

-  Giuliana Caruso Tangerino¹
-  Ricardo Teixeira Quinaud²
-  Daniela Silva Canella³
-  Maria Eduarda Ribeiro³
-  Patrícia Maria Périco Perez¹
-  Ana Cláudia Mazzonetto¹

¹ Universidade do Estado do Rio de Janeiro^{ROR}, Instituto de Nutrição, Departamento de Nutrição Aplicada. Rio de Janeiro, RJ, Brasil.

² Universidade do Extremo Sul Catarinense^{ROR}, Curso de Educação Física. Criciúma, SC, Brasil.

³ Universidade do Estado do Rio de Janeiro^{ROR}, Instituto de Nutrição, Programa de Pós-Graduação em Alimentação e Saúde. Rio de Janeiro, RJ, Brasil

Correspondência
Ana Cláudia Mazzonetto
ac.mazzonetto@gmail.com

Editoras Convidadas

-  Lilia Zago
-  Aline Rissatto Teixeira
-  Isabelle Santana
-  Betzabeth Slater Villar

Avaliação das habilidades culinárias de estudantes ingressantes em uma universidade pública

Assessment of the culinary skills of freshmen at a public university

Resumo

Introdução: O ingresso na universidade representa um período crítico de transição para adultos jovens. Na alimentação e nutrição, esse processo é descrito na literatura como uma fase com alto consumo de ultraprocessados e carente em alimentos *in natura*. Nesse contexto, a falta de habilidades culinárias é compreendida como um importante preditor para esse padrão de consumo em universitários. **Objetivo:** Avaliar habilidades culinárias de estudantes ingressantes em uma universidade pública no Rio de Janeiro. **Método:** Trata-se de estudo descritivo transversal original com abordagem quantitativa, conduzido com estudantes ingressantes em uma universidade pública, que responderam voluntariamente ao Questionário Brasileiro de Habilidades Culinárias e Alimentação Saudável (QBHC). A análise estatística foi realizada por regressões lineares multiníveis e as variações de respostas foram analisadas de acordo com as dimensões do QBHC agregadas por faixa etária, se considera que sabe cozinhar e se mora com os pais e sem filhos. **Resultado:** Participaram da pesquisa 205 estudantes, apresentaram alta habilidade culinária, porém a maioria (59%) tinha baixo conhecimento de termos e técnicas culinárias. Estudantes que moram com os pais apresentaram maior autoeficácia culinária, autoeficácia no consumo de frutas, legumes e verduras e habilidade culinária quando comparados àqueles que moram sem os pais. Ademais, estudantes mais velhos apresentaram maior atitude culinária. **Conclusão:** Os estudantes apresentaram resultados positivos em relação às habilidades culinárias, porém baixo conhecimento de termos e técnicas culinárias, o que talvez dificulte o preparo dos alimentos. Morar com os pais e idades mais avançadas se associaram positivamente a escalas que envolvem habilidades culinárias.

Palavras-chave: Habilidades para a vida. Estudantes. Culinária. Universidades.

Abstract

Introduction: Entering university represents a critical transition period for young adults. In the context of food and nutrition, this phase is often characterized by increased consumption of ultra-processed foods and a reduced intake of fresh foods. Consequently, a lack of culinary skills is recognized as a significant predictor for this consumption pattern among university students. **Objective:** This study aims to evaluate the culinary skills of freshmen at a public university in Rio de Janeiro. **Method:** This is an original cross-sectional descriptive study with a quantitative approach and involves freshmen of a public university who voluntarily completed the Brazilian Cooking Skills and Healthy Eating Questionnaire (BCSQ). Statistical analysis was conducted using

multilevel linear regressions, and response variations were analyzed according to the dimensions of the BCSQ, categorized by age group, self-perceived cooking ability, and living arrangements (i.e., living with their parents without children). **Results:** 205 students participated in the study, with high culinary skills, but most (59%) had low knowledge of culinary terms and techniques. Students who live with their parents exhibited greater culinary self-efficacy, self-efficacy in the consumption of fruits and vegetables, and cooking skills when compared to those who live without their parents. In addition, older students presented a higher culinary attitude. **Conclusion:** The students had positive results in relation to culinary skills, but low knowledge of culinary terms and techniques, which may hinder the preparation of food. Living with parents and older ages were positively associated with scales involving culinary skills.

Keywords: Life skills. Students. Cooking. Universities.



INTRODUÇÃO

O ingresso na universidade representa um período crítico de transição para os adultos jovens e deve ser considerado um processo complexo e multidimensional envolvendo diversos fatores de natureza inter e intrapessoal.¹⁻³ Além das mudanças no desenvolvimento da fase final da adolescência para a fase inicial da vida adulta, os estudantes enfrentam desafios que envolvem tanto as exigências do novo contexto acadêmico, como as consequências que esse cenário trará. Nesse sentido, a experiência inicial de ingresso no ensino superior é um momento de extrema importância para os estudantes, uma vez que passam a frequentar uma estrutura de funcionamento que não dominam, dadas as grandes diferenças entre a universidade e o ensino médio.⁴

No âmbito da alimentação e nutrição, esse processo de transição também vem sendo descrito na literatura como uma fase crítica, marcada por padrões de consumo alimentar desfavoráveis à saúde. Em um estudo seccional com estudantes de uma universidade pública do Rio de Janeiro, foram encontradas práticas alimentares desfavoráveis, como: a não realização do desjejum, substituição do jantar por lanche, baixo consumo de frutas, hortaliças e feijão, e consumo frequente de bebidas açucaradas, guloseimas e biscoitos e/ou salgadinhos de pacote.⁵ Além disso, uma revisão de literatura⁶ sobre o tema demonstrou que os estudantes universitários apresentam alto consumo de *fast foods*, *snacks*, alimentos fritos e doces, ao passo que apresentam baixo consumo de frutas e hortaliças, cenário que contribui para uma piora do estado nutricional e está associado ao desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis, como a obesidade. Diversos fatores podem contribuir para o aumento do consumo de ultraprocessados em detrimento da ingestão de alimentos *in natura* ou minimamente processados por universitários. Entre esses fatores, destacam-se o fácil acesso a alimentos de baixa qualidade nutricional, a ausência de opções saudáveis nas cantinas das universidades, a escassez de tempo devido às demandas acadêmicas e a falta de habilidades culinárias. Esta última tem sido reconhecida como um preditor significativo desse padrão de consumo alimentar.⁷

O *Guia Alimentar para a População Brasileira*⁸ sinaliza alguns obstáculos para a alimentação saudável, dentre os quais: informação, oferta, custo, habilidades culinárias, tempo e publicidade. No que tange às habilidades culinárias, o Guia refere que “o enfraquecimento da transmissão de habilidades culinárias entre gerações favorece o consumo de alimentos ultraprocessados”, e que devido a esse cenário de enfraquecimento, os jovens têm cada vez menos confiança e autonomia no preparo de alimentos.

