANUT/ICS/UFPA – Membro Interno)

---

Profa. Dra. Patrícia Miranda Mendes  
(FANUT/ICS/UFPA – Membro Interno)

Dedico a realização deste sonho à minha amada mãe, Alessandra Cardoso, que sempre foi meu maior exemplo de persistência, dedicação e, principalmente, de amor aos seus filhos.

## AGRADECIMENTOS

Agradeço a Deus e Nossa Senhora de Nazaré, primeiramente, por todas as bênçãos que recebi e ainda irei receber e por sempre me acompanharem nos momentos de minha vida. Sei que estão ao meu lado.

À minha Mãe amada, Alessandra Cardoso, que sempre batalhou e não mediu esforços para que eu pudesse estudar e ingressar em uma universidade pública. Você é meu exemplo de mulher batalhadora, guerreira e a melhor mãe acima de tudo. Agradeço a Deus por ter você ao meu lado.

Ao meu Pai, Moacir Francisco, pelo esforço e pela dedicação concedidos a mim.

Ao meu companheiro, Fábio Ribeiro, por sempre me apoiar e estar ao meu lado nessa e em outras conquistas, dividindo as alegrias e as dificuldades da vida.

À minha querida orientadora, Professora Dra. Xaene Mendonça, pelos ensinamentos, dedicação e incentivos para eu continuar estudando e seguindo meus sonhos. Agradeço, imensamente, pelo apoio durante a graduação e nesta reta final.

À minha querida co-orientadora, *M.Sc* Thaís Granado, por toda paciência e disposição. Você que é uma pessoa iluminada, não mediu esforços para me ajudar. Agradeço a oportunidade de ter convivido com você no CAPS AD e por ter tido momentos de muitos ensinamentos e experiências.

Às minhas amigas de curso Ana Clara Barros, Denise Silva, Emilli Sousa e Lilia Magno, companheiras de várias experiências durante a graduação. Ter vocês ao meu lado tornou tudo mais fácil. Gratidão a Deus por ter conhecido pessoas tão especiais.

Chego ao fim da graduação com o sentimento de mais um sonho realizado.

Barbara Liliane Cardoso Costa

## RESUMO

Autora: Barbara Liliane Cardoso Costa.

Orientadora: Profa. *D.Sc* Xaene Maria Fernandes Duarte Mendonça.

Co orientadora: Profa. *Esp.* Thaís de Oliveira Carvalho Granado Santos.

**Introdução:** O Aproveitamento Integral dos Alimentos promove o fácil acesso à alimentação, torna a preparação de baixo custo e melhora o valor nutricional, além de auxiliar com a redução do lixo orgânico descartados no meio ambiente e desperdício de alimentos. As oficinas culinárias com foco na utilização integral dos alimentos estão entre as atividades terapêuticas que podem ser realizadas nos Centros de Atenção Psicossocial Álcool Drogas (CAPS AD) e que auxiliam no tratamento dos usuários de substâncias psicoativas por meio da prática e conscientização do uso integral dos alimentos. **Objetivo:** Desenvolver e avaliar oficinas culinárias a partir do uso integral dos alimentos em um CAPS AD de Belém-PA. **Material e Métodos:** Estudo de delineamento descritivo, exploratório e quanti-qualitativo realizado entre junho e outubro/2019 por meio da aplicação de formulário semiestruturado que permitiu identificar o conhecimento do público estudado acerca do uso integral dos alimentos, além da aplicação de um teste de aceitabilidade referente às preparações elaboradas durante as oficinas culinárias. **Resultados:** Participaram da pesquisa 23 usuários, em que um total de 65,2% dos entrevistados relatou não ter ouvido e não saber se já ouviu falar em uso integral dos alimentos. Com relação a aceitabilidade das preparações, o resultado foi positivo para todas as avaliações realizadas. **Conclusão:** Foi possível identificar a falta de conhecimento sobre o uso integral dos alimentos pela maioria dos usuários, indicando a necessidade de abordar o tema por meio de atividades educativas.

Palavras-chaves: Aproveitamento Integral dos Alimentos. Educação Alimentar e Nutricional. Saúde Mental.

## ABSTRACT

Author: Barbara Liliane Cardoso Costa.

Advisor: Profa. D.Sc Xaene Maria Fernandes Duarte Mendonça.

Co advisor: Prof Esp. Thaís de Oliveira Carvalho Granado Santos.

**Introduction:** *Integral Utilization of Food promotes easy access to food, makes preparation low cost and improves nutritional value, as well as assisting with the reduction of organic waste disposed in the environment and food waste. Culinary workshops focusing on the integral use of food are among the therapeutic activities that can be performed at the Psychosocial Alcohol Drugs Centers (CAPS AD) and that help in the treatment of users of psychoactive substances through the practice and awareness of the integral use of food. foods.* **Objective:** *To develop and evaluate culinary workshops from the integral use of food in a CAPS AD of Belém-PA.* **Material and Methods:** *Descriptive, exploratory and quantitative and qualitative study conducted between June and October / 2019 through the application of a semi-structured form that allowed the identification of the public's knowledge about the full use of food, in addition to the application of a food test. acceptability concerning preparations prepared during culinary workshops.* **Results:** *23 users participated in the survey, in which a total of 65.2% of respondents reported not having heard and not knowing if they have heard about full use of food. Regarding the acceptability of the preparations, the result was positive for all evaluations performed.* **Conclusion:** *It was possible to identify the lack of knowledge about the integral use of food by most users, indicating the need to address the theme through educational activities.*

**Keywords:** *Full utilization of food. Food and Nutrition Education. Mental health.*

## LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

CEP	Comitê de Ética em Pesquisa
AIA	Aproveitamento Integral dos Alimentos
FAO	Organização das Nações Unidas para Alimentação e Agricultura
ABRELPE	Associação Brasileira das Empresas de Limpeza Pública e Resíduos Especiais
RSU	Resíduos Sólidos Urbanos
EAN	Educação Alimentar e Nutricional
CAPS AD	Centro de Atenção Psicossocial Álcool Drogas
TCLE	Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

## LISTA DE FIGURAS E TABELAS

**TABELA 1** – Perfil sociodemográfico dos usuários do Centro de Atenção Psicossocial Álcool e outras Drogas (CAPS AD), Belém-PA, 2019.

**TABELA 2** – Conhecimento dos usuários de um Centro de Atenção Psicossocial Álcool Drogas (CAPS AD) sobre uso integral dos alimentos, Belém-PA, 2019.

**FIGURA 1** – Nuvem de Palavras construída pela Plataforma IRAMUTEQ a partir do corpus formado pelas respostas dos usuários participantes da pesquisa à pergunta “O que você entende sobre o assunto?”, Belém-PA, 2019.

**TABELA 3** – Resultado do teste de aceitabilidade das preparações elaboradas nas oficinas culinárias pelos usuários do CAPS AD, Belém-PA, 2019.

## SUMÁRIO

<b>1</b>	<b>INTRODUÇÃO.....</b>	<b>10</b>
<b>2</b>	<b>OBJETIVOS .....</b>	<b>12</b>
<b>2.1</b>	<b>Objetivo Geral.....</b>	<b>12</b>
<b>2.2</b>	<b>Objetivos Específicos .....</b>	<b>12</b>
<b>3</b>	<b>MATERIAL E MÉTODOS .....</b>	<b>13</b>
<b>5</b>	<b>ARTIGO CIENTÍFICO – REVISTA ELETRÔNICA ACERVO SAÚDE .....</b>	<b>18</b>
	APÊNDICE A – Formulário de avaliação (sociodemográfico e conhecimento sobre uso integral dos alimentos) aplicado com os usuários de um CAPS AD, Belém-PA, 2019.....	31
	APÊNDICE B – Fichas técnicas de preparação das receitas elaboradas com uso integral dos alimentos nas oficinas culinárias em um CAPS AD, Belém-PA, 2019...	32
	ANEXO A – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido – TCLE.....	38
	ANEXO B – Normas da Revista Eletrônica Acervo Saúde.....	40
	ANEXO C – Arco da metodologia de problematização de Maguerez.....	44

## APRESENTAÇÃO

O presente Trabalho de Conclusão de Curso Intitulado “Desenvolvimento e avaliação de oficinas culinárias a partir do uso integral dos alimentos em um CAPS AD” está estruturado para apresentação em formato de artigo científico e a sua redação obedece às orientações definidas pela Revista Eletrônica Acervo Saúde em conformidade com as instruções aos autores para a preparação dos manuscritos (<https://acervomais.com.br/index.php/saude/como-publicar-artigos>). A partir da página 13 toda a formatação segue a orientação da revista escolhida para o encaminhamento do manuscrito.

Profa. Dra. Xaene Maria Fernandes Duarte Mendonça.

(Orientadora)

## 1 INTRODUÇÃO

Apesar de cerca de 16 milhões de pessoas viverem na pobreza extrema no Brasil, observa-se nos últimos anos um aumento expressivo do excesso de peso da população, redirecionando para um novo problema de saúde relacionado à alimentação, nutrição e obesidade. O aumento nos níveis de obesidade no Brasil e em outros países em desenvolvimento está relacionado à má nutrição em função do aumento no consumo de alimentos industrializados em detrimento do consumo de alimentos in natura, caracterizando a chamada transição nutricional (CARDOSO *et al.* 2015).

Em contrapartida, segundo dados de 2018 da Organização das Nações Unidas para Alimentação e Agricultura (FAO), nos últimos três anos a fome atingia cerca de 821 milhões de pessoas no mundo, o que representa 11% da população mundial. No Brasil, a fome estagnou-se em 5 milhões de pessoas, no entanto há o alerta para o risco de crescimento da fome no país. Segundo Gondim *et al.* (2005), o Brasil produz 140 milhões de toneladas de alimentos por ano, sendo um dos maiores produtores agrícolas do mundo, no entanto, há milhões de excluídos, sem acesso ao alimento em quantidade e/ou qualidade suficiente.

O uso abusivo de álcool e outras drogas altera a percepção que os usuários têm de si mesmos, interferindo nos hábitos alimentares e no estado nutricional podendo levar a desnutrição e ao sobrepeso. As alterações nutricionais sofridas pelos usuários de álcool e outras drogas são em decorrer de uma dieta pobre em frutas e vegetais e rica em gorduras e açúcares o que leva a observar altos índices de sobrepeso e obesidade nesses indivíduos, além de fatores associados à má nutrição que incluem a anorexia induzida pelo uso de álcool e outras drogas (TOFFOLO; MARLIÉRE; NEMER, 2013; FERREIRA *et al.* 2015).

De acordo com Cardoso *et al.* (2015), o Aproveitamento Integral dos Alimentos (AIA) vem se tornando uma alternativa para o problema da fome e má alimentação no mundo, assim como contribuindo para a redução de resíduos alimentares e também para a diminuição do desperdício de alimentos com grande valor nutricional. Utilizar o alimento de forma integral promove o fácil acesso à alimentação, torna a preparação de baixo custo e melhora o valor nutricional, além

de auxiliar para a redução do lixo orgânico e assim reduzir os impactos ambientais provenientes do lançamento de resíduos ao meio ambiente (VIEIRA *et al.* 2013).

