

-  Raymme Ramos de Araújo¹
 Layla Eduarda Araújo Pereira¹
 David Bruno Melo Araújo¹
 Kamylla Mylena Souza Barbosa¹
 Helena Cristina Moura Pereira²
 Poliana de Araújo Palmeira³

¹Universidade Federal de Campina Grande, Centro de Educação e Saúde, Curso de Nutrição. Cuité, PB, Brasil.

²Universidade Federal de Campina Grande, Centro de Referência da Assistência Social, Curso de Nutrição. Cuité, PB, Brasil.

³Universidade Federal de Campina Grande, Centro de Educação e Saúde, Núcleo de Pesquisa e Estudos em Nutrição e Saúde Coletiva (Núcleo PENSO). Cuité, PB, Brasil.

Correspondência

Poliana de Araújo Palmeira
palmeira.poliana@gmail.com

A cozinha do Centro de Referência da Assistência Social como espaço de acolhimento e construção de vínculo: relato de experiência de um grupo de mulheres

Kitchen of the Reference Center for Social Assistance as welcoming and bond-building space: an experience report of a group of women

Resumo

Introdução: A realização de práticas de Educação Alimentar e Nutricional (EAN) nos serviços públicos e comunidades ainda permanece como um desafio aos profissionais de saúde e educadores, sendo necessários relatos de experiência que motivem e auxiliem a construção práticas de EAN em diferentes cenários. **Objetivo:** Relatar a experiência do processo de criação e desenvolvimento de um grupo de mulheres no âmbito do Centro de Referência da Assistência Social (CRAS), como parte das atividades curriculares do Curso de Nutrição da Universidade Federal de Campina Grande. **Método:** Foram descritas 17 atividades realizadas no período letivo de 2019-1 e 2019-2 e durante o recesso acadêmico. Como estratégia de EAN, foi utilizada a oficina culinária. **Resultados:** A metodologia dos encontros estava organizada em três momentos articulados: acolhimento, oficina culinária e roda de conversa. As atividades promoveram a troca de experiência, priorizando um diálogo ampliado, para além de temas relacionados especificamente com alimentação e nutrição. Foram desenvolvidas estratégias para criação de vínculo entre mulheres, estudantes, professora e profissionais do CRAS. Regada por desafios, a roda de conversa demandou a aplicação de metodologias para oportunizar a democratização da fala e da escuta, e a reflexão sobre si. **Conclusão:** Para além da abordagem nutricional e técnica, a oficina culinária foi uma estratégia que promoveu a criação de vínculo entre as mulheres e os profissionais do serviço, contribuindo também para potencializar o espaço do CRAS com a oferta de ações de promoção de saúde e EAN.

Palavras-chave: Educação Alimentar e Nutricional. Promoção da Saúde. Mulheres. Vínculo.

Abstract

Introduction: Food and Nutrition Education (FNE) practices in public services and communities are challenging for health professionals and educators, requiring experience reports to motivate and assist FNE practices in different scenarios. **Objective:** Report the experience of creating and developing a group of women at the Reference Center for Social Assistance (CRAS) as part of curricular activities of the Department of Nutrition at the Federal University of Campina Grande. **Methods:** We described 17 activities held in the first and second academic semesters of 2019 and during the academic break. Culinary workshop was used as FNE strategy. **Results:** Meetings were organized in three articulated moments: welcoming, culinary workshop,

and conversation circles. Activities promoted exchange of experience, prioritizing an open dialogue that addressed topics beyond those related to food and nutrition. Strategies were developed to build bonds between women, students, the professor, and CRAS professionals. Conversation circles were challenging and demanded methodologies to democratize speech, listening, and self-reflection. **Conclusion:** Culinary workshop was a strategy that promoted nutritional and technical approach and bond formation between women and CRAS professionals and potentiated CRAS space by offering health promotion and FNE actions.

Keywords: Food and Nutrition Education. Health Promotion. Women. Emotional Bond.

INTRODUÇÃO

A publicação do *Marco de referência de educação alimentar e nutricional para as políticas públicas*, em 2012, reposicionou o papel das estratégias educativas no campo da Alimentação e Nutrição.¹ Desde então, a Educação Alimentar e Nutricional (EAN) é considerada uma prática contínua e dialogada de transformação social. Tanto no campo das políticas públicas como científico, a EAN é reconhecida como uma estratégia transdisciplinar e intersetorial para prevenção e controle dos problemas alimentares e nutricionais atuais, e para a promoção da alimentação adequada e saudável.²

A valorização da culinária enquanto prática emancipatória, a promoção do autocuidado, a participação ativa dos sujeitos e a intersetorialidade das ações são alguns dos princípios que fundamentam as ações de EAN.¹ A transformação de tais princípios em práticas implementadas nos serviços públicos e nas comunidades permanece como um desafio aos profissionais de saúde e educadores.

A insuficiência de referências práticas, ações exitosas e relatos de experiência em EAN elevam esse desafio, sendo mais um elemento de desmotivação para profissionais e educadores no campo da EAN.³ Neste sentido, Cervato-Mancuso & Vincha⁴ e França & Carvalho⁵ ressaltam que, além de escassos, os estudos e experiências em EAN apresentam abordagem descritiva e metodológica superficial, o que dificulta a reprodução do estudo ou aplicação em outros cenários de prática.