Na literatura, existe uma disparidade na conceituação das habilidades culinárias. Uma revisão acerca do conceito de habilidades culinárias realizada no Brasil^{9,10} identificou que, enquanto alguns autores definem as habilidades culinárias de forma mais tradicional, sendo muitas vezes utilizado o termo “cozinhar do zero” (*cooking from scratch*), que significa cozinhar a partir de alimentos *in natura* e minimamente processados,⁹ outros ampliam o conceito englobando o uso da tecnologia, como por exemplo micro-ondas, considerando que cozinhar alimentos que já possuem um pré-preparo (processados e ultraprocessados) também está incluído nas habilidades culinárias.¹¹ A partir dessas comparações e análises, as autoras do estudo de revisão propõem o seguinte conceito, o qual será adotado no presente trabalho.¹⁰ Habilidades culinárias são definidas como: “confiança, atitude e aplicação de conhecimento individual para realizar tarefas culinárias que vão desde o planejamento de cardápio e compras até a preparação de alimentos *in natura*, minimamente processados, processados ou ultraprocessados”.¹⁰

Tendo em vista a relevância das habilidades culinárias para o desenvolvimento de hábitos alimentares saudáveis, foram identificados, em busca na literatura, nove estudos que avaliaram tais habilidades em estudantes universitários (detalhamento da busca no material suplementar).

Esses estudos foram conduzidos em diversas regiões, incluindo o Brasil, a América do Norte e a Europa, com três estudos em cada uma dessas áreas. Todavia, apresentaram resultados controversos, enquanto em um estudo, níveis maiores de habilidades culinárias estiveram associados com a insegurança alimentar;¹² no outro, maior nível de autoeficácia culinária esteve associado à maior segurança alimentar.¹³ Outro estudo realizado na América do Norte investigou preditores para habilidades culinárias em universitários e encontrou como principal o hábito de cozinhar quando adolescente.¹⁴ Já um dos estudos desenvolvidos em Portugal, que investigou a mesma temática teve como resultados: sexo feminino, estudantes mais velhos (maiores de 20 anos de idade) e não residir com os pais.¹⁵ Em relação ao nível de habilidades culinárias nos universitários, estudo realizado na Espanha identificou a falta de habilidades entre os estudantes,¹⁶ enquanto um outro, desenvolvido em Portugal, constatou que a maioria dos estudantes relataram se sentir bastante confiantes nas habilidades culinárias avaliadas.¹⁷ Um compilado desses estudos pode ser acessado no material suplementar.

Os estudos brasileiros identificaram que estudantes com maior nível de habilidades culinárias aumentaram a probabilidade de usar ingredientes frescos na pandemia¹⁸ e apresentaram consumo diário de hortaliças.¹⁹ Ademais, não morar com os pais e ter disponibilidade de mais de uma hora por dia para cozinhar foram fatores associados positivamente com o nível de habilidades culinárias.²⁰ As principais barreiras encontradas, nos estudos brasileiros e norte-americanos, para o desenvolvimento de habilidades culinárias entre universitários foram: acesso inadequado ao transporte para mercados e mercearias, falta de recursos financeiros e falta de tempo para cozinhar e realizar compras.^{12,13,20}

Nesse sentido, dado o cenário de transição enfrentado pelos estudantes ingressantes na universidade, que pode estar associado a uma alteração negativa do consumo alimentar, e que a falta de habilidades culinárias pode influenciar esse consumo inadequado, conhecer as habilidades culinárias dos estudantes universitários pode auxiliar a realização de intervenções de promoção da alimentação saudável para esse grupo. Portanto, o objetivo do presente estudo foi avaliar as habilidades culinárias de estudantes ingressantes em uma universidade pública do Rio de Janeiro.

MÉTODOS

Desenho de estudo e coleta de dados

Estudo descritivo transversal com abordagem quantitativa, realizado entre julho de 2022 a fevereiro de 2023, com estudantes ingressantes de todos os cursos de graduação de uma universidade pública nos períodos de 2022.1 e 2022.2. Os cursos de graduação da universidade estão divididos em quatro grandes áreas: Biomédica, Ciências Sociais, Educação e Humanidades, e Tecnologia e Ciências. O recrutamento foi realizado em conjunto com o estudo “Condições de alimentação, nutrição, saúde e segurança alimentar e nutricional de estudantes universitários e relação com o ambiente alimentar universitário”, que aplicou um questionário *on-line* com os alunos ingressantes do ano de 2022. Esse instrumento foi enviado, no formato de formulário do *Google Forms*, para o e-mail dos estudantes de todos os cursos de graduação, que responderam voluntariamente. Além disso, presencialmente na universidade foram entregues *QRcodes* impressos, que direcionavam para o questionário, durante as aulas de primeiro período, nos centros acadêmicos, no restaurante universitário e em eventos da universidade. Um perfil no *Instagram* também foi criado para divulgar a pesquisa. Os dados sociodemográficos utilizados foram oriundos da pesquisa, foram eles: idade, gênero, curso de graduação, raça/cor e com quem reside. Adicionalmente, havia a seguinte pergunta: você considera que sabe cozinhar? (sim / não). (Tabela Suplementar 1)

Ao final do formulário do estudo supracitado, havia a seguinte pergunta: “Você aceita participar de uma pesquisa sobre habilidades culinárias?”. Aqueles que responderam “sim” foram contactados via e-mail para participar da presente pesquisa, respondendo a um questionário sobre habilidades culinárias, com os

seguintes critérios de inclusão: estar iniciando um curso de graduação e responder ao questionário no período em que iniciaram o curso.

Habilidades culinárias

A avaliação das habilidades culinárias dos estudantes foi realizada por meio da aplicação, na íntegra, do Questionário Brasileiro de Avaliações das Habilidades Culinárias e Alimentação Saudável (QBHC), que foi adaptado e validado para a população brasileira.²¹ Em sua validação, o questionário sofreu uma redução de itens, sendo composto por 36 itens distribuídos nas sete escalas da versão original americana. A descrição das escalas está apresentada no Quadro 1.

Quadro 1. Descrição das sete escalas do QBHC.

Dimensões/escalas:	Descrição:
Parte 1: Disponibilidade/Acessibilidade de Frutas, Legumes e Verduras	
Disponibilidade /Acessibilidade de Frutas, Legumes e Verduras	Mensura a disponibilidade de frutas, legumes e verduras na última semana
Parte 2: Habilidades Culinárias	
Escala de Atitude Culinária (AC)	Mensura como os respondentes se sentem sobre cozinhar (se gostam, testam novas receitas, tem prazer em cozinhar etc.)
Escala de Comportamento Culinário (CC)	Mensura a frequência com que os respondentes preparam diferentes tipos de alimentos
Escala de Autoeficácia no Consumo de Frutas, Legumes e Verduras (AUCFLV)	Mensura a confiança dos respondentes em consumir a quantidade diária recomendada de frutas e legumes
Escala de Autoeficácia Culinária (AUC)	Mensura a confiança dos respondentes em realizar atividades culinárias (ex: usar facas, seguir receitas e preparar refeições a partir do que se tem em casa)
Autoeficácia no Uso de Frutas, Legumes, Verduras (AUUFLV)	Mensura a confiança dos respondentes em cozinhar utilizando frutas, legumes, verduras
Parte 3: Conhecimento de Termos e Técnicas Culinárias	
Avaliação do Conhecimento de Termos e Técnicas Culinárias (CTTC)	Avalia o conhecimento de termos e técnicas culinárias básicas (branqueamento, pré-preparo, saltear etc)

A avaliação do QBHC é dividida em três partes, que são analisadas de maneira independente. A primeira corresponde à escala 1, que dispõe sobre a Disponibilidade/Acessibilidade de Frutas, Legumes e Verduras (DFLV), classificando o grupo em alta, média ou baixa disponibilidade desses alimentos. A segunda parte faz a avaliação das escalas 2 a 6, que correspondem a Atitude Culinária (AC), Comportamento Culinário (CC), Autoeficácia no Consumo de Frutas, Legumes e Verduras (AUCFLV), Autoeficácia Culinária (AUC) e Autoeficácia no Uso de Frutas, Legumes e Verduras (AUFLV), respectivamente. A somatória das pontuações das escalas 2 a 6 resulta na avaliação global das habilidades culinárias. Para a classificação dessas duas primeiras partes, é realizada a pontuação média de cada pergunta, que são somadas para fornecer um resultado geral da população analisada em cada escala. Sendo assim, esta análise não fornece resultados individuais.