De acordo com a Associação Brasileira das Empresas de Limpeza Pública e Resíduos Especiais (ABRELPE) são produzidos 78,4 milhões de toneladas de Resíduos Sólidos Urbanos (RSU) por ano no Brasil. Cada brasileiro gera mais de um quilo de lixo/resíduo por dia, sendo que mais da metade desse total (51,4%) é representado por resíduo orgânico, composto na maior parte de alimentos desprezados. Utilizar a parte orgânica desses resíduos tais como folhas, talos, cascas, sementes e hortaliças não convencionais permitem uma prática sustentável e ecologicamente correta, além de melhorar a qualidade nutricional das preparações (AIOLFI; BASSO, 2013; ABRELPE, 2017; INSTITUTO AKATU, 2017).

Os Centros de Atenção Psicossocial Álcool Drogas (CAPS AD) são espaços destinados ao desenvolvimento de atividades terapêuticas que auxiliam no tratamento dos usuários de substâncias psicoativas. Dentre as atividades terapêuticas realizadas, as oficinas culinárias se configuram como atividades de Educação Alimentar e Nutricional (EAN) com a finalidade de promover a autonomia quanto à escolha de hábitos alimentares saudáveis que levem à condição nutricional mais satisfatória, bem como a difusão de informações sobre o valor nutritivo dos alimentos, aliada a esclarecimentos sobre aproveitamento integral dos alimentos que contemplam comunidades de baixa renda em prol da promoção da saúde (BRASIL, 2004; REZENDE; NEGRI, 2015).

Considerando as consequências nutricionais provenientes do uso de substâncias psicoativas, as oficinas culinárias como atividades terapêuticas são desenvolvidas para incentivar o uso integral dos alimentos e de plantas não convencionais através das preparações culinárias, como também fornecer informações e orientações sobre alimentação saudável aproveitando o alimento na sua integralidade e assim contribuir para a redução do desperdício de alimentos com alto valor nutricional. Diante disso, o objetivo desse estudo foi desenvolver e avaliar oficinas culinárias a partir do uso integral dos alimentos em um CAPS AD de Belém-PA.

## **2 OBJETIVOS**

### **2.1 Objetivo Geral**

Desenvolver e avaliar oficinas culinárias a partir do uso integral dos alimentos em um CAPS AD de Belém-PA.

### **2.2 Objetivos Específicos**

- Traçar o perfil sociodemográfico de usuários do Centro de Atenção Psicossocial Álcool e outras Drogas (CAPS AD);
- Investigar o conhecimento dos usuários através de um formulário sobre o Uso Integral dos Alimentos;
- Avaliar a aceitabilidade das preparações desenvolvidas nas oficinas culinárias;
- Elaborar fichas técnicas de todas as preparações desenvolvidas nas oficinas culinárias.

### 3 MATERIAL E MÉTODOS

Trata-se de um estudo de delineamento descritivo, exploratório e quanti-qualitativo realizado por meio da aplicação de formulário semiestruturado que permitiu identificar o conhecimento do público estudado acerca do uso integral dos alimentos, assim como aplicação de um teste de aceitabilidade das preparações elaboradas durante as oficinas culinárias com a participação de usuários de um Centro de Atenção Psicossocial Álcool e outras Drogas (CAPS AD) do Município de Belém/PA. A instituição realiza acolhimento de cerca de 50 novos usuários por mês.

O presente estudo faz parte do projeto de pesquisa intitulado “Atividades educativas multidisciplinares e perfil sociodemográfico, epidemiológico, nutricional, e bioquímico de usuários atendidos em um Centro de Atenção de Psicossocial para usuários de álcool e outras drogas no município de Belém-PA”, aprovado pelos Comitês de Ética em Pesquisa (CEP) da Universidade Federal do Pará (UFPA) e Fundação Santa Casa de Misericórdia do Pará (FSCMPA) sob número CAEE: 92460218.0.3001.0018 e 92460218.0.0000.5171 e sob Parecer de número: 3.592.461 e 3.046.597, respectivamente.

A coleta de dados foi realizada no período de junho a outubro de 2019 e contou com a participação de 23 usuários de ambos os gêneros que tiveram suas respostas gravadas e posteriormente transcritas para análise qualitativa. Para o cálculo amostral, considerou-se uma média de 50 novos acolhimentos mensais e um nível de confiança de 95%. O formulário semiestruturado possuía dados sociodemográficos (grau de escolaridade, gênero, renda familiar, estado civil, faixa etária, situação de moradia, filhos e trabalho remunerado) e dados referentes à avaliação do conhecimento acerca do uso integral dos alimentos (entendimento sobre o assunto, vantagens da utilização integral, preparações e aceitabilidade de receitas). As oficinas culinárias foram desenvolvidas no mesmo período das entrevistas e eram realizadas com um número aleatório de usuários de acordo com a frequência destes às atividades em grupo e conforme o Plano Terapêutico Singular (PTS) estabelecido entre o técnico e o usuário.

A aplicação dos formulários de avaliação foi realizada de forma única na primeira entrevista com cada usuário, logo após a assinatura do Termo de

Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), em que após o término das entrevistas os mesmos eram convidados a participar das oficinas culinárias.

A realização das oficinas culinárias apresentou como aporte teórico o Arco de Maguerez proposto por Charles Maguerez o qual foi elaborado na década de 70 do século XX, tornado público por Bordenave e Pereira (1989) a partir de 1977 e tem como base a aplicação da Metodologia de Problematização. O Arco de Maguerez esteve disponível, por muito tempo, no livro de Bordenave e Pereira inspirado em Paulo Freire e aplicado como um método de Educação Problematizadora (COLOMBO; BERBEL, 2007).

Seguindo a metodologia proposta, este estudo foi baseado em cinco etapas:

- 1) Observação da Realidade: foi realizada a observação da realidade através de um formulário que possuía perguntas abertas e fechadas sobre o perfil sociodemográfico e conhecimento do usuário com relação ao uso integral dos alimentos, se consumiriam uma preparação que utiliza cascas, talos, sementes e outros alimentos não convencionais, se já prepararam uma receita utilizando integralmente os alimentos, além de questionar se há vantagens ou não no uso integral dos alimentos;
- 2) Pontos-Chave: de acordo com as respostas foram selecionadas receitas para preparações de baixo custo e fácil preparo que utilizassem alimentos não convencionais durante as oficinas culinárias;
- 3) Teorização: busca por artigos sobre o uso integral dos alimentos e apresentação do tema aos usuários em todas as oficinas culinárias;
- 4) Hipóteses de solução: para incentivar a elaboração de preparações que incluíssem o uso integral dos alimentos, foram selecionadas receitas fáceis e de baixo custo, assim como a promoção da educação alimentar e nutricional por meio das oficinas culinárias e incentivo para que os usuários aprendessem a preparar seu próprio alimento de uma forma saudável e sustentável;
- 5) Aplicação à Realidade: realizada através de oficinas culinárias com receitas elaboradas a partir do uso integral dos alimentos incluindo talos, sementes, folhas, cascas de frutas e legumes, além de outros ingredientes não convencionais como o capim santo. A oficina culinária foi desenvolvida na cozinha da instituição que possui eletrodomésticos básicos como fogão e geladeira. Os utensílios utilizados nas oficinas como liquidificador, bacias, xícaras, formas e colheres foram disponibilizados pela equipe de Nutrição. Antes do início das oficinas culinárias, os usuários foram orientados quanto ao processo de higienização das

mãos, receberam toucas descartáveis e uma cópia impressa da receita contendo a lista de ingredientes e o modo de preparo das receitas elaboradas.

Foram elaboradas 06 (seis) oficinas culinárias com a oferta de 01 (uma) preparação com uso integral dos alimentos por oficina, sendo elas: bolo de casca de banana, bolo de capim santo, torta com talos e cascas, bolo de casca de abóbora, pizza com recheio de talos e bolo de casca de abacaxi.

A avaliação da aceitabilidade das preparações foi realizada ao final de cada oficina culinária pelos usuários que participaram das oficinas e colaboradores do serviço. Estes receberam porções da receita elaborada e responderam a avaliação, adotando-se os critérios: “ótimo”, “bom”, “regular” e “ruim” para os itens: “aparência”, “sabor” e “textura”. Foram consideradas aceitáveis as receitas que apresentaram somatório maior que 50% nos critérios “bom” e “ótimo” para todos os quesitos (GELBCKE; FERNANDES; CARBALLO, 2012).

Os dados coletados durante os testes para realização das receitas aplicadas nas oficinas culinárias foram utilizados para construção de Fichas Técnicas de Preparação (FTP).

Os dados coletados foram organizados em um banco de dados usando o programa Microsoft Office Excel® 2013 para descrição posterior por meio de tabelas descritivas. Para análise qualitativa, os dados foram processados pela plataforma IRAMUTEQ (*Interface de R pour lês Analyses Multidimensionnelles de Textes et de Questionnaires*). A plataforma, que é um programa livre que se ancora no *software R* e permite processamento e análises estatísticas de textos, foi criada por Pierre Ratinaud e mantida até 2009 na língua francesa, atualmente conta com dicionários completos em várias línguas e tem sido utilizado no Brasil desde 2013, propiciando várias formas de análises de textos, como as textuais clássicas, de especificidades, similitude e nuvem de palavras (SOUZA *et al.* 2018). Nesse estudo, utilizou-se o método de Nuvens de Palavras para analisar estatisticamente as falas dos usuários do CAPS AD.

## REFERÊNCIAS

AIOLFI, Andréa Hachmann; BASSO, Cristiana. **Preparações elaboradas com aproveitamento integral dos alimentos**. *Disciplinarum Scientia. Série: Ciências da Saúde*, Santa Maria, v. 14, n. 1, p. 109-114, 2013.

Associação Brasileira das Empresas de Limpeza Pública e Resíduos Especiais (ABRELPE). **Panorama dos Resíduos Sólidos no Brasil**, 2017. 14 p.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Saúde Mental no SUS: Os Centros de Atenção Psicossocial**. Série F. Comunicação e Educação em Saúde. Brasília, DF, 2004. 24 p.

CARDOSO, F. T. *et al.* **Aproveitamento integral de alimentos e o seu impacto na saúde**. *Sustentabilidade em Debate - Brasília*, v. 6, n. 3, p. 131-143, set/dez, 2015.

COLOMBO, Andréa Aparecida; BERBEL, Neusi Aparecida Navas. **A Metodologia da Problematização com o Arco de Maguerez e sua relação com os saberes de professores**. *Semina: Ciências Sociais e Humanas, Londrina*, v. 28, n. 2, p. 121-146, jul./dez., 2007.

FERREIRA, I. B. *et al.* **Estado nutricional e hábitos alimentares de dependentes químicos em tratamento ambulatorial**. *J Bras Psiquiatr*, v. 64, n. 2, p.146-53, 2015.

GELBCKE, G.; FERNANDES, A. C.; CARBALLO, T. S. L. **Desenvolvimento de sobremesas *diet* e *light* e sua inclusão no cardápio de uma unidade de alimentação e nutrição**. *Demetra: Nutrição e Saúde*, v. 7, n. 1, p. 3-12, 2012.

GONDIM, Jussara A. M. *et al.* **Composição centesimal e de minerais em cascas de frutas**. *Ciênc. Tecnol. Aliment.*, Campinas, v. 25, n. 4, p. 825-827, out.-dez., 2005.

INSTITUTO AKATU. **Reciclar é bom, mas reduzir o volume de resíduos é ainda melhor**, 2017. Disponível em: <https://www.akatu.org.br/noticia/reciclarereduzir/>. Acesso em: 31 mai. 2019.

