



**UNIVERSIDADE FEDERAL DE PERNAMBUCO**  
**CENTRO DE CIÊNCIAS SOCIAIS APLICADAS**  
**DEPARTAMENTO DE HOTELARIA E TURISMO**  
**CURSO DE HOTELARIA**

**YTHALO DYAGNYS JERONIMO DE LIMA**

**RECEITAS DA RECUPERAÇÃO: DESAFIOS E ESTRATÉGIAS DO ENSINO DA  
GASTRONOMIA PARA USUÁRIOS DE ÁLCOOL E OUTRAS DROGAS**

**RECIFE**

**2024**

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE PERNAMBUCO**  
**CENTRO DE CIÊNCIAS SOCIAIS APLICADAS**  
**DEPARTAMENTO DE HOTELARIA E TURISMO**  
**CURSO DE HOTELARIA**

**YTHALO DYAGNYS JERONIMO DE LIMA**

**RECEITAS DA RECUPERAÇÃO: DESAFIOS E ESTRATÉGIAS DO ENSINO DA  
GASTRONOMIA PARA USUÁRIOS DE ÁLCOOL E OUTRAS DROGAS**

TCC apresentado ao Curso de Hotelaria da Universidade Federal de Pernambuco, Centro de Ciências Sociais Aplicadas, como requisito para a obtenção do título de Bacharel em Hotelaria.

**Orientador(a):** Simone de Lira Almeida

**RECIFE**

**2024**

**YTHALO DYAGNYS JERONIMO DE LIMA**

**RECEITAS DA RECUPERAÇÃO: DESAFIOS E ESTRATÉGIAS DO ENSINO DA  
GASTRONOMIA PARA USUÁRIOS DE ÁLCOOL E OUTRAS DROGAS**

TCC apresentado ao Curso de Hotelaria da Universidade Federal de Pernambuco, Centro Ciências Sociais Aplicadas, como requisito para a obtenção do título de Bacharel em Hotelaria.

Aprovado em: 15/03/2024.

**BANCA EXAMINADORA**

---

Prof<sup>o</sup>. Dra. Simone de Lira Almeida (Orientador)  
Universidade Federal de Pernambuco

---

Prof<sup>o</sup>. Dra. Viviane Santos Salazar (Examinador Interno)  
Universidade Federal de Pernambuco

---

Prof<sup>o</sup>. Dra. Mariana Cavalcanti Falcão (Examinador Interno)  
Universidade Federal de Pernambuco

Ficha de identificação da obra elaborada pelo autor,  
através do programa de geração automática do SIB/UFPE

Lima, Ythalo Dyagnys Jeronimo de.

Receitas da recuperação: Desafios e estratégias do ensino da gastronomia para usuários de álcool e outras drogas / Ythalo Dyagnys Jeronimo de Lima. - Recife, 2024.

27p., tab.

Orientador(a): Simone de Lira Almeida

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) - Universidade Federal de Pernambuco, Centro de Ciências Sociais Aplicadas, Hotelaria - Bacharelado, 2024.

Inclui referências, anexos.

1. Gastronomia. 2. Ensino. 3. Álcool e outras drogas. 4. Saúde mental. I. Almeida, Simone de Lira. (Orientação). II. Título.

300 CDD (22.ed.)

## RESUMO

Este estudo explora o potencial da gastronomia como ferramenta terapêutica na recuperação de usuários de álcool e outras drogas, enfatizando a necessidade de abordagens inovadoras no tratamento da dependência química. Por meio de uma metodologia qualitativa de pesquisa participante, realizada em um Centro de Atenção Psicossocial Álcool e Drogas (CAPS AD) no Recife, entre agosto de 2022 e janeiro de 2023, envolvendo 12 participantes em oficinas de gastronomia, este estudo identifica desafios e estratégias para promover engajamento e aprendizagem. Os resultados destacam a eficácia da gastronomia em melhorar o bem-estar emocional, autoconfiança, e fomentar a reintegração social e profissional dos usuários, evidenciando sua importância como prática terapêutica e educacional na reabilitação de dependentes químicos. Este achado sublinha a relevância de integrar práticas culinárias inovadoras nos programas de recuperação, contribuindo para a saúde mental e o desenvolvimento pessoal.

Palavras-chave: Gastronomia, Ensino, Álcool e outras drogas, Saúde mental.