Por outro lado, a terceira parte, correspondente à escala 7 do questionário, que avalia o Conhecimento de Termos e Técnicas Culinárias (CTTC), classifica os indivíduos com alto ou baixo conhecimento, permitindo que os resultados sejam apresentados em frequência absoluta e relativa.

Análise estatística

Os dados foram analisados por meio de regressões lineares multiníveis. Diferentemente das regressões tradicionais (apenas um nível), a regressão multinível considera os dados em sua estrutura hierárquica (diferentes níveis de informação), produzindo, assim, estimativas mais confiáveis e ajustadas à realidade dos dados investigados.²² Esta análise considera a variabilidade intra e intergrupos. Ressalta-se que antes de performar a análise, o banco de dados foi analisado e todos os sujeitos com informações ausentes foram excluídos da amostra, bem como sujeitos que representassem um agrupamento isolado. Esta decisão foi tomada para evitar interpretações errôneas dos dados e não superestimar os valores de respostas de um único sujeito.

Inicialmente, foram analisadas as variações de respostas dos estudantes de acordo com as dimensões do QBHC agregadas por faixa etária (≤ 24 anos e ≥ 25 anos), se considera que sabe cozinhar (sim e não), se mora com os pais e sem filhos (sim e não), gênero (feminino e masculino) e área de estudo (Biomédica, Ciências Sociais, Educação e Humanidades e Tecnologia e Ciências). Foram utilizados modelos de intercepto variável, considerando estudantes (Nível 1) aninhados por grupo (Nível 2; por exemplo, faixa etária). Com base nesse modelo, foi verificado baixo poder explicativo/influência das variáveis de gênero e área de estudo nas dimensões do QBHC. A tabela com as estimativas do modelo completo, com todas as variáveis sociodemográficas analisadas, está disponível em material suplementar (Tabela Suplementar 2). Portanto, essas variáveis foram excluídas e o modelo final foi composto pelas variáveis de faixa etária, se considera que sabe cozinhar e se mora com os pais e sem filhos. Com base em estudos prévios com a população de universitários brasileiros e usando o mesmo instrumento de coleta de dados, já haviasido verificado que a variável gênero não é uma variável explicativa para o presente questionamento.²³

Executamos as estimativas do modelo com base na máxima verossimilhança e utilizamos o pacote "lme4"²⁴ para analisar os modelos no *software* estatístico R.²⁵ As estimativas dos modelos foram extraídas considerando um intervalo de confiança de 95%.

Aspectos éticos

O estudo foi aprovado no Comitê de Ética em Pesquisa do Hospital Universitário Pedro Ernesto (HUPE/Uerj) (CAAE: 54239621.4.0000.5259). O Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) foi disponibilizado no início do questionário *on-line*, e os estudantes só puderam prosseguir na pesquisa ao clicarem em "aceito participar".

RESULTADOS

Características sociodemográficas da amostra

Dos 3.412 ingressantes em 2022, 1.111 responderam ao questionário do estudo principal, dos quais 660 concordaram em responder ao questionário de habilidades culinárias; no entanto, apenas 234 estudantes de fato concluíram o QBHC. Dos 234, 205 atendiam aos critérios de inclusão da pesquisa e foram incluídos no estudo.

Dos ingressantes que participaram da pesquisa (205), os respondentes foram categorizados de acordo com a área de seus cursos de graduação, conforme a divisão de cursos disponível no *site* da universidade. A maioria estava matriculada em cursos de Educação e Humanidades (36%), seguidos de Tecnologia e Ciências (30%). Em proporções semelhantes, foram registrados alunos nas áreas Biomédica (17%) e Ciências Sociais

(16%). Quanto à autodeclaração de raça/cor, a maioria dos estudantes se identificou como brancos (53%) ou pardos (30%).

Dos 205 participantes, 195 foram inseridos na análise estatística, conforme detalhado na seção *Análise estatística*. Os participantes tinham entre 20 e 68 anos de idade (mediana 24), eram na maioria mulheres (72%), com 25 anos ou mais de idade (53%), moravam com os pais e sem filhos (55%) e a maioria (88%) afirmou que sabia cozinhar (Tabela 1).

Tabela 1. Características sociodemográficas dos 195 estudantes ingressantes em uma universidade pública do Rio de Janeiro em 2022 incluídos na análise estatística. Rio de Janeiro, RJ, 2022.

Variáveis Sociodemográficas	N	%
Idade (mediana):	24 (20 - 68)	-
≤ 24 anos	92	47
≥ 25 anos	103	53
Gênero*:		
Mulher cis	140	72
Homem cis	55	28
Mora com os pais e sem filhos:		
Sim	108	55
Não	87	45
Sabe cozinhar:		
Sim	171	88
Não	24	12

Legenda:

* Para possibilitar a análise estatística foram excluídos sujeitos que representavam um agrupamento isolado; portanto, variáveis de gênero da amostra original (como homem trans) não foram contabilizadas.

Fonte: elaboração autoras.

Descrição das habilidades culinárias

Os estudantes ingressantes na universidade apresentaram média “disponibilidade de frutas, legumes e verduras”. Em relação às escalas 2 a 6, os ingressantes apresentaram intermediária “atitude culinária”, alto “comportamento culinário”, alta “autoeficácia no consumo de frutas, legumes e verduras”, alta “autoeficácia culinária” e alta “autoeficácia no uso de frutas, legumes e verduras”, o que resultou em alta habilidade culinária. Por fim, a maioria dos estudantes ingressantes foi classificada com baixo “conhecimento de termos e técnicas culinárias” (59%).

Análise estatística de acordo com as variáveis sociodemográficas

Os resultados das análises multiníveis (Tabela 2) revelaram diferenças significativas na dimensão “Atitude Culinária”, na qual discrepância substancial foi observada entre os estudantes mais jovens e mais velhos. Os estudantes mais jovens exibiram estimativas mais baixas em comparação com os mais velhos. Portanto, podemos perceber que os estudantes mais velhos apresentaram maior atitude culinária, ou seja, se sentem mais atraídos a essa prática, gostam de cozinhar, testar novas receitas e sentem prazer em fazê-lo.

O mesmo foi verificado para a dimensão “Autoeficácia no Consumo de Frutas, Legumes e Verduras”. Entretanto, nesta dimensão, não foi possível observar diferenças substanciais entre as faixas etárias, mas uma possível tendência de estudantes mais velhos apresentarem valores mais elevados que estudantes mais novos. Ou seja, estudantes mais velhos se sentem mais confiantes em consumir, diariamente, a quantidade recomendada desse grupo de alimentos.