Organização das Nações Unidas para a Alimentação e a Agricultura (FAO). **No dia Mundial da Alimentação, nossas ações são nosso futuro**, 2018. Disponível em: <<https://nacoesunidas.org/artigo-no-dia-mundial-da-alimentacao-nossas-acoes-sao-o-nosso-futuro/>>. Acesso em: 30 mai. 2019.

REZENDE, Maria de Fátima; NEGRI, Sônia Teresinha. **Educação alimentar e nutricional associada a oficinas culinárias com alunos em uma escola pública**. Extensio: R. Eletr. de Extensão, Florianópolis, v. 12, n. 20, p.21-35, 2015.

SOUZA, M. *et al.* **O uso do software IRAMUTEQ na análise de dados em pesquisas qualitativas**. Revista da Escola de Enfermagem da USP, 52:e03353, 2018.

TOFFOLO, C. F.; MARLIÉRE, A.; NEMER, S. **Adequação da alimentação oferecida para alcoolistas em tratamento e seu impacto nutricional**. Nutr. clín. diet. hosp., v. 33, n. 2, p.50-55, 2013.

VIEIRA, L. S. *et al.* **Aproveitamento integral de alimentos: desenvolvimento de bolos de banana destinados à alimentação escolar**. Revista da Universidade Vale do Rio Verde, Três Corações, v. 11, n. 1, p. 185-194, jan./jul., 2013.

## 5 ARTIGO CIENTÍFICO – REVISTA ELETRÔNICA ACERVO SAÚDE DESENVOLVIMENTO E AVALIAÇÃO DE OFICINAS CULINÁRIAS A PARTIR DO USO INTEGRAL DOS ALIMENTOS EM UM CAPS AD

Development and evaluation of culinary workshops from full use of foods in an ad  
caps

Desarrollo y evaluación de talleres culinarios del uso completo de alimentos en un  
tapones ad

Barbara Liliane Cardoso Costa<sup>1\*</sup>, Xaene Maria Fernandes Duarte Mendonça<sup>1</sup>, Thaís de Oliveira Carvalho Granado Santos<sup>2</sup>, Lilia Magno de Abreu Teixeira<sup>1</sup>, Jamillie Suelen dos Prazeres Campo<sup>3</sup>, Fernanda Maria Lima Moura<sup>1</sup>, Patrícia Miranda Mendes<sup>1</sup>.

<sup>1</sup> Universidade Federal do Pará (UFPA), Belém-PA, Brasil. \* E-mail: [barbara.cardoso181@gmail.com](mailto:barbara.cardoso181@gmail.com)

<sup>2</sup> Secretaria Municipal de Saúde (SESMA), Belém-PA, Brasil.

<sup>3</sup> Secretaria de Saúde do Estado do Pará (SESPA), Belém-PA, Brasil.

### RESUMO

**Objetivo:** Desenvolver e avaliar oficinas culinárias a partir do uso integral dos alimentos em um CAPS AD de Belém-PA. **Métodos:** Estudo de delineamento descritivo, exploratório e quanti-qualitativo, conduzido com 23 indivíduos de ambos os gêneros, idade de 19 a 69 anos. Os usuários foram investigados quanto ao conhecimento acerca do uso integral dos alimentos e dados sociodemográficos. A realização de oficinas culinárias apresentou como aporte teórico o Arco de Maguerez proposto por Charles Maguerez. Os dados coletados para análise qualitativa foram processados pela plataforma IRAMUTEQ. O estudo faz parte de projeto aprovado por Comitês de Ética em Pesquisa. **Resultados:** A amostra apresentou maioria masculina (87%), sem rendimento (60,9%), com ensino médio completo (43,6%). Destes, (65,2%) relatou não ter ouvido e não saber se já ouviu falar em uso integral dos alimentos. Com relação à aceitabilidade das preparações elaboradas nas oficinas culinárias, todas foram aprovadas, pois tiveram aceitação bastante acima do ponto de corte estabelecido considerando o critério “ótimo” (50%). **Conclusão:** Foi possível identificar a falta de conhecimento sobre o uso integral dos alimentos pela maioria dos usuários, indicando a necessidade de abordar o tema por meio de atividades educativas.

**Palavras-chave:** Aproveitamento Integral dos Alimentos, Educação Alimentar e Nutricional, Saúde Mental.

## ABSTRACT

**Objective:** To develop and evaluate culinary workshops based on their full use of food in a CAPS AD in Belém-PA. **Methods:** Descriptive, exploratory and quantitative study, conducted with 23 individuals of both gender, aged 19 to 69 years. Users were investigated regarding knowledge about the integral use of food and sociodemographic data. The conduction of culinary workshops presented as theoretical basis the Maguerez Arch proposed by Charles Maguerez. The data collected for qualitative analysis were processed by the IRAMUTEQ platform. The study is part of a project approved by Research Ethics Committees. **Results:** The sample had a male majority (87%), without income (60.9%), with complete high school (43.6%). Of these, (65.2%) reported not having heard and not knowing if they had heard about full use of food. Regarding the acceptability of the preparations prepared in the culinary workshops, all were approved because they had acceptance well above the established cutoff point considering the "optimal" criterion (50%). **Conclusion:** It was possible to identify the lack of knowledge about the integral use of food by most users, indicating the need to address the theme through educational activities.

**Key words:** Full utilization of food, Food and Nutrition Education, Mental health.

## RESUMEN

**Objetivo:** Desarrollar y evaluar talleres culinarios basados en su uso completo de los alimentos en un CAPS AD en Belém-PA. **Métodos:** Estudio descriptivo, exploratorio y cuantitativo, realizado con 23 individuos de ambos género, de 19 a 69 años. Los usuarios fueron investigados con respecto al conocimiento sobre el uso integral de los alimentos y los datos sociodemográficos. La realización de talleres culinarios presentó como base teórica el Arco de Maguerez propuesto por Charles Maguerez. Los datos recopilados para el análisis cualitativo fueron procesados por la plataforma IRAMUTEQ. El estudio es parte de un proyecto aprobado por los Comités de Ética de Investigación. **Resultados:** La muestra tenía una mayoría masculina (87%), sin ingresos (60,9%), con educación secundaria completa (43,6%). De estos, el (65,2%) informaron no haber escuchado y no saber si habían escuchado sobre el uso completo de los alimentos. En cuanto a la aceptabilidad de las preparaciones preparadas en los talleres culinarios, todas fueron aprobadas, ya que tenían una aceptación muy por encima del punto de corte establecido considerando el criterio "óptimo" (50%). **Conclusión:** Fue posible identificar la falta de conocimiento sobre el uso integral de los alimentos por parte de la mayoría de los usuarios, lo que indica la necesidad de abordar el tema a través de actividades educativas.

**Palabras clave:** Plena utilización de los alimentos, Educación Alimentaria y Nutricional, Salud Mental.

## INTRODUÇÃO

Apesar de cerca de 16 milhões de pessoas viverem na pobreza extrema no Brasil, observa-se nos últimos anos um aumento expressivo do excesso de peso da população, redirecionando para um novo problema de saúde relacionado à alimentação, nutrição e obesidade. O aumento nos níveis de obesidade no Brasil e em outros países em desenvolvimento está relacionado à má nutrição em função do aumento no consumo de alimentos industrializados em detrimento do consumo de alimentos in natura, caracterizando a chamada transição nutricional (CARDOSO FT, et al., 2015).

Em contrapartida, segundo dados de 2018 da Organização das Nações Unidas para Alimentação e Agricultura (FAO), nos últimos três anos a fome atingia cerca de 821 milhões de pessoas no

mundo, o que representa 11% da população mundial. No Brasil, a fome estagnou-se em 5 milhões de pessoas, no entanto há o alerta para o risco de crescimento da fome no país. Segundo Gondim et al. (2005), o Brasil produz 140 milhões de toneladas de alimentos por ano, sendo um dos maiores produtores agrícolas do mundo, no entanto, há milhões de excluídos, sem acesso ao alimento em quantidade e/ou qualidade suficiente.

O uso abusivo de álcool e outras drogas altera a percepção que os usuários têm de si mesmos, interferindo nos hábitos alimentares e no estado nutricional podendo levar a desnutrição e ao sobrepeso. As alterações nutricionais sofridas pelos usuários de álcool e outras drogas são em decorrência de uma dieta pobre em frutas e vegetais e rica em gorduras e açúcares o que leva a observar altos índices de sobrepeso e obesidade nesses indivíduos, além de fatores associados à má nutrição que incluem a anorexia induzida pelo uso de álcool e outras drogas (TOFFOLO CF, et al., 2013; FERREIRA IB, et al., 2015).

De acordo com Cardoso FT et al. (2015), o Aproveitamento Integral dos Alimentos (AIA) vem se tornando uma alternativa para o problema da fome e má alimentação no mundo, assim como contribuindo para a redução de resíduos alimentares e também para a diminuição do desperdício de alimentos com grande valor nutricional. Utilizar o alimento de forma integral promove o fácil acesso à alimentação, torna a preparação de baixo custo e melhora o valor nutricional, além de auxiliar para a redução do lixo orgânico e assim reduzir os impactos ambientais provenientes do lançamento de resíduos ao meio ambiente (VIEIRA LS, et al., 2013).

De acordo com a Associação Brasileira das Empresas de Limpeza Pública e Resíduos Especiais (ABRELPE) são produzidos 78,4 milhões de toneladas de Resíduos Sólidos Urbanos (RSU) por ano no Brasil. Cada brasileiro gera mais de um quilo de lixo/resíduo por dia, sendo que mais da metade desse total (51,4%) é representado por resíduo orgânico, composto na maior parte de alimentos desprezados. Utilizar a parte orgânica desses resíduos tais como folhas, talos, cascas, sementes e hortaliças não convencionais permitem uma prática sustentável ecologicamente correta, além de melhorar a qualidade nutricional das preparações (AIOLFI AH e BASSO C, 2013; ABRELPE, 2017; INSTITUTO AKATU, 2017).

Os Centros de Atenção Psicossocial Álcool Drogas (CAPS AD) são espaços destinados ao desenvolvimento de atividades terapêuticas que auxiliam no tratamento dos usuários de substâncias psicoativas. Dentre as atividades terapêuticas realizadas, as oficinas culinárias se configuram como atividades de Educação Alimentar e Nutricional (EAN) com a finalidade de promover a autonomia quanto à escolha de hábitos alimentares saudáveis que levem à condição nutricional mais satisfatória, bem como a difusão de informações sobre o valor nutritivo dos alimentos, aliada a esclarecimentos sobre aproveitamento integral dos alimentos que contemplam comunidades de baixa renda em prol da promoção da saúde (BRASIL, 2004; REZENDE MF e NEGRI ST, 2015).

Considerando as consequências nutricionais provenientes do uso de substâncias psicoativas, as oficinas culinárias são desenvolvidas para incentivar o uso integral dos alimentos e de plantas não convencionais através das preparações culinárias, como também fornecer informações e orientações

sobre alimentação saudável aproveitando o alimento na sua integralidade e assim contribuir para a redução do desperdício de alimentos com alto valor nutricional. Diante disso, o objetivo desse estudo foi desenvolver e avaliar oficinas culinárias a partir do uso integral dos alimentos em um CAPS AD de Belém-PA.

## **MÉTODOS**

Trata-se de um estudo de delineamento descritivo, exploratório e quanti-qualitativo realizado por meio da aplicação de formulário semiestruturado que permitiu identificar o conhecimento do público estudado acerca do uso integral dos alimentos, assim como aplicação de um teste de aceitabilidade das preparações elaboradas durante as oficinas culinárias com a participação de usuários de um Centro de Atenção Psicossocial Álcool e outras Drogas (CAPS AD) do Município de Belém/PA. A instituição realiza acolhimento de cerca de 50 novos usuários por mês.