Em atenção a essa lacuna, este artigo relata a experiência do processo de criação e desenvolvimento de um grupo de mulheres no âmbito do Centro de Referência da Assistência Social (CRAS), que adotou, como estratégia e metodologia para EAN, a oficina culinária e a roda de conversa. O CRAS é um equipamento do Sistema Único da Assistência Social, sendo considerado sua porta de entrada. É um espaço para construção de práticas que promovam a proteção social da população em vulnerabilidade.⁶ Apesar desse potencial, o CRAS ainda é pouco demandado para ações de EAN, de forma que este relato contribui para refletir sobre os espaços de práticas de EAN para além dos limites das escolas e unidades de saúde.

Considerando o atual cenário político de desmantelamento de políticas públicas sociais, de saúde e de segurança alimentar e nutricional, este relato se justifica, pois documenta práticas e vivências sociais induzidas no âmbito dessas políticas, e apresenta uma experiência de integração entre universidade-serviço-comunidade, reforçando o papel da social das instituições públicas de ensino superior.

MÉTODO

Trata-se de um relato de experiência com base nas ações desenvolvidas no âmbito do grupo de mulheres Oficina Culinária do CRAS Joana D'Arc, localizado na zona urbana do município de Cuité, Paraíba. Cuité é um município de 20 mil habitantes, cujo índice de desenvolvimento humano é baixo (0.591), o que releva a vulnerabilidade social da população.⁷

O grupo é resultado de uma parceria entre a equipe CRAS Joana D'Arc da Fonseca e professores do Curso de Graduação em Nutrição da Universidade Federal de Campina Grande (UFCG), Campus Cuité. O CRAS Joana D'Arc oferta ações e serviços para proteção social básica direcionados a famílias e indivíduos em situação de vulnerabilidade social, a exemplo do acompanhamento de indivíduos e famílias e da oferta de oficinas, cursos e atividades para grupos de gestantes, idosos, crianças e mulheres.

O grupo Oficina Culinária do CRAS foi proposto e elaborado como parte das atividades desenvolvidas na disciplina Prática em Saúde Coletiva (PSC), ofertada no 5º período do curso de Nutrição com. O objetivo da disciplina é aprofundar o conhecimento do aluno sobre alimentação e nutrição no campo da Saúde Coletiva, por meio da

vivência em serviços e programas relacionados com a política pública de alimentação e nutrição. A disciplina tem 60 horas e conta com cinco campos de prática (CRAS, duas escolas municipais, uma unidade básica de saúde da família e o Centro de Atenção Psicossocial) recebendo em média sete alunos cada. São desenvolvidas atividades semanais no campo de prática (4 horas) com acompanhamento direto da professora orientadora.

As atividades da disciplina PSC no CRAS foram desenvolvidas em 2019-1 (8 alunos) e 2019-2 (6 alunos). Com o início da disciplina em março de 2019, realizou-se uma reunião com a equipe do CRAS e a professora orientadora, para discutir o direcionamento das atividades da disciplina no CRAS, e assim foi acordada a criação de um grupo de mulheres visando ao fortalecimento de vínculos com a comunidade. Como estratégia, a coordenadora do CRAS sugeriu atividades com oficinas culinárias.

Os encontros presenciais do grupo Oficina Culinária do CRAS ocorreram quinzenalmente, entre 7:30 e 9:30 horas da manhã. A escolha do horário ocorreu em comum acordo com a equipe do CRAS e considerou a cultura local. O planejamento e a articulação dos encontros foram realizados pelos alunos, sob supervisão da professora orientadora. Antes do encontro, os planejamentos eram entregues à coordenação do CRAS, para aprovação e solicitação do material necessário para a atividade proposta.

Os resultados dessa experiência serão apresentados em dois temas: (1) A *"receita" para os encontros*, que aborda a experiência do processo de construção da metodologia para elaboração das oficinas de culinária; e (2) *Estratégias para construção de vínculos*, que aborda a importância da criação de vínculos entre os atores.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Este relato de experiência aborda as atividades e estratégias adotadas na condução do grupo Oficina culinária do CRAS e os aprendizados alcançados neste processo. Durante 2019, foram realizadas 17 atividades organizadas em quatro momentos: (1) atividades realizadas no período escolar 2019-1, em que os desafios da equipe condutora estavam relacionados com a captação e a construção do vínculos entre os participantes para a criação do grupo (quadro 1); (2) atividades realizadas no período de recesso acadêmico, ou seja, mesmo com a ausência de alunos vinculados à disciplina, optou-se por manter as atividades como estratégia para manutenção do vínculo entre os atores presentes no grupo - universidade, serviço e comunidade (quadro 2); (3) atividades referentes ao período 2019-2, quando os alunos foram inseridos ao grupo, o que demandou a construção de vínculos entre profissionais, professora, mulheres e os novos integrantes (quadro 3); e (4) atividades festivas, confraternizações e oficina de habilidades, que incluem momentos vivenciados com o grupo, porém sem o uso da estratégia "Oficina culinária" (quadro 4).

A primeira atividade do grupo contou com a participação de apenas uma mulher. Não houve efetividade nas ações de captação das mulheres para a primeira atividade. Discutiram-se, em equipe (CRAS-universidade), meios para captação de mulheres, e ao longo do ano foram implementadas diferentes estratégias de captação: divulgação, no grupo de idosos, do Serviço de Convivência e Fortalecimento de Vínculos e nas ações realizadas pela Secretária Municipal de Assistência Social; convite entre mulheres atendidas no Programa Bolsa Família; encaminhamento da assistente social e psicóloga do CRAS como parte do atendimento realizado no Programa de Atenção Integral à Família; e incentivo para que as participantes convidassem outras mulheres da comunidade. Durante 2019, o grupo contou com a participação média de 10 mulheres, formando um grupo heterogêneo que incluiu mulheres adultas, idosas, mães, beneficiárias de programas sociais e com deficiência física.