Já nas dimensões “Autoeficácia Culinária” e “Autoeficácia no Uso de Frutas, Legumes e Verduras”, bem como no valor total do questionário, verificou-se diferença substancial apenas entre os estudantes que moravam e não moravam com os pais. Neste caso, os estudantes que moravam com os pais apresentaram estimativas mais elevadas em comparação com os que não moravam com os pais.

Portanto, os estudantes que residem com os pais apresentaram maior autoeficácia culinária em comparação com aqueles que não residem, o que significa que eles têm mais confiança ao realizar atividades culinárias, como utilizar facas, seguir receitas e preparar refeições com os alimentos disponíveis em casa. Além disso, os estudantes que moram com os pais também parecem ter maior autoeficácia no uso de frutas, legumes e verduras, ou seja, sentem-se mais confiantes para preparar esse grupo de alimentos.

Não foram observadas diferenças substanciais nos agrupamentos, considerando as dimensões “Comportamento Culinário”, “Disponibilidade de Frutas, Legumes e Verduras” e “Conhecimento de Termos e Técnicas Culinárias”. Ainda, em nenhuma das dimensões do QBHC foi observada diferença significativa entre os estudantes que afirmaram saber e os que afirmaram não saber cozinhar.

**Tabela 2.** Estimativas e intervalos de confiança (95%) das dimensões do QBHC quando agregados pelas características de “se mora com os pais”, “sabe cozinhar” e “faixa etária”. Rio de Janeiro, RJ, 2022.

	AC ^a	CC ^b	AUCFLV ^c	AUC ^d	AUUFLV ^e	TOTAL	DFLV ^f	CTTC ^g
Estimativa e intervalos de confiança (95%)								
<i>Mora com pais</i>								
Não	14,80 (14,45 a 15,16)	10,90*	9,72 (9,16 a 10,28)	24,09 (23,24 a 24,93)	15,07 (14,40 a 15,74)	74,12 (71,30 a 76,95)	5,90 (5,66 a 6,14)	10,87*
Sim	14,94 (14,59 a 15,29)	10,90*	10,06 (9,52 a 10,61)	24,99 (24,20 a 25,77)	16,07 (15,46 a 16,68)	77,03 (74,33 a 79,73)	6,02 (5,78 a 6,27)	10,87*
<i>Sabe cozinhar</i>								
Não	14,84 (14,55 a 15,13)	10,90*	10,10 (9,37 a 10,83)	24,54*	15,59 (15,34 a 15,85)	75,58*	5,96*	10,87*
Sim	14,91 (14,62 a 15,19)	10,90*	9,68 (9,07 a 10,30)	24,54*	15,55 (15,29 a 15,80)	75,58*	5,96*	10,87*
<i>Faixa etária</i>								
≤ 24 anos	14,37 (13,72 a 15,02)	10,81 (10,49 a 11,14)	9,57 (8,86 a 10,28)	24,54*	15,57*	74,49 (71,85 a 77,13)	5,96*	10,86 (10,76 a 10,95)
≥ 25 anos	15,37 (14,75 a 15,99)	10,98 (10,66 a 11,30)	10,21 (9,52 a 10,90)	24,54*	15,57*	76,66 (74,08 a 79,25)	5,96*	10,88 (10,78 a 10,97)

Legenda:

* Variabilidade muito pequena que com apenas duas casas após a vírgula o intervalo de confiança apresenta-se igual a estimativa

^aAtitude Culinária (AC)^bComportamento Culinário (CC)^cAutoeficácia no Consumo de Frutas, Legumes e Verduras (AUCFLV)^dAutoeficácia Culinária (AUC)^eAutoeficácia no Uso de Frutas, Legumes e Verduras (AUUFLV)

Fonte: elaboração autoras

DISCUSSÃO

O estudo buscou identificar as habilidades culinárias de universitários por meio da aplicação do QBHC entre os estudantes ingressantes em uma universidade pública do Rio de Janeiro nos períodos de 2022.1 e 2022.2. No geral, os estudantes apresentaram média disponibilidade de frutas, legumes e verduras, alta habilidade culinária e baixo conhecimento de termos e técnicas culinárias. Estudantes que moram com os pais apresentaram maior autoeficácia culinária, maior autoeficácia no consumo de frutas, legumes e verduras e maior nível de habilidade culinária quando comparados àqueles que moram sem os pais. Ademais, estudantes mais velhos apresentaram maior atitude culinária.

Em relação à caracterização sociodemográfica, os dados encontrados neste estudo se assemelham aos vistos na revisão da literatura. A amostra foi composta, em sua maioria, por mulheres, com a mediana de idade de 24 anos, de forma semelhante a outros estudos que avaliaram habilidades culinárias em universitários na América do Norte,¹²⁻¹⁴ na Europa¹⁵⁻¹⁷ e no Brasil,¹⁸⁻²⁰ nos quais os respondentes apresentaram idade média entre 20 e 25 anos, sendo em sua maioria mulheres. A maior parte dos estudantes estava inscrita em cursos da graduação de Educação e Humanidades, o que também aconteceu em um estudo espanhol¹⁶ e em dois brasileiros^{18,20} que analisaram a mesma temática e em Tecnologia e Ciências, diferindo de algumas outras amostras norte-americanas¹⁴ e europeias,¹⁵ nas quais a maioria dos estudantes eram da área biomédica. Ainda, a maioria dos respondentes relatou saber cozinhar, dos nove estudos analisados na revisão da literatura, quatro incluíram essa questão e em todos a resposta foi positiva.^{12,18-20} Além disso, a maioria dos estudantes morava com os pais, assim como em amostras de outras pesquisas europeias¹⁵ e brasileiras^{18,20} sobre habilidades culinárias em universitários.

Os resultados dos estudantes ingressantes que responderam ao QBHC se mostraram positivos no geral, com média disponibilidade de frutas, legumes e verduras, além de terem classificação alta em todas as escalas de 2 a 6 (Atitude Culinária, Comportamento Culinário, Autoeficácia no Consumo de Frutas, Legumes e Verduras, Autoeficácia Culinária e Autoeficácia no Uso de Frutas, Legumes e Verduras), com exceção da Atitude Culinária, que foi intermediária, resultando em um alto nível de habilidade culinária. Todavia, apesar de os resultados da primeira e segunda parte do questionário terem sido promissores, na terceira parte a maioria dos estudantes foi classificada com baixo Conhecimento de Termos e Técnicas Culinárias. Esse resultado foi semelhante ao encontrado em um estudo realizado em universidades do sul do país¹⁸ que utilizou o mesmo questionário. Essa pontuação evidencia que possivelmente, apesar de terem média disponibilidade dos alimentos e alto nível de habilidade culinária, as práticas podem estar sendo realizadas com pouca técnica e baixo conhecimento dos termos que envolvem a culinária, sendo por exemplo, mais difícil seguir com precisão as instruções de uma receita.²⁷