O presente estudo faz parte do projeto de pesquisa intitulado “Atividades educativas multidisciplinares e perfil sociodemográfico, epidemiológico, nutricional, e bioquímico de usuários atendidos em um Centro de Atenção de Psicossocial para usuários de álcool e outras drogas no município de Belém-PA”, aprovado pelos Comitês de Ética em Pesquisa (CEP) da Universidade Federal do Pará (UFPA) e Fundação Santa Casa de Misericórdia do Pará (FSCMPA) sob número CAEE: 92460218.0.3001.0018 e 92460218.0.0000.5171 e sob Parecer de número: 3.592.461 e 3.046.597, respectivamente.

A coleta de dados foi realizada no período de junho a outubro de 2019 e contou com a participação de 23 usuários de ambos os gêneros que tiveram suas respostas gravadas e posteriormente transcritas para análise qualitativa. Para o cálculo amostral, considerou-se uma média de 50 novos acolhimentos mensais e um nível de confiança de 95%. O formulário semiestruturado possuía dados sociodemográficos (grau de escolaridade, gênero, renda familiar, estado civil, faixa etária, situação de moradia, filhos e trabalho remunerado) e dados referentes à avaliação do conhecimento acerca do uso integral dos alimentos (entendimento sobre o assunto, vantagens da utilização integral, preparações e aceitabilidade de receitas). As oficinas culinárias foram desenvolvidas no mesmo período das entrevistas e eram realizadas com um número aleatório de usuários de acordo com a frequência destes às atividades em grupo e conforme o Plano Terapêutico Singular (PTS) estabelecido entre o técnico e o usuário.

A aplicação dos formulários de avaliação foi realizada em 23 momentos com os usuários, logo após a assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), em que após o término das entrevistas os mesmos eram convidados a participar das oficinas culinárias.

A realização das oficinas culinárias apresentou como aporte teórico o Arco de Maguerez proposto por Charles Maguerez o qual foi elaborado na década de 70 do século XX, tornado público por Bordenave e Pereira (1989) a partir de 1977 e tem como base a aplicação da Metodologia de Problematização. O Arco de Maguerez esteve disponível, por muito tempo, no livro de Bordenave e

Pereira inspirado em Paulo Freire e aplicado como um método de Educação Problematicadora (COLOMBO AA e BERBEL NA, 2007).

Seguindo a metodologia proposta, este estudo foi baseado em cinco etapas: 1) Observação da Realidade: foi realizada a observação da realidade através de um formulário que possuía perguntas abertas e fechadas sobre o perfil sociodemográfico e conhecimento do usuário com relação ao uso integral dos alimentos, se consumiriam uma preparação que utiliza cascas, talos, sementes e outros alimentos não convencionais, se já prepararam uma receita utilizando integralmente os alimentos, além de questionar se há vantagens ou não no uso integral dos alimentos; 2) Pontos-Chave: de acordo com as respostas foram selecionadas receitas para preparações de baixo custo e fácil preparo que utilizassem alimentos não convencionais durante as oficinas culinárias; 3) Teorização: busca por artigos sobre o uso integral dos alimentos e apresentação do tema aos usuários em todas as oficinas culinárias; 4) Hipóteses de solução: para incentivar a elaboração de preparações que incluíssem o uso integral dos alimentos, foram selecionadas receitas fáceis e de baixo custo, assim como a promoção da educação alimentar e nutricional por meio das oficinas culinárias e incentivo para que os usuários aprendessem a preparar seu próprio alimento de uma forma saudável e sustentável; 5) Aplicação à Realidade: realizada através de oficinas culinárias com receitas elaboradas a partir do uso integral dos alimentos incluindo talos, sementes, folhas, cascas de frutas e legumes, além de outros ingredientes não convencionais como o capim santo. A oficina culinária foi desenvolvida na cozinha da instituição que possui eletrodomésticos básicos como fogão e geladeira. Os utensílios utilizados nas oficinas como liquidificador, bacias, xícaras, formas e colheres foram disponibilizados pela equipe de Nutrição. Antes do início das oficinas culinárias, os usuários foram orientados quanto ao processo de higienização das mãos, receberam toucas descartáveis e uma cópia impressa da receita contendo a lista de ingredientes e o modo de preparo das receitas elaboradas.

Foram elaboradas 06 (seis) oficinas culinárias com a oferta de 01 (uma) preparação com uso integral dos alimentos por oficina, sendo elas: bolo de casca de banana, bolo de capim santo, torta com talos e cascas, bolo de casca de abóbora, pizza com recheio de talos e bolo de casca de abacaxi.

A avaliação da aceitabilidade das preparações foi realizada ao final de cada oficina culinária pelos usuários que participaram das oficinas e colaboradores do serviço. Estes receberam porções da receita elaborada e responderam a avaliação, adotando-se os critérios: “ótimo”, “bom”, “regular” e “ruim” para os itens: “aparência”, “sabor” e “textura”. Foram consideradas aceitáveis as receitas que apresentaram somatório maior que 50% nos critérios “bom” e “ótimo” para todos os quesitos (GELBCKE G, et al., 2012).

Os dados coletados durante os testes para realização das receitas aplicadas nas oficinas culinárias foram utilizados para construção de Fichas Técnicas de Preparação (FTP).

Os dados coletados foram organizados em um banco de dados usando o programa Microsoft Office Excel® 2013 para descrição posterior por meio de tabelas descritivas. Para análise qualitativa,

os dados foram processados pela plataforma IRAMUTEQ (Interface de R pour lês Analyses Multidimensionnelles de Textes et de Questionnaires). A plataforma, que é um programa livre que se ancora no software R e permite processamento e análises estatísticas de textos, foi criada por Pierre Ratinaud e mantida até 2009 na língua francesa, atualmente conta com dicionários completos em várias línguas e tem sido utilizado no Brasil desde 2013, propiciando várias formas de análises de textos, como as textuais clássicas, de especificidades, similitude e nuvem de palavras (SOUZA M, et al., 2018). Nesse estudo, utilizou-se o método de Nuvens de Palavras para analisar estatisticamente as falas dos usuários do CAPS AD.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

### Observação da Realidade:

Foi investigado o perfil sociodemográfico e o conhecimento dos usuários de um Centro de Atenção Psicossocial Álcool Drogas sobre o uso integral dos alimentos. Participaram da pesquisa 23 usuários, sendo 3 (13%) do gênero feminino e 20 (87%) do gênero masculino, os quais apresentaram idade variando de 19 a 69 anos e idade média de 44 anos, com o ensino médio completo como escolaridade predominante (43,6%), com destaque para o ensino fundamental incompleto compondo 26,1% da amostra. Dos entrevistados, (73,9%) tinham filhos e eram solteiros. Quanto à situação de moradia, (65,2%) possuíam casa própria e (13,1%) estavam em situação de rua. Em relação ao trabalho, a maioria (78,3%) não realizava trabalho remunerado. A opção sem rendimento foi relatada pela maioria dos investigados (60,9%) quando questionada a renda familiar (**Tabela 1**).

**Tabela 1** - Perfil sociodemográfico dos usuários do Centro de Atenção Psicossocial Álcool Drogas (CAPS AD), Belém-PA, 2019.

<b>Variáveis sociodemográficas</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
<b>Gênero</b>		
Feminino	3	13
Masculino	20	87
<b>Filhos</b>		
Sim	17	73,9
Não	6	26,1
<b>Faixa etária (anos)</b>		
19 a 39	7	30,4
40 a 59	13	56,6
≥ 60	3	13
<b>Escolaridade</b>		
Sem escolaridade	1	4,3
Fundamental incompleto	6	26,1
Fundamental completo	1	4,3
Médio incompleto	2	8,7
Médio completo	10	43,6
Superior incompleto	2	8,7
Superior completo	1	4,3

<b>Estado Civil</b>		
Solteiro	17	73,9
Casado	3	13,1
Divorciado	1	4,3
União estável	2	8,7
<b>Trabalho remunerado</b>		
Sim	5	21,7
Não	18	78,3
<b>Renda familiar</b>		
<1 salário	1	4,3
1 a 2 salários	7	30,5
2 a 3 salários	1	4,3
Sem rendimento	14	60,9
<b>Situação de moradia</b>		
Casa própria	15	65,2
Rua	3	13,1
Abrigo	1	4,3
Outro	4	17,4
<b>Total</b>	<b>23</b>	<b>100</b>

Fonte: Dados da pesquisa, 2019.

Em estudos que avaliam o perfil sociodemográfico de dependentes de álcool e outras drogas atendidos em centros de atenção psicossocial no país, observa-se uma prevalência quanto ao gênero masculino. Oliveira VC et al. (2017) concluíram, no que diz respeito a variável gênero, que o público de maior atendimento era do sexo masculino (92%) com uma amostra de 163 participantes. Dados semelhantes foram encontrados nos estudos de Mastroianni FC et al. (2016), em que (84%) dos atendimentos seria destinado ao público masculino em uma amostra de 577 pacientes e, nos estudos de Câmara HS e Martins ML (2017) que com uma amostra de 50 usuários, constataram que (78%) dos indivíduos eram do sexo masculino, dados semelhantes aos encontrados neste estudo. Quanto a faixa etária, os estudos mencionados acima apontam uma faixa etária de 19 a 65 anos, prevalecendo indivíduos solteiros e, quanto a escolaridade, a maioria tinha apenas o ensino fundamental incompleto. Observa-se semelhança referente à faixa etária, no entanto os dados deste estudo indicam maior nível de escolaridade em comparação aos estudos citados anteriormente.

Quanto ao conhecimento dos usuários sobre o uso integral dos alimentos, um total de 65,2% dos entrevistados relatou não ter ouvido e não saber se já ouviu falar em uso integral dos alimentos, (47,9%) afirmou não ter consumido uma receita elaborada com uso integral dos alimentos e 30,4% disseram não saber se haviam consumido a mesma. Dos participantes, (100%) afirmaram que consumiriam uma preparação com uso integral dos alimentos. Em relação ao preparo de receitas com uso integral dos alimentos, a maioria (69,6%) não havia preparado receitas e os que realizaram a preparação (30,4%), disseram ser uma receita fácil e rápida de fazer (71,4%), sendo que (100%) dos disseram ter gostado da preparação. No que se refere ao preparo de receitas com alimentos não

convencionais, (91,3%) relataram que não utilizaram alimentos não convencionais nas preparações e os que utilizaram (8,7%) informaram ser uma receita fácil, rápida de fazer e referiram gostar da preparação (100%). Dos entrevistados, (56,5%) disseram não saber se o uso integral dos alimentos é vantajoso e dentre os que acharam (43,5%), afirmaram que a vantagem era ser nutritivo (40%), do de barato (30%), capaz de diminuir o desperdício (20%) e saboroso (10%) (**Tabela 2**).

**Tabela 2** - Conhecimento dos usuários de um Centro de Atenção Psicossocial Álcool Drogas (CAPS AD) sobre uso integral dos alimentos, Belém-PA, 2019.