A "receita" para os encontros

A metodologia adotada para a realização dos encontros foi elaborada e aperfeiçoada ao longo da vivência com o grupo. A experiência conduziu a decisão por dividir os encontros em três etapas, a saber: (1) **acolhimento**, no qual foram desenvolvidas atividades curtas (15-20 minutos) com o objetivo de promover a interação e a formação de vínculos entre os participantes, por meio de dinâmicas “quebra-gelo” e de partilha de sentimentos; (2) **oficina culinária**, com a execução de uma receita culinária cujo objetivo incluiu desde a promoção de hábitos alimentares saudáveis até o protagonismo das mulheres na execução das receitas; e (3) **roda de conversa**, momento para abordagem de um tema de interesse do grupo com o objetivo de promover o debate e a troca de conhecimento sobre temas específicos, em geral realizado durante o período de cocção das preparações.

Quadro 1. Descrição das atividades realizadas no grupo Oficina Culinária do Centro de Referência da Assistência Social Joana D’Arc em três etapas: acolhimento, receita e roda de conversa, Cuité-PB, primeiro semestre de 2019.

Acolhimento	Oficina culinária	Roda de Conversa
1* <i>Estratégia:</i> dinâmica "Cama de gato" (em círculo, o participante se apresenta e diz o que espera da oficina. Em seguida, joga um novelo de lã para um outro participante, segurando em uma ponta da lã). Objetivo: apresentar os participantes e construir vínculos.	Bolo de Cenoura Funcional com Farinha de Aveia	Atividades: (1) conversa sobre alimentos funcionais com enfoque no uso da aveia e cenoura, (2) escolha do nome do grupo com Grupo de Oficina Culinária do CRAS.
2 <i>Estratégia:</i> dinâmica "Receita inédita" (cada participante cita uma preparação que cozinhou que acredita ser inédita, e os demais compartilham se conhecem ou não). Objetivo: conhecer as receitas e habilidades em culinária dos participantes.	Bolinhos de Talos e Folhas	<i>Estratégia:</i> conversa mediada. Utilizaram-se figuras dos ingredientes utilizados na preparação. Objetivo: debater a importância e o uso integral dos alimentos.
3 <i>Estratégia:</i> "dinâmica da chuva" (cada participante executa um som com as mãos, ao final, o conjunto de sons se assemelha ao barulho de chuva). Objetivo: promover a integração e relaxamento dos participantes.	Torta de Abobrinha com Recheio de Frango (receita executada por uma participante)	<i>Estratégia:</i> dinâmica "Fatos e fotos" (cada participante levou uma foto/ objeto que se remete à comida / ato de comensalidade na construção da sua memória afetiva). Objetivo: resgatar a memória afetiva relacionada com alimentação.
4 <i>Estratégia:</i> dinâmica "Txai" (cada participante é convidado a imaginar coisas boas. Ao final de uma música, há troca de abraços e de uma palavra positiva). Objetivo: promover relaxamento e construção de vínculos.	Bolo de Capim Santo (receita executada por uma participante)	<i>Estratégia:</i> jogo de adivinhação "Qual é o chá?". Objetivo: trocar experiências sobre o uso de chás, incluindo o capim santo ingrediente da receita executada.
5 <i>Estratégia:</i> dinâmica "Desafio" (uma caixa fechada passou de mão em mão e cada participante é estimulado a enfrentar o desafio de abri-la). Objetivo: refletir sobre o enfrentamento dos medos e/ou situações novas e a rede de apoio de amigos e família.	(1) Bolo de Cuscuz e (2) Milho Verde Refolgado (receitas para valorização do milho devido à safra do mês de junho)	<i>Estratégia:</i> dinâmica "Mitos e Verdades" sobre alimentação em geral. Objetivo: compartilhar conhecimento sobre alimentação saudável.

Quadro 1. Descrição das atividades realizadas no grupo Oficina Culinária do Centro de Referência da Assistência Social Joana D'Arc em três etapas: acolhimento, receita e roda de conversa, Cuité-PB, primeiro semestre de 2019.(cont.)

Acolhimento	Oficina culinária	Roda de Conversa
6 <i>Estratégia:</i> dinâmica "Colorindo os sentimentos" (cada participante pensa em um sentimento e escolhe uma cor de fita que o represente. Os participantes que escolheram a mesma cor se reúnem e compartilham os sentimentos). Objetivo: partilhar os sentimentos e fortalecer vínculos.	(1) Geleia de Beterraba com Banana e (2) Nhoque de Beterraba com Molho Branco (receitas direcionadas a desconstruir a aversão alimentar de uma participante)	<i>Estratégia:</i> conversa mediada sobre aversões alimentares. Objetivo: incentivar a desconstrução de aversões alimentares e a descoberta de novos sabores.

Fonte: elaborado pelos autores, 2020. * No primeiro encontro do grupo, houve a participação de apenas uma mulher. A equipe (CRAS-universidade) optou por realizar novo convite na comunidade e realizar novamente a oficina na semana seguinte.

Quadro 2. Descrição das atividades realizadas no grupo Oficina Culinária do Centro de Referência da Assistência Social Joana D'Arc em três etapas: acolhimento, receita e roda de conversa, Cuité-PB, período de recesso acadêmico entre semestres 2019.