Estudos realizados em diferentes países mostraram que intervenções que busquem melhorar o conhecimento de técnicas culinárias podem ser relevantes para o aumento das habilidades culinárias e, conseqüentemente, de hábitos alimentares mais saudáveis. Em um estudo realizado nos Estados Unidos,²⁸ com universitários avaliados por meio de grupos focais, os estudantes relataram que se alimentariam de forma mais saudável se tivessem acesso a conhecimento e informações para preparar alimentos saudáveis. Ademais, um estudo realizado no Canadá,¹⁴ que analisou as habilidades culinárias de estudantes de uma universidade em Ontário, encontrou que os estudantes com maiores níveis de habilidades culinárias realizavam o curso de alimentação e nutrição. Um estudo longitudinal realizado nos Estados Unidos, que incluiu 1.158 jovens adultos (idade de 18 a 23 anos) concluiu que os indivíduos que descreveram suas habilidades culinárias como muito adequadas na primeira coleta, apresentaram melhores resultados



relacionados à nutrição na segunda coleta, 10 anos depois, como o consumo regular de vegetais e menor consumo de *fast-food*.²⁹

No Brasil, os dados encontrados na literatura estão em concordância com esses achados. Um estudo aleatorizado analisou o impacto de um programa de intervenção nas habilidades culinárias dos participantes. A intervenção incluiu cinco oficinas culinárias e uma oficina de seleção de compras no mercado popular de alimentos e os estudantes responderam ao QBHC em três momentos. Como resultado, foi identificado que a intervenção aumentou a confiança em consumir e usar frutas, legumes e vegetais, a atitude culinária, a confiança culinária, os conhecimentos culinários e a disponibilidade e acesso a frutas, legumes e vegetais em casa.³⁰ Outro estudo revelou que níveis maiores de habilidades culinárias estavam associados ao maior consumo diário de vegetais em estudantes de oito universidades particulares e duas públicas no Brasil.¹⁹ Foi identificado em universitários que o maior nível de habilidades culinárias aumentou a probabilidade de usar ingredientes frescos na pandemia.¹⁸

Em consonância com o que apresentam os estudos citados, o *Guia Alimentar para a População Brasileira*⁸ indica que as habilidades culinárias são imprescindíveis para o atendimento de suas diretrizes, uma vez que são necessárias para selecionar, pré-preparar, temperar, cozinhar e combinar alimentos *in natura* e minimamente processados. Nesse sentido, os resultados positivos referentes às habilidades culinárias encontrados neste estudo podem facilitar o consumo de alimentos *in natura* e minimamente processados entre os universitários.

Os resultados encontrados neste estudo demonstraram que estudantes que moravam com os pais tinham maior autoeficácia culinária, maior autoeficácia no consumo de frutas, legumes e verduras e maior nível de habilidade culinária quando comparados àqueles que moravam sem os pais. Esse resultado difere do encontrado na literatura, em que não morar com os pais foi associado positivamente com as habilidades culinárias.^{15,20} Por outro lado, as habilidades culinárias dos pais têm papel crucial na influência de escolhas alimentares saudáveis de seus filhos.^{31,32} Um estudo realizado no Brasil demonstrou que o maior grau de habilidades culinárias dos pais foi significativamente associado ao maior consumo de verduras e/ou legumes cozidos e saladas cruas.³³ Esses achados podem justificar a maior autoeficácia no consumo de frutas, legumes e verduras entre estudantes que moravam com os pais, tendo em vista a influência destes na alimentação. Em relação à idade, os estudantes mais velhos apresentaram maior habilidade culinária, em concordância com os resultados encontrados na literatura.^{15,20}

As habilidades culinárias se mostram como um fator importante para uma alimentação saudável. Todavia, é importante ressaltar que não são o único agente que impacta em um desfecho positivo em nutrição, uma vez que o estado nutricional sofre influência de “fatores biológicos, ambientais, econômicos, sociais (quanto à saúde e à educação), culturais e ideológicos e com a forma como se organizam a produção e o consumo familiar e individual”.³⁴ No que tange à amplitude dos fatores que impactam a alimentação e nutrição, foi possível identificar, na literatura, que as principais barreiras encontradas para o desenvolvimento das habilidades culinárias foram acesso inadequado ao transporte para mercados e mercearias, falta de recursos financeiros e falta de tempo para cozinhar e realizar compras, fatores associados a aspectos econômicos e sociais.^{12-14,20}

O instrumento utilizado na coleta de dados do presente estudo (QBHC) não avalia as barreiras citadas anteriormente, não sendo possível relacioná-las com as habilidades culinárias. Todavia, os resultados de média disponibilidade de frutas, legumes e verduras podem impactar nas práticas das habilidades culinárias, e consequentemente, na alimentação saudável.¹² Ademais, o conceito de habilidades culinárias utilizado como base neste estudo¹⁰ estabelece duas categorias, uma relacionada aos alimentos - que envolve o

preparo de alimentos *in natura*/minimamente processados e/ou processados/ultraprocessados - e outra ao indivíduo - que inclui confiança, atitude, comportamento e conhecimentos utilizados no preparo de alimentos. No resultado encontrado no presente estudo, destaca-se uma intermediária atitude culinária, que é avaliada em muitos estudos como positiva ou negativa e está associada a como o indivíduo se sente ao cozinhar - se tem prazer, se testa novas receitas etc., além de baixo conhecimento de termos e técnicas culinárias. As três classificações mencionadas, portanto, podem influenciar na frequência do uso das habilidades culinárias.^{10,12,27}

Limitações e pontos fortes

Dentre os pontos fortes do presente estudo, destaca-se a utilização de um questionário validado adaptado para a população brasileira. Ademais, a partir dos resultados do QBHC, foi possível identificar, na população estudada, uma dificuldade no conhecimento de termos e técnicas e na atitude culinária, sendo possível propor intervenções que busquem fortalecer esses pontos. Por outro lado, limitações inerentes à pesquisa quantitativa, que não considera valores, subjetividades e aspectos socioeconômicos, dificultam a compreensão aprofundada dessa dificuldade. Tendo em vista que termos e técnicas culinárias como branquear e saltear são utilizados primordialmente em ambientes técnicos e acadêmicos, seu baixo conhecimento pode não interferir no preparo dos alimentos, não sendo possível mensurar essa relação por meio do questionário aplicado.

O desfecho positivo em relação às habilidades culinárias pode ser explicado tanto por um possível viés de seleção, pois os estudantes que concordaram em participar e de fato responderam ao QBHC provavelmente já apresentavam maior interesse pelo tema e, conseqüentemente, maior habilidade culinária, quanto pelo pequeno tamanho amostral.

Próximos estudos podem acompanhar os mesmos alunos ao longo do curso de graduação, para verificar se houve alterações nas escalas ao longo do tempo. Além disso, pode ser relevante investigar a relação entre habilidades culinárias e segurança alimentar, como alguns estudos mencionados nesta pesquisa fizeram.^{12,13} Outras características da população também podem ser exploradas em estudos futuros, para investigar possíveis diferenças nas habilidades culinárias.

CONCLUSÃO

Os estudantes ingressantes, de forma geral, apresentaram alta habilidade culinária e baixo conhecimento de termos e técnicas culinárias. Se, por um lado, o conhecimento desses termos pode facilitar a compreensão de receitas e o preparo dos alimentos, por outro, por serem de uso mais comum em ambientes acadêmicos e pouco usuais em ambientes domiciliares, podem não ser determinantes para a prática culinária.