<b>Questões</b>		<b>N</b>	<b>%</b>
Você já ouviu falar sobre o uso Integral dos Alimentos?	Sim	8	34,8
	Não	13	56,5
	Não sei	2	8,7
	<b>Total</b>	23	100
Você já consumiu alguma receita que usou integralmente o alimento?	Sim	5	21,7
	Não	11	47,9
	Não sei	7	30,4
	<b>Total</b>	23	100
Você consumiria uma preparação que utiliza talos, cascas, sementes e alimentos não convencionais?	Sim	23	100
	Não	0	0
	Não sei	0	0
	<b>Total</b>	23	100
Você já preparou alguma receita utilizando talos, cascas e sementes de legumes, verduras e frutas?	Sim	6	30,4
	Não	17	69,6
	Não sei	0	0
	<b>Total</b>	23	100
Se sim, o que achou da preparação obtida a partir da receita do uso integral do alimento?	Foi uma receita fácil e rápida de fazer	5	71,4
	Foi uma receita fácil, porém demorada de fazer	1	14,3
	Foi uma receita difícil de fazer	1	14,3
	<b>Total</b>	7	100
Você gostou da receita do uso integral do alimento?	Sim	7	100
	Não	0	0
	Não sei	0	0
	<b>Total</b>	7	100
Você já preparou alguma receita utilizando alimentos não convencionais (tais como: erva cidreira, capim santo, etc)?	Sim	2	8,7
	Não	21	91,3
	Não sei	0	0
	<b>Total</b>	23	100
Se sim, o que achou da execução da receita a partir de alimentos não convencionais?	Foi fácil e rápida de fazer	2	100
	<b>Total</b>	2	100
Você gostou da preparação obtida a partir da receita que utilizou os alimentos não convencionais?	Sim	2	100
	Não	0	0
	Não sei	0	0
	<b>Total</b>	2	100
Você acha vantajoso o uso integral dos alimentos?	Sim	10	43,5
	Não	0	0
	Não sei	13	56,5
	<b>Total</b>	23	100
Se sim, qual (is) a (s) vantagem (ns) do uso integral dos alimentos?	Barato	3	30
	Nutritivo	4	40
	Saboroso	1	10
	Diminui o desperdício	2	20
	<b>Total</b>	10	100

Fonte: Dados da pesquisa, 2019.

Rosa TC et al. (2009), verificando o grau de conhecimento de uma amostra de 10 pessoas sobre alimentação alternativa e as opiniões em relação a esta prática, evidenciaram que (70%) da população já tinha ouvido falar e (30%) desconheciam o uso da alimentação alternativa, destes (86%) não costumavam utilizar esta técnica por falta de informação e de orientação quanto ao modo de preparo das preparações que incluíssem alimentos não convencionais e apenas (14%) fazia o uso integral dos alimentos. No mesmo estudo, os entrevistados revelaram que a preparações obtidas com a utilização integral dos alimentos são saudáveis, saborosas, de baixo custo e fácil acesso.

Para Stork CR et al. (2013), a utilização integral dos alimentos possibilita o enriquecimento alimentar, pois aumenta o valor nutricional das refeições, uma vez que talos, folhas e cascas podem ser mais nutritivos do que a parte nobre do vegetal, além de contribuir para diminuição do desperdício. Laurindo TR e Ribeiro KA (2014), concluíram em seus estudos que os resíduos vegetais são descartados, habitualmente, muitas vezes por falta de informação e conhecimento dos benefícios desses alimentos vistos como partes “menos nobres” e não como potenciais fontes nutritivas.

Vieira et al (2013), após análise físico-química do bolo com casca de banana, identificaram um maior teor de fibras e menor conteúdo de carboidratos, além de uma quantidade considerável de minerais devido ao enriquecimento com a casca da banana. Souza PD, et al. (2007) encontraram um menor teor calórico e de carboidratos em tortas elaboradas com talos e cascas de vegetais, assim como observaram teores elevados de proteínas e fibras, caracterizando os talos e cascas como boas fontes de nutrientes.

As respostas da pergunta: “O que você entende sobre o assunto?”, aplicadas com os participantes que responderam já ter ouvido falar sobre uso integral dos alimentos foram analisadas por meio da Plataforma IRAMUTEQ, utilizando-se o método Nuvem de Palavras, que agrupa e organiza graficamente as palavras em função da sua frequência, possibilitando uma identificação das palavras chaves do corpus, e é considerada uma análise lexical simples (SOUZA M, et al., 2018). Os termos mais citados entre as 08 (oito) respostas analisadas foram alimento (n=8), não (n=7), integral (n=7), estar (n=4), aproveitar (n=4), uso (n=3), saúde (n=3), natural (n=3), como pode ser visto na imagem (Figura 1).

**Figura 1** – Nuvem de Palavras construída pela Plataforma IRAMUTEQ a partir do corpus formado pelas respostas dos usuários participantes da pesquisa à pergunta “O que você entende sobre o assunto?”, Belém-PA, 2019.



Fonte: Dados da pesquisa, 2019.

A Nuvem de Palavras (Figura 1) mostra que os usuários do CAPS AD possuem pouco conhecimento sobre uso integral dos alimentos, relacionando o assunto com alimentos naturais e que trazem benefícios para a saúde, como pode ser observado nas respostas dos participantes:

*“Aproveitamento integral o que eu aprendi foi que existe os naturais e os industrializados. Natural é o que serve pra nossa saúde física né? E os industriais às vezes atrapalham na nossa saúde”* (Participante 01).

*“Uso integral é pra não engordar. Essas coisas? Imagino que seja pra saúde, pra não engordar, pra quem tem diabetes, pressão alta. Essas coisas. Isso que eu entendo. Agora eu não sei se é isso”* (Participante 13).

*“Uso integral dos alimentos que eu entendo é que serve pra melhorar os organismos né? Têm alimentos integrais tipo arroz, macarrão, exemplos né? É isso que eu entendo”* (Participante 16).

Oficinas culinárias:

Foram desenvolvidas seis preparações sendo uma para cada oficina culinária, utilizando-se integralmente o alimento, a saber: bolo de casca de banana, bolo de capim santo, torta com talos e cascas, bolo de casca de abóbora, pizza com recheio de talos e bolo de casca de abacaxi. A participação nas oficinas culinárias ocorria de forma aleatória já que o serviço conta com atendimento aberto ao público e conforme o Plano Terapêutico Singular (PTS) estabelecido entre o técnico e o usuário.

A avaliação do bolo de casca de banana foi realizada por 20 avaliadores, sendo 09 usuários e 11 colaboradores do local. O bolo de capim santo foi avaliado por 16 participantes, dos quais 07 eram usuários e os restantes colaboradores. A torta com talos e cascas foi avaliada por 17 participantes, sendo 10 usuários e 07 colaboradores. O bolo de casca de abóbora foi avaliado por 12 avaliadores, dos quais 11 eram usuários e 01 colaborador. A pizza com recheio de talos foi avaliada por 09 participantes e o bolo de casca de abacaxi por 04 avaliadores, sendo somente usuários.

O resultado do teste de aceitabilidade pelos usuários e colaboradores do CAPS AD está representado na tabela 3. Ressalta-se que o critério “ruim” não foi citado por nenhum avaliador (**Tabela 3**).

**Tabela 3.** Resultado do teste de aceitabilidade, em percentual, das preparações elaboradas nas oficinas culinárias pelos usuários do CAPS AD, Belém-PA, 2019.

Preparação	APARÊNCIA (%)			SABOR (%)			TEXTURA (%)		
	Ótimo	Bom	Regular	Ótimo	Bom	Regular	Ótimo	Bom	Regular
Bolo de casca de banana	70	30	0	95	5	0	90	10	0
Bolo de capim santo	63	37	0	88	12	0	75	25	0
Torta com talos e cascas	94	0	6	100	0	0	94	0	6
Bolo de casca de abóbora	100	0	0	92	8	0	100	0	0
Pizza com recheio de talos	89	11	0	89	11	0	89	11	0
Bolo de casca de abacaxi	50	50	0	75	25	0	75	25	0

Fonte: Dados da pesquisa, 2019.

A preparação com maior aprovação de sabor foi a torta com talos e cascas, no entanto apresentou aceitação regular por (6%) dos entrevistados nos quesitos aparência e textura. Nestes quesitos, a maior aceitação foi do bolo de casca de abóbora com destaque para boa aceitação no quesito sabor. Nos quesitos sabor, o bolo de casca de abacaxi apresentou a menor aceitação. No quesito aparência, o bolo de casca de abacaxi também recebeu a menor aprovação.

O resultado foi positivo para as avaliações efetuadas e todas as receitas desenvolvidas nas oficinas culinárias foram aprovadas, pois todas tiveram aceitação bastante acima do ponto de corte estabelecido considerando o critério “ótimo” (50%). Resultados semelhantes foram encontrados por Carvalho CC e Basso C (2016) que ao avaliarem a aceitabilidade de um bolo de banana com casca e uma pizza com legumes, constataram uma boa aceitação pelos provadores em relação aos atributos “aparência”, “textura” e “sabor”. Silva EB e Silva ES (2012), que avaliaram a elaboração de produtos comestíveis com partes convencionalmente descartadas da abóbora, consideraram ser viável sua aplicabilidade e aceitação, contribuindo para o aspecto econômico e redução do desperdício de resíduos orgânicos. Em seu estudo sobre análise sensorial e nutricional através do aproveitamento integral dos alimentos, Souza PD et al. (2007) concluíram que um produto elaborado através do uso alternativo e integral de alimentos pode ser bem aceito, contribuir para o enriquecimento nutricional da dieta e, além disso, ser de baixo custo, fácil preparação e boa aceitabilidade.

Peixoto HG e Silva LK (2018) que desenvolveram um curso de culinária saudável para promoção da saúde mental, constataram a importância da educação nutricional efetiva na melhora dos hábitos alimentares, substituindo alimentos ricos em açúcar, gordura e sódio por alimentos saudáveis e com propriedades para melhorar o prognóstico do usuário, além de atuar como suporte terapêutico na redução de alguns sintomas ou efeitos colaterais de psicotrópicos.

A educação alimentar e nutricional por meio de oficinas culinárias pode constituir um eixo estruturante no processo educativo, útil na promoção da alimentação saudável para diversos públicos, proporcionando mudanças no estilo de vida dos participantes, motivação, reflexão, aprendizado, estímulo à melhora de habilidades culinárias e subsídios para preferência e práticas alimentares saudáveis (FIGUEIREDO SM, et al., 2014).

## CONCLUSÃO

Os usuários do CAPS AD são geralmente indivíduos que apresentam alterações nos hábitos alimentares e no estado nutricional em decorrência do uso abusivo de substâncias psicoativas. Portanto, evidencia-se a importância da realização de atividades terapêuticas que promovam autonomia à escolha de hábitos alimentares saudáveis e o fácil acesso à alimentação. Neste estudo, foi possível identificar a falta de conhecimento sobre o uso integral dos alimentos pela maioria dos usuários, indicando a necessidade de abordar o tema por meio de atividades educativas e assim contribuir para o incremento do consumo dos alimentos em sua forma integral, redução do lixo orgânico e danos ao meio ambiente. Ademais, observou-se que as preparações desenvolvidas nas oficinas culinárias obtiveram aprovação de aceitabilidade, considerando a aplicação de partes normalmente descartados dos alimentos. Destaca-se, ainda, que a elaboração das Fichas Técnicas de Preparação contribui para demonstrar que as receitas desenvolvidas com aproveitamento integral dos alimentos possibilitam o enriquecimento nutricional, baixo custo e fácil preparação.