Acolhimento	Oficina culinária	Roda de Conversa
1 <i>Estratégia:</i> meditação (conductor orientou os participantes a imaginar uma viagem. Ao final, todos compartilharam os pensamentos e a viagem realizada). Objetivo: promover o relaxamento e a redução do estresse.	(1) Crepioca com Recheios de Queijo, Tomate e Manjerição e (2) Crepioca de Banana com Canela	<i>Estratégia:</i> degustação de especiarias (manjerição e canela). Houve troca de experiências sobre temperos e novos sabores). Objetivo: incentivar o uso de temperos naturais e despertar para novos sabores.
2 <i>Estratégia:</i> dinâmica de apresentação (cada participante se apresenta e em seguida executa um gesto. O grupo assim repetiu em sequência o gesto e o nome de todos os participantes). Objetivo: apresentar os novos participantes ao grupo (alunos do semestre 2019.2)	Creme de Jerimum	Atividade: Foi exercitada a comensalidade visando promover a integração entre todo o grupo

Fonte: elaborado pelos autores, 2020.

Apesar dessa divisão, a equipe procurou integrar e criar conexões entre as atividades planejadas em cada etapa, relacionando o tema da roda de conversa com a receita executada. A construção de um planejamento articulado entre as três etapas foi um dos desafios e aprendizados desta experiência. Como exemplo, a atividade 3, apresentada no quadro 3, descreve o encontro realizado no contexto da campanha Setembro Amarelo.

Quadro 3. Descrição das atividades realizadas no grupo Oficina Culinária do Centro de Referência da Assistência Social (CRAS) Joana D'Arc em três etapas: acolhimento, receita e roda de conversa, Cuité-PB, segundo semestre de 2019.

Acolhimento	Oficina culinária	Roda de Conversa
<p>1 <i>Estratégia:</i> dinâmica "Sentimentos na cozinha" (foi disponibilizada uma caixa com figuras do tipo <i>emojis</i>. Cada participante escolheu uma figura que expressa o sentimento sobre cozinhar). Objetivo: explorar a relação dos participantes com o ato de cozinhar e valorizar os saberes culinários.</p>	<p>Pizza de Abobrinha e Aveia</p>	<p><i>Estratégia:</i> conversa mediada sobre alimentação. Objetivo: debater sobre alimentação saudável, considerando os ingredientes utilizados na receita.</p>
<p>2 <i>Estratégia:</i> dinâmica "Abraço" (os participantes foram estimulados a trocar 11 tipos de abraços diferentes). Objetivo: promover a construção de vínculos.</p>	<p>Brigadeiro <i>Fake</i> de Banana.</p>	<p><i>Estratégia:</i> conversa mediada. Utilizaram-se imagens para conduzir o debate sobre diabetes. Objetivo: promover a troca de conhecimento sobre o tema diabetes.</p>
<p>3 <i>Estratégia:</i> dinâmica "O garotinho chamado Amor" (uma história foi contada e para algumas palavras os participantes foram orientados a realizar gestos como gargalhada, palmas, dentre outros). Objetivo: promover a construção de vínculos.</p>	<p>Biscoito de Queijo (receita executada por uma participante do grupo).</p>	<p><i>Estratégia:</i> dinâmica "Mitos e verdades" sobre o tema suicídio, como parte da campanha Setembro Amarelo (roda de conversa conduzida com o apoio da psicóloga do CRAS). Objetivo: discutir o tema suicídio e promover a reflexão sobre a importância do cuidado com a saúde mental.</p>
<p>4 <i>Estratégia:</i> dinâmica "Nó" (os participantes formaram um nó com as mãos dadas. Foi dado o desafio de desatar este nó sem soltar as mãos). Objetivo: fortalecer o vínculo entre os participantes e estimular a reflexão do grupo como uma rede de apoio.</p>	<p>Oficina de temperos (foram apresentados diferentes temperos. Não houve elaboração de receita).</p>	<p><i>Estratégia:</i> conversa mediada (pergunta condutora: como você tempera sua comida?) Objetivo: compartilhar conhecimento sobre o valor nutricional dos temperos industrializados e apresentar, como alternativa, os temperos naturais.</p>
<p>5 <i>Estratégia:</i> dinâmica "Características e Manias" (os participantes escreveram alguma característica ou mania. Todos foram estimulados a adivinhar qual participante tem tais características). Objetivo: fortalecer o vínculo e o conhecimento entre os participantes.</p>	<p>(1) Suco de Abacaxi, Limão e Gengibre, (2) Suco de Cenoura, Laranja e Beterraba e (3) Suco de Cenoura, Abacaxi, Laranja e Hortelã.</p>	<p><i>Estratégia:</i> conversa mediada, como parte da campanha Outubro Rosa (pergunta condutora: você já fez o autoexame?). Objetivo: incentivar o autocuidado para a promoção e prevenção da saúde e incentivar a alimentação saudável.</p>
<p>6 <i>Estratégia:</i> dinâmica "Observação" (Com os participantes de olhos fechados, um mediador conduziu perguntas sobre roupas /objetos usados por diferentes participantes). Objetivo: promover a reflexão sobre sensibilidade e cuidado com o outro.</p>	<p>(1) Salada Agridoce, (2) Salada Panzanella e (3) Molho de Mostarda e Mel.</p>	<p><i>Estratégia:</i> conversa mediada. (Os participantes sentaram-se ao redor da mesa e conversaram sobre a função das hortaliças para o bom funcionamento intestinal). Objetivo: incentivar o consumo de saladas cruas e hortaliças.</p>

Fonte: elaborado pelos autores, 2020.