Ainda, a média disponibilidade de frutas, legumes e verduras, juntamente com uma atitude culinária intermediária, pode ter impacto negativo na prática culinária. Além disso, morar com os pais e ter idades mais avançadas estiveram positivamente associados às escalas que envolvem habilidades culinárias. Nesse contexto, intervenções como oficinas culinárias, que visam fortalecer essas habilidades, podem ser positivas para esse grupo de estudantes.



REFERÊNCIAS

1. Almeida LS, Soares APC, Ferreira JAG. Transição e adaptação à universidade: Apresentação de um questionário de vivências acadêmicas (QVA). *Psicologia* [Internet]. 2000;14(2):189-208. <https://doi.org/10.17575/rpsicol.v14i2.510>.
2. Soares AB, Monteiro MC, Medeiros HCP, Maia F de A, Barros R de SN. Adaptação Acadêmica à Universidade: Relações entre Motivação, Expectativas e Habilidades Sociais. *PsicolEsceEduc* [Internet]. 2021;25:e226072. <https://doi.org/10.1590/2175-35392021226072>.
3. Souza LK, Lourenço E, Santos MRG. Adaptação à universidade em estudantes ingressantes na graduação em psicologia. *PsicolEduc* [Internet]. 2016;(42):35-48. <https://doi.org/10.5935/2175-3520.20150023>.
4. Pinho APM, Dourado LCDC, Aurélio RM, Bastos AVB. A transição do ensino médio para a universidade: um estudo qualitativo sobre os fatores que influenciam este processo e suas possíveis consequências comportamentais. *RevPsicol* [Internet]. 2015;6(1):33-47. <http://www.periodicos.ufc.br/psicologiaufc/article/view/1691/1482>
5. Perez PMP, Castro IRR de, Franco A da S, Bandoni DH, Wolkoff, DB. Práticas alimentares de estudantes cotistas e não cotistas de uma universidade pública brasileira. *Ciênc Saúde Coletiva* [Internet]. 2016;21(2):531-542. <https://doi.org/10.1590/1413-81232015212.01732015>.
6. Bernardo GL, Jomori MM, Fernandes AC, Proença RPC. Food intake of university students. *Rev Nutr* [Internet]. 2017;30(6):847-865. <https://doi.org/10.1590/1678-98652017000600016>.
7. Hilger J, Loerbroks A, Diehl K. Eating behaviour of university students in Germany: Dietary intake, barriers to healthy eating and changes in eating behaviour since the time of matriculation. *Appetite* [Internet]. 2017;109:100-107. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2016.11.016>.
8. Brasil. Ministério da Saúde. Guia alimentar para a População Brasileira. 2 ed, 1. reimpr. Brasília: MS, 2014. 156 p. http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/publicacoes/guia_da_crianca_2019.pdf.
9. Caraher M, Dixon P, Lang T, Carr-Hill R. The state of cooking in England: the relationship of cooking skills to food choice. *Br Food J* [Internet]. 1999;101(8):590-609. <https://doi.org/10.1108/00070709910288289>.
10. Jomori MM, Vasconcelos F de AG de, Bernardo GL, Uggioni PL, Proença RPC. The concept of cooking skills: A review with contributions to the scientific debate. *Rev Nutr* [Internet]. 2018;31:119-135. <https://doi.org/10.1590/1678-98652018000100010>.
11. Lang T, Caraher M. Is there a culinary skills transition? Data and debate from the UK about changes in cooking culture. *J Home Econ Inst Aust* [Internet]. 2001;8.
12. Soldavini J, Berner M. Characteristics associated with cooking frequency among college students. *Int J Gastron Food Sci* [Internet]. 2021;23:100303. <https://doi.org/10.1016/j.ijgfs.2021.100303>.
13. Knol LL, Robb CA, McKinley EM, Wood, M. Very Low Food Security Status is Related to Lower Cooking Self-Efficacy and Less Frequent Food Preparation Behaviors Among College Students. *J NutrEducBehav* [Internet]. 2019;51(3):357-363. <https://doi.org/10.1016/j.jneb.2018.10.009>.
14. Seabrook JA, Dworatzek PDN, Matthews JI. Predictors of Food Skills in University Students. *Can J Diet Pract Res* [Internet]. 2019;80(4):205-208. <https://doi.org/10.3148/cjdpr-2019-011>.
15. Kowalkowska J, Poínhos R, Rodrigues S. Cooking skills and socio-demographics among Portuguese university students. *Br Food J* [Internet]. 2018;120(3):563-577. <https://doi.org/10.1108/BFJ-06-2017-0345>.

16. López Nieves G, Sosa Cordobés E, Garrido Fernández A, Travé González G. Hábitos, preferencias y habilidades culinarias de estudiantes de primer curso de la universidad de Huelva. *EnfermGlob* [Internet]. 2019;18(55):127-156. <https://doi.org/10.6018/eglobal.18.3.332791>.
17. Sainz García P, Ferrer Svoboda MC, Sánchez Ruiz E. Competencias culinarias y consumo de alimentos procesados o preparados en estudiantes universitarios de Barcelona. *RevEsp Salud Pública* [Internet]. 2016;90: e40017.[Acesso 20 abril 2024]. Disponível em: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1135-57272016000100417&lng=es.
18. Dezanetti T, Quinaud RT, Caraher M, Jomori MM. Meal preparation and consumption before and during the COVID-19 pandemic: The relationship with cooking skills of Brazilian university students. *Appetite* [Internet]. 2022;175:106036. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2022.106036>.
19. Bernardo GL, Rodrigues VM, Bastos BS, Uggioni PL, Hauschild DB, Fernandes AC, et al. Association of personal characteristics and cooking skills with vegetable consumption frequency among university students. *Appetite* [Internet]. 2021;166:105432. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2021.105432>.
20. de Borba TP, da Silva MV, Jomori MM, Bernardo GL, Fernandes AC, Proença RPC, et al. Self-efficacy in cooking and consuming fruits and vegetables among Brazilian university students: the relationship with sociodemographic characteristics. *Br Food J* [Internet]. 2021;123(6):2049-2065. <https://doi.org/10.1108/BFJ-04-2020-0311>.
21. Jomori MM, Caraher M, Bernardo GL, Uggioni PL, Echevarria-Guanilo ME, Condrasky M, et al. Como o questionário de avaliação das habilidades culinárias e alimentação saudável foi adaptado transculturalmente ao Brasil? *Ciênc Saúde Coletiva* [Internet]. 2021;26:2379-2393. <https://doi.org/10.1590/1413-81232021266.22102019>.
22. Gelman A, Hill J. *Data Analysis Using Regression and Multilevel/Hierarchical Models*. Cambridge University Press; 2006. (Analytical Methods for Social Research). <https://doi.org/10.1017/CBO9780511790942>.
23. Jomori MM, Quinaud RT, Condrasky MD, Caraher M. Brazilian Cooking Skills Questionnaire evaluation of using/cooking and consumption of fruits and vegetables. *Nutrition* [Internet]. 2022;95:111557. <https://doi.org/10.1016/j.nut.2021.111557>.
24. Bates D, Mächler M, Bolker B, Walker S. Fitting Linear Mixed-Effects Models Using lme4. *J StatSoftw* [Internet]. 2015;67:1-48. <https://doi.org/10.18637/jss.v067.i01>.
25. R: The R Project for Statistical Computing. n.d [cited 2024 April 20]. Available from: <https://www.r-project.org/>.
26. López Nieves G, Sosa Cordobés E, Garrido Fernández A, Travé González G. Hábitos, preferencias y habilidades culinarias de estudiantes de primer curso de la universidad de Huelva. *Enferm Glob* [Internet]. 2019;18(55):127-156. <https://doi.org/10.6018/eglobal.18.3.332791>.
27. Byrd-Bredbenner C. Food Preparation Knowledge and Confidence of Young Adults. *J Nutr Recipe Menu Dev* [Internet]. 2005; 3(3-4):37-50. https://doi.org/10.1300/J071v03n03_04.
28. Murray DW, Mahadevan M, Gatto K, O'Connor K, Fissinger A, Bailey D, et al. Culinary efficacy: an exploratory study of skills, confidence, and healthy cooking competencies among university students. *Perspect Public Health* [Internet]. 2016;136(3):143-151. <https://doi.org/10.1177/1757913915600195>.
29. Utter J, Larson N, Laska MN, Winkler M, Neumark-Sztainer, D. Self-Perceived Cooking Skills in Emerging Adulthood Predict Better Dietary Behaviors and Intake 10 Years Later: A Longitudinal Study. *J Nutr Educ Behav*