## REFERÊNCIAS

1. ABRELPE. Associação Brasileira das Empresas de Limpeza Pública e Resíduos Especiais (ABRELPE). Panorama dos Resíduos Sólidos no Brasil, 2017. 14 p.
2. AIOLFI AH, BASSO C. Preparações elaboradas com aproveitamento integral dos alimentos. *Disciplinarum Scientia. Série: Ciências da Saúde*, Santa Maria, v. 14, n. 1, p. 109-114, 2013.
3. BRASIL. Ministério da Saúde. Saúde Mental no SUS: Os Centros de Atenção Psicossocial. Série F. Comunicação e Educação em Saúde. Brasília, DF, 2004. 24 p.
4. CÂMARA HS, MARTINS ML. Uso de substâncias psicoativas e perfil nutricional de usuários do CAPS AD III, Palmas/TO. *Rev. Ciênc. Ext.* v.13, n.1, p.8-15, 2017.
5. CARDOSO FT, et al. Aproveitamento integral de alimentos e o seu impacto na saúde. *Sustentabilidade em Debate - Brasília*, v. 6, n. 3, p. 131-143, set/dez, 2015.
6. CARVALHO CC, BASSO C. Aproveitamento integral dos alimentos em escola pública no município de Santa Maria – RS. *Disciplinarum Scientia. Série: Ciências da Saúde*, Santa Maria, v. 17, n. 1, p. 63-72, 2016.
7. COLOMBO AA, BERBEL NA. A Metodologia da Problematização com o Arco de Maguerez e sua relação com os saberes de professores. *Semina: Ciências Sociais e Humanas*, Londrina, v. 28, n. 2, p. 121-146, jul./dez., 2007.
8. FERREIRA IB, et al. Estado nutricional e hábitos alimentares de dependentes químicos em tratamento ambulatorial. *J Bras Psiquiatr*, 64(2):146-53, 2015.
9. FIGUEIREDO SM, et al. Oficinas de culinária: método educativo de alimentação saudável. *HU Revista*, Juiz de Fora, v. 40, n. 1 e 2, p. 67-72, jan./jun. 2014.
10. GELBCKE G, et al. Desenvolvimento de sobremesas diet e light e sua inclusão no cardápio de uma unidade de alimentação e nutrição. *Demetra: Nutrição e Saúde*, 2012; 7(1); 3-12.
11. GONDIM JA, et al. Composição centesimal e de minerais em cascas de frutas. *Ciênc. Tecnol. Aliment.*, Campinas, 25(4): 825-827, out.-dez., 2005.
12. INSTITUTO AKATU. Reciclar é bom, mas reduzir o volume de resíduos é ainda melhor, 2017. Disponível em: <https://www.akatu.org.br/noticia/reciclarereduzir/>. Acesso em: 31 mai. 2019.
13. LAURINDO TR, RIBEIRO KA. Aproveitamento integral de alimentos. *Interciência e Sociedade* (ISSN: 2238:1295) - Vol.3, N.2, 2014.
14. MASTROIANNI FC, et al. Perfil Sociodemográfico de um CAPSad e sua funcionalidade segundo os usuários. *Revista Psicologia e Saúde*, v. 8, n. 2, jul./dez. 2016, p. 3-16.
15. OLIVEIRA VC, et al. Perfil sociodemográfico e clínico de pessoas atendidas em um CAPS AD do sul do Brasil. *Rev baiana enferm* (2017); 31(1):e16350.
16. Organização das Nações Unidas para a Alimentação e a Agricultura (FAO). No dia Mundial da Alimentação, nossas ações são nosso futuro, 2018. Disponível em: <https://nacoesunidas.org/artigo-no-dia-mundial-da-alimentacao-nossas-acoes-sao-o-nosso-futuro/>. Acesso em: 30 mai. 2019.

17. PEIXOTO HG, SILVA LK. Oficina de Culinária: Uma abordagem terapêutica e funcional na promoção da Saúde Mental. Com. Ciências Saúde. 2018;29 Suppl 1:58-61.
18. REZENDE MF, NEGRI ST. Educação alimentar e nutricional associada a oficinas culinárias com alunos em uma escola pública. Extensio: R. Eletr. de Extensão, Florianópolis, v. 12, n. 20, p.21-35, 2015.
19. ROSA TC, et al. Aproveitamento integral dos alimentos: uma questão sócio-cultural. 3ª Mostra de Trabalhos em Saúde Pública. UNIOESTE – Universidade Estadual do Oeste do Paraná, Cascavel (2009).
20. SILVA EB, SILVA ES. Aproveitamento integral de alimentos: avaliação sensorial de bolos com coprodutos da abóbora (*Cucurbita moschata*, L.). Revista Verde (Mossoró – RN), v. 7, n. 5, p. 121 - 131, 2012.
21. SOUZA M, et al. O uso do software IRAMUTEQ na análise de dados em pesquisas qualitativas. Revista da Escola de Enfermagem da USP, 52:e03353, 2018.
22. SOUZA PD, et al. Análise sensorial e nutricional de torta salgada elaborada através do aproveitamento alternativo de talos e cascas de hortaliças. Alim. Nutr., Araraquara v.18, n.1, p.55-60, jan./mar. 2007.
23. STORCK CR, et al. Folhas, talos, cascas e sementes de vegetais: composição nutricional, aproveitamento na alimentação e análise sensorial de preparações. Ciência Rural, Santa Maria, v.43, n.3, p.537-543, mar, 2013.
24. TOFFOLO CF, et al. Adequação da alimentação oferecida para alcoolistas em tratamento e seu impacto nutricional. Nutr. clín. diet. hosp. 2013; 33(2):50-55.
25. VIEIRA LS, et al. Aproveitamento integral de alimentos: desenvolvimento de bolos de banana destinados à alimentação escolar. Revista da Universidade Vale do Rio Verde, Três Corações, v. 11, n. 1, p. 185-194, jan./jul., 2013.

APÊNDICE A – Formulário de avaliação (sociodemográfico e conhecimento sobre uso integral dos alimentos) aplicado com os usuários de um CAPS AD, Belém-PA, 2019.



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL  
UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARÁ  
INSTITUTO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE  
FACULDADE DE NUTRIÇÃO

Formulário para coleta de dados referente às atividades das Oficinas Culinárias a partir do Uso Integral dos Alimentos realizadas no CAPS AD.

Nº: 26 ENTREVISTADOR: \_\_\_\_\_

DATA: / /

DADOS PESSOAIS:

1) Sexo:  Feminino  Masculino 2) Tem filhos?  Não  Sim 3) Quantos? \_\_\_\_\_

4) Faixa Etária do Entrevistado: Idade em Anos  
 18 a 23 Anos  36 a 41 Anos  54 a 59 Anos  
 24 a 29 Anos  42 a 47 Anos  60 a 65 Anos  
 30 a 35 Anos  48 a 53 Anos  ≥ 65 Anos

5) Escolaridade:  
 Sem escolaridade  Ens. Fund Incompleto  Ens. Fund completo  
 Ens. Médio Incompleto  Ens. Médio completo  Ens. Superior Incompleto  
 Ens. Superior completo

6) Estado Civil:  
 Solteiro  Divorciado  União Estável  
 Casado  Viúvo  Outros \_\_\_\_\_

7) Faz Trabalho Remunerado:  Sim  Não

8) Renda Familiar:  
 Menor que 1 SM  De 2 a 3 SM  Sem Declaração  
 De 1 a 2 SM  Mais de 3 SM  Sem Rendimento

9) Situação de moradia:  Casa própria  Rua  Abrigo  Outro: \_\_\_\_\_

PERGUNTAS SOBRE O CONHECIMENTO DO USUÁRIO COM RELAÇÃO AO USO INTEGRAL DOS ALIMENTOS

10) Você já ouviu falar sobre o uso integral dos Alimentos?  
 Sim  Não  Não sei

11) O que você entende sobre o assunto? GRAVAÇÃO DE VOZ

12) Você já consumiu alguma receita que usou integralmente o alimento?  
 Sim  Não  Não sei Se sim, qual? \_\_\_\_\_

13) Você consumiria uma preparação que utiliza talos, cascas, sementes e alimentos não convencionais?  
 Sim  Não  Não sei

14) Você já preparou alguma receita utilizando talos, cascas e sementes de legumes, verduras e frutas?  
 Sim  Não  Não sei

15) Se sim, o que achou da preparação obtida a partir da receita do uso integral do alimento?  
 Foi uma receita fácil e rápida de fazer.  
 Foi uma receita fácil, porém demorada de fazer.  
 Foi uma receita difícil de fazer.  
 Foi uma receita muito difícil e demorada de fazer.  
 Outra opinião: \_\_\_\_\_

16) Você gostou da receita do uso integral do alimento?  
 Sim  Não  Não sei

17) Você já preparou alguma receita utilizando alimentos não convencionais (tais como: erva cidreira, cap santo, etc)?  
 Sim  Não  Não sei

18) Se sim, o que achou da execução da receita a partir de alimentos não convencionais?  
 Foi fácil e rápida de fazer.  
 Foi fácil, porém demorada de fazer.  
 Foi difícil de fazer.  
 Foi muito difícil e demorada de fazer.  
 Outra opinião: \_\_\_\_\_

19) Você gostou da preparação obtida a partir da receita que utilizou os alimentos não convencionais?  
 Sim  Não  Não sei

20) Você acha vantajoso o uso integral dos alimentos?  
 Sim  Não  Não sei

21) Se sim, qual (s) a (s) vantagem (ns) do uso integral dos alimentos?  
 É barato  Nutritivo  Saboroso  Diminui o desperdício  
 Outra opinião: \_\_\_\_\_

22) Se não, qual (s) a (s) desvantagem (ns) do uso integral dos alimentos?  
 É caro  Pouco nutritivo  Não é saboroso  Não diminui o desperdício  
 Outra opinião: \_\_\_\_\_

Fonte: Dados da Pesquisa, 2019.

APÊNDICE B – Fichas técnicas de preparação das receitas elaboradas com uso integral dos alimentos nas oficinas culinárias em um CAPS AD, Belém-PA, 2019.

<b>BOLO DE CASCA DE BANANA</b>					
Rendimento: 32 porções					
Porção: 30g					
Rendimento total: 960g					
<b>Ingredientes</b>	<b>Quantidade (g)</b>		<b>Medida caseira</b>		
Cascas de banana	192		3 unidades		
Leite integral	240		1 xícara de chá		
Ovo	122		2 unidades		
Açúcar	211		1 xícara de chá		
Manteiga	33		3 colheres de sopa		
Farinha de trigo	372		3 xícaras de chá		
Fermento químico	9		1 colher de sopa		
Canela em pó	-		a gosto		
<b>INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (porção de 30g)</b>					
Energia	Proteína	Lipídeos	Carboidratos	Fibras	Custos
87 Kcal	2,17g	1,83g	17,31g	0,35g	R\$ 0,17
<b>MODO DE PREPARO</b>					
1. Triturar no liquidificador as cascas de banana com 1 xícara (chá) de leite, os ovos, a manteiga e o açúcar. Reservar.					
2. Misturar as cascas de banana com farinha de trigo e o fermento. Polvilhar a canela a gosto antes de ir ao forno.					
3. Assar (180°C) em forma untada durante 30 ou 35 minutos.					
<b>UTENSÍLIOS UTILIZADOS</b>					
Liquidificador; xícara; colheres; bacia; formas.					