No **acolhimento**, a equipe valorizou o vínculo entre os participantes; a receita executada na oficina destacou as habilidades culinárias de uma das participantes do grupo e, ao final, na roda de conversa, o tema abordado foi saúde mental com enfoque na prevenção do suicídio. Assim, a articulação entre as três etapas demandou da equipe tanto propor receitas que dialogassem com os temas de interesse do grupo, como gerar debates relacionados com os ingredientes ou modo de preparo das receitas propostas para cada momento.

As **oficinas culinárias** foram planejadas e desenvolvidas dando prioridade aos alimentos disponíveis na cidade e de baixo custo e às receitas de rápido e fácil preparo. Tais oficinas foram realizadas no espaço físico do próprio CRAS, que contava com uma estrutura de cozinha pequena, simples e com poucos recursos em utensílios. Um espaço que se aproximou da realidade das participantes e exigiu da equipe a proposição de receitas adequadas aos recursos limitados.

Para a execução das receitas, os alimentos, preferencialmente *in natura*, eram expostos e etiquetados em mesas ou bancadas. A apresentação de cada ingrediente foi um momento importante para troca de experiências culinárias, pois durante a apresentação, por vezes, as participantes foram estimuladas a compartilhar os usos e as receitas já desenvolvidas com determinado ingrediente. Para os ingredientes principais da receita, também foram levadas informações sobre o custo e os possíveis locais de acesso no município. Durante a oficina, cada participante recebeu a receita impressa contendo os ingredientes e o modo de preparo. A equipe também elaborou um livro de receitas dinâmico no qual o participante poderia agregar, a cada oficina, a receita impressa recebida.

Tais estratégias aumentaram a possibilidade de aceitação da receita e sua posterior replicação no ambiente familiar. A interação dos participantes em um aplicativo de mensagem próprio do grupo possibilitou o compartilhamento das experiências de elaboração das receitas em casa. Outros autores mencionaram as potencialidades da estratégia "Oficina culinária", especialmente no campo do debate de temas relacionados com alimentação e nutrição, sendo uma estratégia popular para EAN com possibilidade de aplicação de oficinas em diversos grupos populacionais.⁸⁻¹³

Figueiredo & Freitas,¹⁴ Castro & Souza¹⁵ destacaram que a prática de oficinas culinárias pode ser uma ferramenta de promoção de novos hábitos nutricionais por proporcionar uma experiência de vivência e reflexão aos participantes sobre as relações entre alimentação, cultura e saúde, motivando a mudança e a manutenção de bons hábitos alimentares. Rigo & Cobayashi¹⁶ também abordaram perspectivas semelhantes em um relato de experiência sobre oficina culinária na cidade de Acrelândia-AC, ressaltando a aceitação das participantes por novos ingredientes e preparações como resultado das oficinas.

Para além da abordagem nutricional e técnica, a prática da oficina culinária no CRAS também se mostrou uma estratégia para promoção do protagonismo e da autonomia das mulheres, por meio da valorização do saber-fazer culinário das participantes. Em muitos encontros, as participantes foram protagonistas na execução da oficina culinária desenvolvendo suas próprias receitas. Os ingredientes e o modo de preparado eram repassados com antecedência aos estudantes, que assim organizavam previamente a oficina. No dia do encontro, a participante conduzia a explicação de todo o processo de preparo, promovendo a troca de conhecimento culinário e o exercício do protagonismo das mulheres no grupo.

Nesta direção, Pineli & Riquete⁹ também destacaram que a educação por meio de oficinas culinárias promove a autonomia dos participantes, sendo uma estratégia para superação do modelo de educação e atenção à saúde "medicocêntrico" nos âmbitos dos serviços públicos.

Ferreira & Wayne,¹⁷ a partir de experiência realizada com mulheres em Porto Alegre-RS, retrataram a cozinha doméstica como um espaço repleto de significados. Entre as mulheres entrevistadas, as autoras destacaram a ressignificação deste espaço, historicamente opressor, em um lugar de poder e de exercício de liberdade. Também destacaram o potencial terapêutico das oficinas culinárias, que, na visão das autoras, abrangem mais do que fazer

uma receita, pois é na cozinha onde saberes, lembranças e costumes são reconhecidos e repassados ao longo das gerações.

A **roda de conversa** realizada em cada encontro também exerceu o papel de promover protagonismo e troca de experiências entre as mulheres, por proporcionar um espaço de fala e escuta cujo diálogo se baseou na horizontalização das relações de poder. Para Sampaio & Santos,¹⁸ as rodas de conversa possibilitam encontros e criam possibilidades de produção e ressignificação de sentidos e saberes relacionados com as experiências daqueles que participam.

A valorização da subjetividade da pessoa, a iniciativa de dar voz às mulheres e de colocá-las no centro da ação e a participação ativa das mesmas na tomada de decisão no grupo podem ser reconhecidos como meios para despertar o protagonismo.^{19,20} No âmbito da Política Nacional de Assistência Social, o protagonismo está pautado na construção de espaços e oportunidades para o exercício da cidadania ativa, sendo o cidadão sujeito protagonista da rede de ações e serviços.²¹ Para Souza,²² no âmbito da assistência social, o protagonismo perpassa por reconhecer-se como ser humano atuante em um processo histórico, que transforma o mundo e a si mesmo, em um processo ativo de autoconstrução.