- [Internet]. 2018;50(5):494-500. <https://doi.org/10.1016/j.jneb.2018.01.021>.
30. Bernardo GL. Programa de intervenção sobre habilidades culinárias: adaptação, aplicação e avaliação do impacto nas práticas alimentares de estudantes universitários no Brasil [tese]. Universidade Federal de Santa Catarina: Florianópolis; 2017. 380p. [Acesso 20 abril 2024]. Disponível em: <https://repositorio.ufsc.br/xmlui/handle/123456789/182882>.
 31. Sogari G, Velez-Argumedo C, Gómez MI, Mora C. College Students and Eating Habits: A Study Using An Ecological Model for Healthy Behavior. *Nutrients* [Internet]. 2018;10(12):1823. <https://doi.org/10.3390/nu10121823>.
 32. Martins CA. A influência das habilidades culinárias dos pais na alimentação de crianças em idade escolar [tese]. São Paulo: Faculdade de Saúde Pública, Universidade de São Paulo; 2017. <https://doi.org/10.11606/T.6.2017.tde-04092017-152620>.
 33. Menezes CSA de, Sacramento JT, Brandão MD, Broilo MC, Vinholes DB, Raimundo FV. Habilidades culinárias parentais e consumo infantil de alimentos *in natura* ou minimamente durante a pandemia Covid-19. *DEMETRA Aliment Nutr Saúde* [Internet]. 2022;17:e63174-e63174. <https://doi.org/10.12957/demetra.2022.63174>.
 34. Sampaio LR. Avaliação Nutricional. Salvador: EDUFBA; 2021. 158p.
 35. Nutrição é Na Cozinha! [Internet]. Santa Catarina: SeTIC-UFSC; 2021 [Last accessed: 2/19/2024]. [Acesso 20 abril 2024]. Disponível em: <https://nutricaoenacozinha.ufsc.br/questionario-brasileiro-de-habilidades-culinarias/>
 36. Jomori MM. Adaptação transcultural e validação de um instrumento de identificação das habilidades culinárias e alimentação saudável em estudantes ingressantes de uma universidade brasileira [tese]. Florianópolis: Centro de Ciências da Saúde, Universidade Federal de Santa Catarina; 2017. 343 p. [Acesso 20 abril 2024]. Disponível em: <https://repositorio.ufsc.br/xmlui/bitstream/handle/123456789/180919/351210.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

MATERIAL SUPLEMENTAR

Apresentamos a seguir a busca de artigos realizada para identificar estudos acerca de habilidades culinárias em universitários. Foi realizada uma busca nas bases Scopus, ProQuest e SciELO no período de outubro a novembro de 2022. No Scopus e ProQuest foram utilizados os termos em inglês: "food skill", "cook* skill*", "food preparation", "home cook*", "cook* self-efficacy", "culinary skills", "student*", "young adult*", "freshman", "sophomore" e "universit*". No SciELO, a busca foi realizada em português e foi mais abrangente, utilizando apenas os termos "habilidade* culinária*" e "cozinhar". Não foi utilizado filtro em nenhuma das buscas. Os critérios de inclusão empregados foram: avaliar habilidades culinárias e pesquisa realizada com universitários; por outro lado, os critérios de exclusão foram: estudos de intervenção, estudos qualitativos, estudos de validação, revisão sistemática, capítulo de livro e estudos com alunos de programas de residência. Foram identificados nove estudos que avaliaram tais habilidades em estudantes universitários (quadro suplementar).

Quadro suplementar. Resultado da revisão com busca sistemática sobre habilidades culinárias em universitários.

Estudo/País (universidade)	Participantes (n) e idade média (anos):	Gênero N (%):	Mora com os pais N (%):	Instrumento para avaliar Habilidade Culinária (HC) / validação	Principais resultados
Meal preparation and consumption before and during the COVID-19 pandemic: The relationship with cooking skills of Brazilian university students/ Brasil (UFRGS e UFSC)	1919 / 23,9	Feminino - 1.410 (73.5%) Masculino- 509 (26.4%)	Sim - 939 (48.9%)	Questionário Brasileiro de Habilidade Culinárias e Alimentação Saudável (QBHC)/ Validado	A maioria dos estudantes apresentou alto nível de HC. Estudantes com maior nível de HC aumentaram a probabilidade de usar ingredientes frescos na pandemia.
Association of personal characteristics and cooking skills with vegetable consumption frequency among university students / Brasil (8 particulares e 2 públicas)	525 / 24	Feminino - 392 (74.67%) Masculino- 133(25,33%)	Sim - 318 (60.57%)	Questionário Brasileiro de Habilidade Culinárias e Alimentação Saudável (QBHC)/ Validado	Níveis maiores de habilidades culinárias foram associados a um maior consumo diário de vegetais.
Self-efficacy in cooking and consuming fruits and vegetables among Brazilian university students: the relationship with sociodemographic characteristics / Brasil (UFSC)	766 / 21	Feminino - 457 (60%) Masculino - 309 (40%)	Sim -341 (45%)	Questionário Brasileiro de Habilidade Culinárias e Alimentação Saudável (QBHC)/ Validado	Fatores associados com maior nível de habilidades culinárias são: não morar com os pais e ter mais tempo disponível para cozinhar.
Characteristics associated with cooking frequency among college students / Estados Unidos (Universidade da Carolina do Norte em Chapel Hill)	4845 / 23	Feminino -3.487 (72%) Masculino -1.321 (27.3%)	-	HC medidas com a pergunta: "como você avaliaria suas HC?" R: excelente, boa, intermediária ou baixa" / Questionário de segurança alimentar validado	Frequência culinária foi associada a maiores níveis de HC e resultados de "frequentemente" e "às vezes" cozinhar foram maiores em estudantes com menor nível de segurança alimentar



Quadro suplementar. Resultado da revisão com busca sistemática sobre habilidades culinárias em universitários.