**BOLO DE CAPIM SANTO**

Rendimento: 30 porções

Porções: 33g

Rendimento total: 990g

<b>Ingredientes</b>	<b>Quantidade (g)</b>	<b>Medida caseira</b>
<b>MASSA</b>		
Capim santo	21	15 folhas
Leite integral	240	1 xícara de chá cheia
Ovo	185	3 unidades
Manteiga	33	3 colheres de sopa
Açúcar cristal	234	1 e 1/2 xícara de chá
Farinha de trigo	372	3 xícaras de chá
Fermento químico	9	1 colher de sopa
<b>BRIGADEIRO</b>		
Capim santo	13	11 folhas
Leite integral	100	1/2 xícara de chá
Leite condensado	270	1 unidade

**INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (porção de 33g)**

Energia	Proteína	Lipídeos	Carboidratos	Fibras	Custos
125 Kcal	2,73g	2,34g	22,48g	0,50g	R\$ 0,26

**MODO DE PREPARO**

1. Ferver o capim santo com o leite, triturar no liquidificador e coar. Reservar.
2. Levar ao liquidificador o leite com capim santo, os ovos e a manteiga. Deixar misturando por + ou - 2 minutos.
3. Em seguida, levar a mistura para uma bacia e adicionar a farinha de trigo e o açúcar.
4. Acrescente o fermento. Coloque em uma forma untada com manteiga e farinha de trigo.
5. Levar ao forno por 30 minutos (180°C).

**UTENSÍLIOS UTILIZADOS**

Liquidificador; xícara; bacia; colheres; forma.

### TORTA COM RECHEIO DE CASCAS E TALOS

Rendimento: 15 porções

Porções: 67g

Rendimento total: 1005g

Ingredientes	Quantidade (g)	Medida caseira
<b>MASSA</b>		
Ovo	185	3 unidades
Farinha de trigo integral	248	2 xícaras de chá
Queijo parmesão ralado	50	1 unidade
Leite integral	240	1 xícara de chá
Óleo	60	1/4 xícara de chá
Fermento químico	9	1 colher de sopa
<b>RECHEIO</b>		
Peito de frango	500	1 unidade
Cebola	48	3 rodelas médias
Pimentão	17	1 fatia pequena
Tomate	52	1/2 tomate médio
Alho	5	2 unidades
Cheiro verde picado	18	2 colheres de sopa
Pimenta do reino	-	a gosto
Abóbora com casca	52	1 xícara de chá
Cariru com talos	42	1 xícara de chá
Couve com talos	51	1 xícara de chá

#### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (porção de 67g)

Energia	Proteína	Lipídeos	Carboidratos	Fibras	Custos
196 Kcal	3,5g	1,82g	3,47g	0,85g	R\$ 1,12

#### MODO DE PREPARO

1. Misturar os ovos, o leite e o óleo. Acrescentar o queijo parmesão ralado e a farinha de trigo.
2. Colocar o fermento químico.
3. Despejar em uma assadeira untada metade da massa, colocar o recheio e depois a outra metade.
4. Assar (180°C) por 25 minutos.

#### UTENSÍLIOS UTILIZADOS

Bacia; xícara; colheres; assadeira.

**BOLO DE CASCA DE ABÓBORA**

Rendimento: 18 porções

Porção: 57g

Rendimento total: 1026 g

<b>Ingredientes</b>	<b>Quantidade (g)</b>	<b>Medida caseira</b>
Cascas de abóbora	105	2 xícaras de chá
Ovo	150	3 unidades
Óleo	120	1/2 xícara de chá
Açúcar	211	1 xícara de chá
Farinha de trigo	248	2 xícaras de chá
Coco fresco	60	1/2 xícara de chá
Fermento químico	9	1 colher de sopa

**INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (porção de 57g)**

Energia	Proteína	Lipídeos	Carboidratos	Fibras	Custos
174 Kcal	0,83g	2,65g	7,37g	0,67g	R\$ 0,22

**MODO DE PREPARO**

1. Pré-cozinhar as cascas de abóbora. Triturar no liquidificador com os ovos, o óleo e o açúcar.
2. Coloque a mistura em uma bacia e adicionar a farinha de trigo e o coco. Acrescentar fermento.
3. Colocar em uma forma untada com manteiga ou óleo e farinha de trigo. Levar ao forno por 30 minutos (180°C).

**UTENSÍLIOS UTILIZADOS**

Liquidificador; bacia; forma; xícara; colheres.

**PIZZA COM RECHEIO DE TALOS**

Rendimento: 9 porções

Porção: 135g

Rendimento total: 1215g

<b>Ingredientes</b>	<b>Quantidade (g)</b>	<b>Medida caseira</b>
<b>MASSA</b>		
Ovo	56	1 unidade grande
Leite integral	240	1 xícara de chá
Óleo de soja	60	1/4 de xícara de chá
Farinha de trigo	124	1 xícara de chá
Sal	3	1/2 colher de chá
Fermento químico	5	1 colher de chá
<b>RECHEIO</b>		
Couve com talos	60	1 xícara de chá
Jambú com talos	60	1 xícara de chá
Molho de tomate caseiro	240	1 xícara de chá
Queijo mussarela	90	3 fatias médias
Cebola	-	a gosto
Orégano	-	a gosto

**INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (porção de 135g)**

Energia	Proteína	Lipídeos	Carboidratos	Fibras	Custos
175 Kcal	0,36g	0,74g	0,96g	0,77g	R\$ 0,76

**MODO DE PREPARO**

1. Colocar no liquidificador o ovo, o leite, o óleo e o sal. Bater até ficar homogêneo.
2. Acrescentar a farinha de trigo com o fermento e misturar rapidamente no liquidificador.
3. Colocar em uma forma de pizza untada com óleo e trigo e levar ao forno (180°C) até que fique dourado.
4. Cozinhar o jambú e refogar a couve. Reservar.
5. Com a massa assada, colocar o molho de tomate, o queijo, a couve, o jambú e a cebola.
6. Por último, acrescentar o orégano e levar ao forno (180°C) até o queijo derreter.

**UTENSÍLIOS UTILIZADOS**

Liquidificador; forma; xícara; colheres; faca.

<b>BOLO DE CASCA DE ABACAXI</b>					
Rendimento: 18 porções					
Porção: 80g					
Rendimento total: 1440g					
<b>Ingredientes</b>	<b>Quantidade (g)</b>			<b>Medida caseira</b>	
Suco da casca do abacaxi	240			1 xícara de chá	
Bagaço do abacaxi	200			1 xícara de chá	
farinha de trigo	372			3 xícaras de chá	
Açúcar	211			1 xícara de chá cheia	
Óleo de soja	120			1/2 xícaras de chá	
Ovo	150			3 unidades	
Fermento químico	9			1 colher de sopa	
<b>INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (porção de 80g)</b>					
Energia	Proteína	Lipídeos	Carboidratos	Fibras	Custos
192 Kcal	0,66g	1,66g	6,62g	0,52g	R\$ 0,31
<b>MODO DE PREPARO</b>					
1. Lavar muito bem a casca do abacaxi. Depois, triturar no liquidificador com 2 xícaras de água. Coar e reservar.					
2. Em uma bacia misturar os ovos, o óleo, o açúcar, o suco e o bagaço de abacaxi.					
3. Em seguida, acrescentar a farinha de trigo e o fermento.					
4. Transferir a massa pra uma assadeira untada. Leve ao forno (180°C) por 25 minutos.					
<b>UTENSÍLIOS UTILIZADOS</b>					
Liquidificador; xícara; colheres; bacia; coador; forma; faca.					

Fonte: Dados da Pesquisa, 2019.

Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística – IBGE. Pesquisa de Orçamentos Familiares (2008-2009). Tabelas de Composição Nutricional dos Alimentos Consumidos no Brasil, Rio de Janeiro, 2011.

Tabela Brasileira de Composição dos Alimentos – TACO. Núcleo de Estudos e Pesquisas em Alimentação – NEPA. Universidade Estadual de Campinas – UNICAMP. 4ª edição revisada e ampliada, Campinas – SP, 2011.

PHILLIPI, Sonia Tucunduva. Tabela de Composição de Alimentos: suporte para decisão nutricional. 2ª edição, 2002.

## ANEXO A – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido - TCLE

**TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO**

PREZADO (A):

Vimos por meio deste convidá-lo (a), como voluntária/o, a participar da pesquisa intitulada: **“ATIVIDADES EDUCATIVAS MULTIDISCIPLINARES E PERFIL SOCIODEMOGRÁFICO, EPIDEMIOLÓGICO, NUTRICIONAL E BIOQUÍMICO DE USUÁRIOS ATENDIDOS EM UM CENTRO DE ATENÇÃO PSICOSOCIAL PARA USUÁRIOS DE ÁLCOOL E OUTRAS DROGAS NO MUNICÍPIO DE BELÉM-PA”**, cujo objetivo geral é avaliar a adesão dos usuários às atividades multidisciplinares na rotina de um CAPS AD no município de Belém-PA, bem como identificar possíveis alterações cognitivas e traçar o perfil sociodemográfico, epidemiológico, nutricional, comportamental e bioquímico dos usuários atendidos no serviço.

Esclarecemos que, para o desenvolvimento dessa pesquisa, estamos observando os preceitos éticos previstos na Resolução nº 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde, respeitando a dignidade e autonomia dos participantes, objetivando a busca do máximo de benefícios com a ponderação dos riscos e danos para os participantes, que deverá ser o mínimo possível.

Sua participação se dará por meio de respostas ao formulário que contém perguntas relacionadas ao perfil sociodemográfico, epidemiológico, avaliação nutricional e bioquímica e participação em atividades multidisciplinares propostas ao longo da pesquisa. Este formulário foi elaborado e registrado pelos pesquisadores e cujas suas respostas podem ser gravadas se o senhor (a) autorizar.

O senhor (a) pode, a qualquer momento, recusar sua participação nesta pesquisa. Ou seja, você é livre para recusar a participação, retirar seu consentimento ou interromper a participação a qualquer momento. Sua participação é voluntária e a recusa em participar não irá acarretar qualquer penalidade ou perda de qualquer natureza e/ou custo. Da mesma forma, não receberá nem pagará pela sua participação na pesquisa. Este trabalho será realizado com recursos próprios. Não havendo nenhum pagamento.

Para evitar preocupação de que seus dados sejam divulgados, deixamos claro que as informações obtidas serão utilizadas somente para esta pesquisa e pelo CAPS AD e guardadas por cinco anos, sendo destruídas após este prazo. Na divulgação dos resultados seu nome não irá aparecer, pois usaremos códigos. Para a população acadêmica servirão como subsídio para futuras pesquisas e fonte de conhecimento para profissionais de saúde. Os resultados poderão ser publicados em revistas científicas, mas o sigilo da identificação dos participantes será garantido. O (a) senhor (a) terá acesso às informações caso as solicite.

Nessa pesquisa aparentemente não será feito nenhum procedimento que lhe cause prejuízo, no entanto, há possibilidade de riscos mínimos como a quebra de sigilo ou desconforto relacionado, por exemplo, em responder alguma pergunta, com perda de tempo em participar das etapas da coleta, cansaço mental ou aborrecimento durante a pesquisa, porém caso isso ocorra, o pesquisador respeitará sua vontade e passará para próxima pergunta ou interromperá a aplicação da pesquisa e o sigilo será preservado por meio da identificação dos formulários através de códigos, bem como da não divulgação da sua identificação. A coleta de dados será realizada seguindo as normas de biossegurança para proporcionar o mínimo desconforto aos participantes e não acarretar danos à sua integridade física.