A condução das rodas de conversa foi uma das experiências mais desafiadoras para a equipe. Ao longo do processo, foram vivenciadas dificuldades relacionadas com o conteúdo e as reflexões geradas a partir do diálogo, ou seja, houve um momento em que a equipe se questionou se a conversa estava, de fato, produzindo oportunidades de ressignificação de práticas e saberes entre os participantes do grupo. Apesar de a roda de conversa se constituir para o grupo como um espaço informal, democrático e de troca, nem sempre esse momento foi conduzido com a problematização ou reflexão das falas. Como já destacado por Sampaio & Santos,¹⁸ a mera organização física das pessoas em forma circular não garante que os saberes serão compartilhados no e pelo coletivo.

Outra dificuldade vivenciada foi o uso de uma linguagem clara e de fácil entendimento pela equipe que conduziu os encontros, como também a manutenção do foco das mulheres no tema central da roda de conversa, sobretudo após a realização da oficina culinária. Havia grande empolgação entre as participantes, o que mostrava, de um lado, a necessidade de conversar, e de outro, a satisfação com relação ao momento vivido na cozinha.

Os desafios demandaram a aplicação de estratégias metodológicas para a condução da roda de conversa por meio de perguntas condutoras, materiais educativos e dinâmicas que possibilitassem o processo de democratização da fala e da escuta (quadros 1 e 3). Além disso, os momentos de avaliação após a realização do encontro permitiram que a equipe refletisse sobre cada participante, na perspectiva de entender suas diferentes necessidades e potencialidades dentro do grupo.

Estratégias para construção de vínculos

Para a Política Nacional de Atenção Básica, vínculo consiste na construção de relações de afetividade e confiança entre o usuário e o trabalhador da saúde, com potencial terapêutico à medida que há o aprofundamento do processo de corresponsabilização pela saúde.²³ Já no contexto da Política Nacional de Assistência Social,²¹ vínculo também guarda relação com a afetividade, entendido como um processo inerente ao encontro entre pessoas; tais encontros, no entanto, podem "favorecer a expansão da vida, o sentimento de valorização, estimular a ação para mudanças; ou podem gerar subordinação, desqualificação, redução de vida, desumanização".

Nesta perspectiva, o grupo de oficina culinária do CRAS, para além de fortalecer as relações entre trabalhadores da assistência social e as mulheres participantes, também cumpriu o papel de proporcionar uma oportunidade de construção de sentimentos de valorização da vida e fortalecimento de vínculos. Esse processo

lento e conduzido ao longo de todo o ano de 2019 envolveu a necessidade de estabelecer relações de vínculo considerando as posições no grupo dos diferentes atores participantes: mulheres, estudantes de ambos os semestres, professora e profissionais do CRAS.

Uma vez formado o grupo de oficina culinária do CRAS, mantê-lo foi o primeiro desafio. Ou seja, promover que as mulheres já envolvidas permanecessem participando regularmente visando formar um grupo coeso e com potência para a formação de vínculo. Para tanto, ainda no segundo mês de oficinas, foi criado um grupo para comunicação em um aplicativo de mensagens, como estratégia para manter o contato e promover a participação. No aplicativo, foi possível compartilhar fotos dos encontros, receitas e mobilizar as participantes no período entre encontros. Outra estratégia para incentivar a participação das mulheres foi possibilitar que as participantes trouxessem receitas de autoria própria para apresentar nas oficinas, como realizado nas atividades 3, 4 e 5 descritas no quadro 1. Com essa estratégia, observou-se o engajamento entre as mulheres, tendo em vista que permitiu uma troca de experiência, que resultou em um sentimento de orgulho por passar adiante receitas que retratam um pouco de sua própria história.

As dinâmicas desenvolvidas durante o acolhimento, expostas nos quadros 1, 2 e 3, foram direcionadas à troca de afeto, à prática da escuta entre as participantes e às reflexões sobre desafios e valorização da vida, sendo também uma das estratégias aplicadas para a construção de vínculos entre os participantes.

Na experiência dos autores, a decisão por manter os encontros do grupo em período de recesso acadêmico também fortaleceu a relação de confiança e o vínculo entre as mulheres, a equipe do CRAS e a professora orientadora do grupo. Foram realizados dois encontros no período de recesso (quadro 2), mantendo assim a periodicidade quinzenal dos encontros, o que promoveu a participação e a assiduidade das participantes.

Também no contexto do recesso acadêmico, uma preocupação da equipe da universidade consistia na fragilização de vínculos com as mulheres e a coordenadora do CRAS, com a mudança dos alunos entre os semestres. Optou-se, neste sentido, por implementar como parte da rotina do grupo de oficina do CRAS, a recepção aos novos alunos. Assim, no primeiro encontro do semestre 2019-2, contou-se com a participação de alunos que conduziram as atividades em 2019-1, como também dos novos alunos. Assim, a professora, a coordenadora do CRAS e as mulheres realizaram o acolhimento dos novos participantes, de forma a construir o sentimento e sentido de grupo entre esses atores considerados fixos na dinâmica do grupo de oficina culinária.

Outro desafio relacionado com o fortalecimento de vínculos esteve associado com a integração do grupo Oficina culinária do CRAS aos serviços e atividades de rotina do equipamento público. Entende-se que a existência do grupo deveria cumprir um papel mais importante que criar a oportunidade de formar os alunos a partir da experiência, ou seja, seria necessário garantir a sustentabilidade do grupo dentro do CRAS. Assim, os atores da universidade também buscaram estratégias para a construção deste vínculo com o serviço, como (1) a participação da coordenadora do CRAS nas atividades; (2) a solicitação do encaminhamento de mulheres para o grupo a partir do atendimento das assistentes sociais e psicólogas; (3) a inserção da psicóloga do CRAS na condução da roda de conversa (atividade 3, quadro 3); e (4) o apoio e incentivo à participação das mulheres em atividades promovidas pelo CRAS (quadro 4).