Estudo/País (universidade)	Participantes (n) e idade média (anos):	Gênero N (%):	Mora com os pais N (%):	Instrumento para avaliar Habilidade Culinária (HC) / validação	Principais resultados
Very Low Food Security Status is Related to Lower Cooking Self-Efficacy and Less Frequent Food Preparation Behaviors Among College Students / Estados Unidos (Universidade do Alabama)	368 / 20,5	Feminino -259 (70.7%) Masculino -109 (29.6%)	-	The Cooking Self-Efficacy Questionnaire. Food Preparation and Purchasing Behaviors Questionnaire / Validado	Estudantes em situação de muito baixa segurança alimentar tiveram autoeficácia culinária e pontuação de preparação culinária significativamente menor que aqueles estudantes em segurança alimentar.
Predictors of food skills in university students / Canadá (Universidade de Western Ontário)	3354 / 20,7	Feminino -2.475 (73.8%)	-	Total food skill score ^a / Validação não informada	O maior preditor para habilidades culinárias foi ter o hábito de cozinhar quando adolescente.
Cooking skills and socio-demographics among Portuguese university students / Portugal (universidades de Portugal)	730 / 22,8	Feminino - 588(80.5%) Masculino - 142 (19.5%)	Sim - 379 (51.9%)	Cooking Skills Scale (CSS) / Validado	As HC foram maiores em mulheres, estudantes mais velhos e aqueles que não residiam com os pais.
Habits, preferences and culinary skills of first-year students at the university of Huelva / Espanha (Universidade de Huelva)	756 / 20,95	Feminino - 472 (62.4%) Masculino - 281 (37.1%)	Sim - 358 (47.35%)	HOC questionnaire / Validado	Baixo nível de HC entre os universitários participantes dos estudos.
Cooking Skills and Consumption of Ready Meal in University Students of Barcelona, Spain / Espanha (Universidade Ramon Llull)	525 / 21	Feminino - 427 (81.3%)	-	Validado no Canadá ^b	Estudantes relataram se sentir bastante confiantes em suas HC.

^aNão está claro no artigo qual questionário foi aplicado, mas por meio de procura nas referências foi encontrado do *Total food skill score*. Foi enviado e-mail para os autores solicitando o questionário completo que foi utilizado na pesquisa, mas sem obtenção de resposta.

^bO artigo não informa o questionário utilizado. Não foi encontrado e-mail para contato com os autores.

Tabela suplementar 1. Perguntas de caracterização sociodemográfica da amostra.

Perguntas de caracterização sociodemográfica:	Opções de resposta:
Data de nascimento	Pergunta aberta
Gênero	Mulher cis Mulher Trans Mulher Travesti/Travesti Homem cis Homem trans Pessoa não binária Outro Prefiro não informar
Qual sua raça / cor?	Branca Preta Amarela Parda Indígena
Qual o seu curso de graduação?	Pergunta aberta
Você considera que sabe cozinhar?	Sim Não
Com quem você mora? (Pode marcar mais de uma opção)	Sozinho Cônjuge ou companheiro (a) Filho ou enteado (a) (s) Mãe Pai Irmãos(ãs) Outros parentes Amigos República Outros Prefiro não responder



Tabela suplementar 2. Estimativas e intervalos de confiança (95%) das dimensões do QBHC, quando agregados pelas características de “se mora com os pais e sem filhos”, “sabe cozinhar”, faixa etária, gênero e área de estudo.

	CA	CC	AUCFLV	AUC	AUUFLV	TOTAL
Estimativa e intervalos de confiança (95%)						
Mora com pais						
Não	14,85 (14,58 a 15,11)	10,90*	9,73 (9,18 a 10,28)	24,10 (23,23 a 24,97)	15,02 (14,16 a 15,88)	74,10 (71,25 a 76,96)
Sim	14,92 (14,66 a 15,19)	10,90*	10,06 (9,52 a 10,59)	24,96 (24,14 a 25,78)	16,03 (15,21 a 16,85)	76,91 (74,17 a 79,66)
Sabe cozinhar						
Não	14,83 (14,48 a 15,19)	10,90*	10,10 (9,38 a 10,83)	24,53*	15,64 (15,08 a 15,16)	75,51*
Sim	14,94 (14,59 a 15,28)	10,90*	9,69 (9,07 a 10,30)	24,53*	15,42 (14,90 a 15,94)	75,51*
Faixa etária						
≤ 24 anos	14,38 (13,73 a 15,02)	10,81 (10,47 a 11,15)	9,57 (8,87 a 10,28)	24,53*	15,53*	74,49 (71,85 a 77,13)
≥ 25 anos	15,39 (14,77 a 16,01)	10,99 (10,66 a 11,33)	10,21 (9,52 a 10,90)	24,53*	15,53*	76,66 (74,08 a 79,25)
Área de estudo						
Biomédico	14,89*	10,90*	9,89*	24,39 (23,69 a 25,10)	15,02 (14,07 a 15,97)	74,81 (72,67 a 76,94)
Ciências sociais	14,89*	10,90*	9,89*	24,43 (23,73 a 25,13)	15,22 (14,27 a 16,17)	75,22 (73,09 a 77,35)
Educação e Humanidades	14,89*	10,90*	9,89*	24,49 (23,83 a 25,16)	15,59 (14,75 a 16,43)	75,53 (73,54 a 77,53)
Tecnologia e Ciências	14,89*	10,90*	9,89*	24,80 (24,13 a 25,48)	16,27 (15,41 a 17,13)	76,46 (74,44 a 78,49)
Gênero						
Feminino	14,89*	10,90*	9,89*	24,53*	15,53*	75,51*
Masculino	14,89*	10,90*	9,89*	24,53*	15,53*	75,51*

Legenda:

* Variabilidade muito pequena que, com apenas duas casas após a vírgula o intervalo de confiança, apresenta-se igual à estimativa.

Tabela suplementar 1. Continuação

	DFLV	CTTC
Estimativa e intervalos de confiança (95%)		
Mora com pais		
Não	5,96*	10,89*
Sim	5,96*	10,89*
Sabe cozinhar		
Não	5,96*	10,89*
Sim	5,96*	10,89*
Faixa etária		
≤ 24 anos	5,96 (5,84 a 6,10)	10,89*
≥ 25 anos	6,02 (5,90 a 6,14)	10,89*
Área de estudo		
Biomédico	5,96*	10,89 (10,76 a 11,03)
Ciências sociais	5,96*	10,99 (10,86 a 11,13)
Educação e Humanidades	5,96*	10,83 (10,70 a 10,96)
Tecnologia e Ciências	5,96*	10,84 (10,72 a 10,94)
Gênero		
Feminino	5,96*	10,95 (10,82 a 11,08)
Masculino	5,96*	10,83 (10,73 a 10,95)

Legenda:

* Variabilidade muito pequena que, com apenas duas casas após a vírgula, o intervalo de confiança apresenta-se igual a estimativa.



Colaboradoras

Canella DS, Ribeiro ME, Perez PMP, Mazzonetto AC, participaram da concepção e desenho do estudo; TangerinoGC, Ribeiro ME, participaram da coleta de dados; Tangerino GC, Quinaud RT, Canella DS, Mazzonetto AC participaram da análise e interpretação dos dados; Tangerino GC, Quinaud RT, Mazzonetto AC participaram da redação inicial do manuscrito; Tangerino GC, Quinaud RTQ, Canella DS, Ribeiro ME, Perez PMP, Mazzonetto AC participaram da revisão e aprovação da versão final do manuscrito.

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

Recebido: 25 de abril de 2024

Aceito: 08 de outubro de 2024