Sua participação trará benefícios pois o(a) senhor(a) será informado(a) quanto ao resultado da pesquisa e receberá orientação e educação nutricional por meio de atividades educativas sobre alimentação saudável. Além disso, esta pesquisa fornecerá informações a respeito do perfil dos usuários do serviço bem como acerca da utilização da educação alimentar e nutricional como ferramenta terapêutica entre os usuários do serviço. Se você aceitar participar, estará contribuindo para melhorias no atendimento ao usuário de álcool e

outras drogas, aprimorando as ferramentas utilizadas no tratamento e reabilitação do mesmo.

### TERMO DE CONSENTIMENTO PÓS-ESCLARECIDO

Eu, \_\_\_\_\_, declaro que li o Termo de Consentimento Livre Esclarecido e compreendi as informações que me foram explicadas sobre a pesquisa em questão. Discuti com as pesquisadoras minha decisão em participar da pesquisa e me comprometi a responder a entrevista. Ficaram claros para mim os objetivos da pesquisa, os procedimentos a serem realizados e as garantias de confidencialidade de esclarecimento permanente. Ficou claro também, que minha participação não tem despesas nem receberei nenhum tipo de pagamento, podendo retirar o meu consentimento a qualquer momento, sem penalidades ou prejuízos. Concordo voluntariamente em participar desse estudo assinando este termo em duas cópias e rubricando todas as demais, junto com a pesquisadora.

Belém, \_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_.

---

Assinatura do participante da pesquisa

---

Thaís de Oliveira Carvalho Granado Santos  
CAPS AD: Av. Gov. José Malcher nº 1457, Nazaré, 66030-230, Belém-PA.  
Fone: (91) 32760890

---

Xaene Maria F. D. Mendonça  
UFPA: Rua Augusto Correa, nº 1, Guamá, 66075-110, Belém-PA.  
Fone: (91) 32018452

---

Naiza Nayla Bandeira de Sá  
UFPA: Rua Augusto Correa, nº 1, Guamá, 66075-110, Belém-PA.  
Telefone: (91) 32018452

Comitê de Ética em Pesquisa da Fundação Santa Casa de Misericórdia do Pará.  
End: Rua Bernal do Couto, 1040, Umarizal, 66055-080, Belém-PA, Fone: 40092264.

Comitê de Ética em Pesquisa em Seres Humanos do Instituto de Ciências da Saúde da  
Universidade Federal do Pará (CEP-ICS/UFPA) - Complexo de Sala de Aula/ICS - Sala 13 -  
Campus Universitário, nº 01, Guamá. CEP: 66.075-110 - Belém-Pará.  
Tel: 3201-8349 E-mail: cepccs@ufpa.br

Fonte: Dados da Pesquisa, 2019.

## ANEXO B – Normas da Revista Eletrônica Acervo Saúde

A revista aceita artigos redigidos em Português, Inglês e Espanhol. Serão aceitos somente artigos inéditos e originais (ainda não publicado), e que não estejam em avaliação em nenhum outro periódico simultaneamente.

### ARTIGOS ORIGINAIS

Mínimo 3.000 - Máximo de 3.500 palavras, excluindo resumos, figuras e referências.

Inclui trabalhos que apresentem dados originais de descobertas relacionadas a aspectos experimentais ou de observação, voltados para investigações qualitativas ou quantitativas em áreas de interesse para a ciência geral. Inclui estudos observacionais, estudos experimentais ou quase-experimentais e avaliação de desempenho de testes. Quanto à formatação, devem seguir a estrutura convencional: Introdução, Métodos, Resultados, Discussão, Conclusão e Referências.

NOTA: A publicação de artigos que trazem resultados de pesquisas envolvendo seres humanos está condicionada ao cumprimento dos princípios éticos contidos e obrigatoriamente deve ter autorização de um Comitê de Ética em Pesquisa (CEP).

### TÍTULO

O título deve ser conciso e informativo, limitados 150 caracteres sem espaços, em Português, Inglês e Espanhol com precisão e fidedignidade textual entre os três idiomas.

### NOME E VÍNCULO DOS AUTORES

NOTA: PELO MENOS UM DOS AUTOR/COAUTORES ENVOLVIDO DEVE TER GRADUAÇÃO COMPLETA E O NOME DO ORIENTADOR DEVE SER INCLUÍDO COMO COAUTOR.

Incluir o nome e o último vínculo institucional dos autores do artigo escrito por extenso. O autor/coautor que cadastrar o artigo automaticamente será incluído como pessoa correspondente. O reconhecimento da autoria/coautoria deve estar baseado em contribuição substancial relacionada aos seguintes aspectos:

Concepção e projeto ou análise e interpretação dos dados

Redação do artigo ou revisão crítica relevante do conteúdo intelectual

Aprovação final da versão a ser publicada.

Essas três condições devem ser integralmente atendidas por todos autor/coautor do trabalho.

NOTA: São permitidos no máximo 10 pessoas (atualização de normas feita em 01/11/2019).

### RESUMO

Limitados a 200 palavras, em Português (Resumo), Inglês (Abstract) e Espanhol (Resumen) com precisão e fidedignidade textual entre os três idiomas. Devem estar estruturados em tópicos e ser destacados em NEGRITO.

Para Artigo Original: Objetivo, Métodos, Resultados e Conclusões.

Para Revisão: Objetivo, Métodos, Resultados (breve revisão do tema) e Considerações finais.

Para Estudo de Caso ou Relato de Experiência: Objetivo, Detalhamento do caso/Relato da Experiência, Considerações finais (apenas para finalizar a ideia do estudo).

#### PALAVRAS-CHAVE

No mínimo 3 e máximo 5 (Português, Inglês e Espanhol, ao final do respectivo resumo). As palavras-chave devem constar na base da Biblioteca Virtual em Saúde.

#### INTRODUÇÃO

Deve ser sucinta, definindo o problema estudado, sintetizando sua importância e destacando as lacunas do conhecimento que serão abordadas no artigo. Deve ser compreensível para o leitor em geral.

As siglas e abreviaturas, quando utilizadas pela primeira vez, deverão ser precedidas do seu significado por extenso. Ex.: Universidade Federal de Pernambuco (UFPE).

No último parágrafo da introdução deve conter o objetivo do estudo.

As citações de autores >>NO TEXTO<< deverão seguir os seguintes exemplos:

Início de frase

1 autor - Baptista JR (2002);

2 autores - Souza RE e Barcelos BR (2012);

3 ou mais autores - Porto RB et al. (1989); o Final de frase

1, 2, 3 ou mais autores, subsequente (BAPTISTA JR, 2002; SOUZA RE e BARCELOS BR, 2012; PORTO RB, et al., 1989).

NOTA: OS CASOS DE CITAÇÕES DIRETAS (CÓPIA) SÃO PERMITIDOS EM ARTIGOS CIENTÍFICOS APENAS EM OCASIÕES ONDE NÃO É POSSÍVEL A TRANSCRIÇÃO DA IDEIA DO TEXTO, COMO ARTIGOS DE LEIS, NO ENTANTO, DEVEM SER REALÇADAS NO TEXTO (RECUO DE 3 CM, ENTRE ASPAS "", ITÁLICO).

Não aceitamos artigos com notas da rodapé, toda a abordagem teórica deve ser feita ao longo do texto.

#### MÉTODOS

Devem descrever de forma clara e sem prolixidade as fontes de dados, a população estudada, a amostragem, os critérios de seleção, procedimentos analíticos e questões éticas relacionadas à aprovação do estudo por comitê de ética em pesquisa (pesquisa com seres humanos e animais) ou autorização institucional (levantamento de dados onde não há pesquisa direta com seres humanos ou animais).

## RESULTADOS

Devem se limitar a descrever os resultados encontrados, sem incluir interpretações e/ou comparações. O texto deve complementar e não repetir o que está descrito nas figuras.

### Figuras

As figuras, gráficos e/ou tabelas (máximo 6) devem ser citados no texto ao final do parágrafo de apresentação dos dados, exemplo: (Figura 1), (Gráfico 1), (Tabela 1). Devem constar apenas dados imprescindíveis.

NOTA: AS MAGENS/FIGURAS/TABELAS/GRÁFICOS DEVEM POSSUIR TÍTULO NA PARTE SUPERIOR E FONTE NA PARTE INFERIOR. CASO NECESSÁRIO INCLUIR LEGENDA.

NOTA: Se os autores acharem conveniente podem apresentar a seção de Resultado e Discussões em uma mesma seção.

## DISCUSSÃO

Deve incluir a interpretação dos autores sobre os resultados obtidos e sobre suas principais implicações, a comparação dos achados com a literatura, as limitações do estudo e eventuais indicações de caminhos para novas pesquisas.

NOTA: Se os autores acharem conveniente podem apresentar a seção de Resultado e Discussões em uma mesma seção.

## CONCLUSÃO OU CONSIDERAÇÕES FINAIS

Deve ser pertinente aos dados apresentados. Limitada a um parágrafo final.

## AGRADECIMENTOS (OPCIONAL) E FINANCIAMENTO

Menções em agradecimentos incluem instituições que de alguma forma possibilitaram a realização da pesquisa e/ou pessoas que colaboraram com o estudo, mas que não preencheram os critérios para serem co-autores. Quanto ao financiamento, a informação deverá ser fornecido o nome da agência de fomento por extenso seguido do número de concessão.

## REFERÊNCIAS

Máximo de 40 - Devem incluir apenas aquelas estritamente relevantes ao tema abordado.

As referências deverão ser numeradas em ordem alfabética conforme os seguintes exemplos:

#### Artigos:

1 autor - JÚNIOR CC. Trabalho, educação e promoção da saúde. Revista Eletrônica Acervo Saúde, 2014; 6(2): 646-648.

2 autores - QUADRA AA, AMÂNCIO AA. A formação de recursos humanos para a saúde. Ciência e Cultura, 1978; 30(12): 1422-1426.

3 ou mais autores - BONGERS F, et al. Structure and floristic composition of the lowland rain forest of Los Tuxtlas, Mexico. Vegetatio, 1988; 74:55-80.

NOTA: Não é preciso apresentar o endereço eletrônico “Disponível em” nem a data do acesso “Acesso em”.

Livros: (NOTA: tente usar apenas artigos científicos, usar livros em casos extraordinários)

CLEMENT S, SHELFORD VE. Bio-ecology: an introduction. 2nd ed. New York: J. Willey, 1966; 425p.

FORTES AB. Geografia física do Rio Grande do Sul. Porto Alegre: Globo, 1959; 393p.

UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL. Faculdade de Educação. Laboratório de Ensino Superior. Planejamento e organização do ensino: um manual programado para treinamento de professor universitário. Porto Alegre: Globo; 2003; 400 p.

#### Teses e Dissertações

DILLENBURG LR. Estudo fitossociológico do estrato arbóreo da mata arenosa de restinga em Emboaba, RS. Dissertação (Mestrado em Botânica) – Instituto de Biociências. Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 1986; 400 p.

Páginas da Internet: (NOTA: usar páginas da internet apenas em casos extraordinários)

POLÍTICA. 1998. In: DICIONÁRIO da língua portuguesa. Lisboa: Priberam Informática. Disponível em: <http://www.dicionario.com.br/língua-portuguesa>. Acesso em: 8 mar. 1999.

## ANEXO C – Arco da metodologia de problematização de Maguerez



Fonte: COLOMBO, Andréa Aparecida; BERBEL, Neusi Aparecida Navas, 2007.

Arco de Maguerez (*apud* BORDENAVE; PEREIRA, 1989)