Quadro 4. Descrição de atividades festivas, confraternizações e oficina de habilidades com o Grupo Oficina Culinária do Centro de Referência da Assistência Social (CRAS) Joana D'Arc, Cuité PB, 2019.

1	<i>Festa junina</i>	Atividade de confraternização e culminância realizada ao final do primeiro semestre de 2019, que reforçou a importância da permanência de cada participante no grupo. Foi entregue um livro de receitas com as receitas elaboradas no semestre.
2	<i>Chá de bebê</i>	A realização do chá de bebê surpresa foi uma iniciativa das mulheres. Nesta atividade, foi possível fortalecer os vínculos do grupo devido a preparação coletiva e contribuição de todos para a festa.
3	<i>Caminhada em grupo</i>	A caminhada foi realizada junto com o grupo de idosos do Serviço de Convivência e Fortalecimento de Vínculos. A participação do grupo teve como objetivo fortalecer vínculos.
4	<i>Oficina de feltro</i>	Atividade foi proposta pela coordenadora do CRAS e consistiu na confecção de uma lembrança natalina utilizando feltro. A conversa informal durante a costura promoveu a aproximação e troca de experiência.
5	<i>Confraternização natalina</i>	No acolhimento, elaborou-se um mural de fotos. Houve confraternização com preparações levadas pelos participantes.

Fonte: elaborado pelos autores, 2020.

Como resultado dessas estratégias, a participação mais concreta desses profissionais se deu no segundo semestre, observando-se melhor ajuste das atividades do grupo na agenda profissional e na rotina do CRAS. Ao final do ano 2019, o grupo Oficina Culinária do CRAS, inicialmente descrito no serviço como uma atividade da universidade, foi vinculado às atividades do CRAS como grupo operativo.

CONCLUSÃO

O grupo de mulheres Oficina Culinária do CRAS Joana D'Arc conseguiu de forma contínua e progressiva alcançar seus objetivos no que se refere a sua criação e manutenção como parte das atividades do CRAS durante o ano de 2019. A participação das mulheres no grupo foi agente de criação de vínculo com os profissionais do serviço e contribuiu para potencializar o espaço do CRAS com a oferta de ações de promoção de saúde e EAN.

O caminho traçado pela universidade junto ao CRAS foi exitoso, visto que o grupo de mulheres passou de um componente curricular da universidade para formação discente a um serviço oferecido à comunidade. E isto pode ser um efeito da junção da estratégia "Oficina culinária" com as rodas de conversa, que priorizaram a troca de experiência, o protagonismo das mulheres e o vínculo, promovendo um debate ampliado, para além de temas relacionados com a alimentação e nutrição.

AGRADECIMENTOS

Os autores agradecem a todos os profissionais do CRAS Joana D'Arc do município de Cuité-PB, pelo acolhimento nos dados durante o ano de 2019. Agradecem, ainda, o afeto de cada mulher que, quinzenalmente, se fez presente na nossa oficina e permitiu, assim, nosso aprendizado.

REFERÊNCIAS

1. Brasil. Ministério de Desenvolvimento Social e Combate à Fome. Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as políticas públicas. Brasília: MDS, Secretaria Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional, 2012. 68 p. [acesso em 6 fev. 2021]. Disponível em: https://www.cfn.org.br/wp-content/uploads/2017/03/marco_EAN.pdf
2. Boog M. Educação em Nutrição: integrando experiências. Campinas, SP: Komedi; 2013.
3. Brasil. Ministério de Desenvolvimento Social e Combate à Fome. Princípios e Práticas para Educação Alimentar e Nutricional. Brasília: MDS, Secretaria Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional, 2018. p. 48. [acesso em 6 fev. 2021]. Disponível em: https://www.mds.gov.br/webarquivos/arquivo/seguranca_alimentar/caisan/Publicacao/Educacao_Alimentar_Nutricional/21_Principios_Praticas_para_EAN.pdf
4. Cervato-Mancuso AM, Vincha KR, Santiago DA. Educação Alimentar e Nutricional como prática de intervenção: reflexão e possibilidades de fortalecimento. *Physis* 2016; 26(1): 225-49. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0103-73312016000100013>
5. França CJ, Carvalho VH. Estratégias de educação alimentar e nutricional na Atenção Primária à Saúde: uma revisão de literatura. *Saúde debate* 2017; 41(114):932-48. DOI: <https://doi.org/10.1590/0103-1104201711421>.
6. Sposati A. Os 20 anos de LOAS: a ruptura com o modelo assistencialista. In: Colin DR, Crus JF, Tapajós LS, Albuquerque SA (org). 20 anos da Lei Orgânica de Assistência Social. Brasília: Secretaria Nacional de Assistência Social, MDS; 2013. p. 20-40. [acesso em 6 fev. 2021]. Disponível em: https://www.mds.gov.br/webarquivos/publicacao/assistencia_social/Livros/20anosLOAS.pdf
7. Atlas do Desenvolvimento Humano no Brasil [página na internet]. Programa das Nações Unidas para o Desenvolvimento [acesso em 1 ago. 2017]. Disponível em: <http://www.atlasbrasil.org.br>
8. Ferreira FV, Azevedo FM, Teixeira BA, Silva LSB, Moraes JR, Novaes JF. Oficina culinária como estratégia de educação alimentar e nutricional na comunidade Córrego São João e setores, Viçosa, Minas Gerais: uma parceria entre o Programa de Educação Tutorial em Nutrição e a Empresa de Assistência Técnica e Extensão Rural. *J Manag Prim Health Care* 2017; 7(1):75. DOI: <https://doi.org/10.14295/jmphc.v7i1.401>
9. Pineli LL, Riquette RF, Moreira GP, Silva EC, Assis DC, Lima LM, et al. Oficinas culinárias: uma estratégia de educação nutricional sob a perspectiva do PRÓ-SAÚDE. *Revista Tempus, actas de saúde Coletiva*. 2015; 9(1):107-123. DOI: <https://doi.org/10.18569/tempus.v9i1.1695>
10. Silva CP, Carmo AS, Horta PM, Santos LC. Intervenção nutricional pautada na estratégia de oficinas em um serviço de promoção da saúde de Belo Horizonte, Minas Gerais. *Rev. Nutr.* 2013; 26 (6): 647-58. DOI: <https://doi.org/10.1590/S1415-52732013000600004>

11. Souza F, Oliveira G, Silva E. Oficina de culinária com grupo de controle ao tabagismo: um relato de experiência. *Revista de Pesquisa Interdisciplinar* 2017; 2 (Suppl): 571-77. DOI: <http://dx.doi.org/10.24219/rpi.v2i2.0.366>
12. Gallina LS, Medeiros JLM. Oficina culinária: ferramenta educativa para feirantes. *CATAVENTOS - Revista de Extensão da Universidade de Cruz Alta* 2010; 1(2): 1-11. DOI: <http://dx.doi.org/10.33053/cataventos.v2i1>
13. Pereira MN, Sarmiento CTM. Oficina de Culinária: uma ferramenta de educação nutricional aplicada na escola. *Universitas: Ciências da Saúde* 2012;10(2): 87-94. DOI: <https://doi.org/10.5102/ucs.v10i2.1542>
14. Figueiredo SM, Freitas MCD, Silva JMT, Vieira Filho SA, Caligiorne RB. Oficinas de culinária: método educativo para adesão em patologias crônicas e promoção da alimentação saudável. *HU Revista [revista online]* janeiro-junho de 2014; 40 (1 e 2): 67-72. [acesso em 6 fev. 2021]. Disponível em: <https://periodicos.ufjf.br/index.php/hurevista/article/view/2322/928>
15. 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. Nutri.* 2007; 20(6) : 571-88. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/S1415-52732007000600001>
16. Rigo N, Cobayashi. Oficinas culinárias para promoção da alimentação saudável: Uma experiência na Amazônia Ocidental Brasileira. In: (Org.) Cardoso, M. *Nutrição em Saúde Coletiva*. São Paulo: Atheneu; 2014. p. 315-20.
17. Ferreira JW, Wayne LS. A cozinha das mulheres de espaço: de espaço de domesticação ao de empoderamento a partir de saberes e fazeres culinários. *Revista Espacialidades [revista online]* 2018; 13(1). [acesso em 6 fev. 2021]. Disponível em: <http://www.cchla.ufrn.br/espacialidades/v13/2018-dossie05.pdf>
18. Sampaio J, Santos GC, Agostini M, Salvador AS. Limites e potencialidades das rodas de conversa no cuidado em saúde: uma experiência com jovens no sertão pernambucano. *Interface (Botucatu)* 2014; 18 (Supl. 2):1299-1311. DOI: <https://doi.org/10.1590/1807-57622013.0264>.
19. Bossato H, Dutra V, Cavalcanti P, Loyola C, Oliveira R. Protagonismo do usuário na assistência em saúde mental: uma pesquisa em base de dados. *Barbarói*. 2021; 58: 95-121. DOI: <http://dx.doi.org/10.17058/barbaroi.v0i58.15125>
20. Torre EHG, Amarante P. Protagonismo e subjetividade: a construção coletiva no campo da saúde mental. *Ciência & Saúde Coletiva*. 2001; 6 (1):73-85. DOI: <https://doi.org/10.1590/S1413-81232001000100006>.
21. Brasil. Ministério de Desenvolvimento Social e Combate à Fome. Política Nacional de Assistência Social/ PNAS 2004. Brasília: MDS, Secretaria Nacional de Assistência Social; 2009. [acesso em 6 fev. 2021]. Disponível em: http://www.mds.gov.br/webarquivos/publicacao/assistencia_social/Normativas/PNAS2004.pdf
22. Souza C. Limites e possibilidades dos processos pedagógicos construírem para o protagonismo cidadão no contexto dos Centros de Referência de Assistência Social - CRAS dos Campos Gerais. Ponta Grossa: Universidade Estadual da Ponta Grossa, 2016. Tese de doutorado em Ciências Sociais Aplicadas.

23. Brasil. Portaria Nº 2.488, de 21 de outubro de 2011. Aprova a Política Nacional de Atenção Básica, estabelecendo a revisão de diretrizes e normas para a organização da Atenção Básica, para a Estratégia Saúde da Família (ESF) e o Programa de Agentes Comunitários de Saúde (PACS), 2012. [Acesso em 6 fev. 2021]. Disponível em: http://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2011/prt2488_21_10_2011.html.

Colaboradores

Palmeira PA supervisionou as atividades do grupo de mulheres no Centro de Referência da Assistência Social e participou da concepção, redação e revisão do manuscrito. Os demais autores, Araújo RR, Pereira LEA, Araújo DBM, Barbosa KMS e Pereira HCM escreveram o artigo e desenvolveram as atividades com o grupo de mulheres.

Conflito de Interesses: Os autores declaram não haver conflito de interesses.

Recebido: 24 de setembro de 2020

Aceito: 09 de fevereiro de 2021