## **ABSTRACT**

This study investigates the therapeutic potential of gastronomy in the recovery process of individuals suffering from alcohol and drug dependency, highlighting the need for innovative approaches in the treatment of chemical dependency. Utilizing a qualitative participatory research methodology, conducted at a Psychosocial Care Center for Alcohol and Drugs (CAPS AD) in Recife, from August 2022 to January 2023, with 12 participants engaged in culinary workshops, this research identifies challenges and strategies to enhance engagement and learning. The findings emphasize the effectiveness of culinary practices in improving emotional well-being, self-confidence, and fostering social and professional reintegration of the participants, demonstrating its significance as a therapeutic and educational practice in the rehabilitation of chemical dependents. These insights underscore the importance of incorporating innovative culinary practices into recovery programs, contributing to mental health and personal development.

Key words: Gastronomy, Teaching, Alcohol and other drugs, Mental health.

## **SUMÁRIO**

<b>INTRODUÇÃO</b>	<b>6</b>
<b>REFERENCIAL TEÓRICO</b>	<b>8</b>
<b>METODOLOGIA</b>	<b>12</b>
<b>RESULTADOS E DISCUSSÕES</b>	<b>13</b>
<b>CONCLUSÃO</b>	<b>17</b>
<b>REFERÊNCIAS</b>	<b>18</b>

O PRESENTE TRABALHO ESTÁ APRESENTADO NO FORMATO DE ARTIGO REQUERIDO PELA REVISTA **CONTEXTOS DA ALIMENTAÇÃO**, CUJAS NORMAS PARA SUBMISSÃO DE ARTIGOS SE ENCONTRAM NO ANEXO A.

## **INTRODUÇÃO**

A alimentação é essencial para a sobrevivência humana, sendo uma prática que evoluiu ao longo do tempo, refletindo as preferências, tradições e métodos alimentares em diferentes períodos históricos (Collaço, 2013). Além de fornecer energia vital, a comida desempenhou um papel crucial no desenvolvimento contínuo da humanidade, influenciando não apenas os atributos físicos dos indivíduos, mas também as estruturas sociais, econômicas e organizacionais (Freedman, 2009; Lody, 2008). A relação entre o ser humano e a alimentação vai além da mera necessidade, incluindo também um componente de prazer e satisfação. Essa parceria entre necessidade e gratificação alimenta uma conexão profunda entre o homem e a comida, levando-o a explorar e adaptar os alimentos conforme suas necessidades e desejos.

O ato de cozinhar provavelmente nasceu como um mecanismo de sobrevivência. Uma das hipóteses é que os primeiros indivíduos descobriram que cozinhar os alimentos aumentava sua digestibilidade e reduzia a presença de bactérias nocivas, proporcionando melhorias significativas na sobrevivência e na saúde nutricional das populações (Carmody & Wrangham, 2009). Evidências antropológicas sugerem que o ato de cozinhar não apenas influenciou aspectos biológicos, mas também teve um impacto profundo nas relações sociais e no senso de comunidade entre os primeiros humanos, fortalecendo os laços entre homens e mulheres (Wrangham et al., 1999).

Particularmente nas áreas da terapia ocupacional e de reabilitação, a investigação sobre intervenções culinárias tem-se centrado na gastronomia como ferramenta de avaliação e desenvolvimento cognitivo e físico. Cozinhar é utilizado porque é uma tarefa familiar da vida diária, utiliza envolvimento físico e envolve a utilização de funções executivas (Godbout et. al, 2005).

De acordo com a teoria social cognitiva, os indivíduos aprendem certos comportamentos por meio da observação e da modelagem, e os comportamentos que são reforçados positivamente têm maior probabilidade de serem repetidos

(Bandura, 2004). As características universais dos sistemas alimentares e nutricionais humanos incluem tanto a culinária quanto a troca social de alimentos. A teoria social cognitiva nos ensina que cozinhar não é apenas uma atividade física; é também um processo que envolve nosso entendimento, emoções e interações sociais.

Quando aprendemos a cozinhar, estamos, na verdade, aprimorando uma série de habilidades, que vão desde a capacidade de seguir instruções até a criatividade para adaptar receitas. Dessa forma, um sistema alimentar eficaz, baseado na culinária, se beneficia quando as pessoas envolvidas se sentem confiantes, mantêm uma atitude positiva e possuem autoestima elevada. Esses aspectos emocionais e sociais incentivam o compartilhamento de alimentos e ideias, fortalecendo a comunidade e enriquecendo a experiência culinária para todos.

O Centro de Atenção Psicossocial (CAPS) é um serviço de saúde aberto e comunitário do Sistema Único de Saúde (SUS) (Brasil, 2004). Este local serve como um centro de referência e atendimento para indivíduos enfrentando graves sofrimentos psíquicos causados pelo consumo de álcool e drogas, além de outras condições clínicas que dificultam a formação de vínculos sociais e a concretização de objetivos de vida.

O CAPS disponibiliza uma diversidade de atividades terapêuticas que ultrapassam as consultas médicas e a prescrição de medicamentos, representando o conceito de uma clínica ampliada. Este modelo de atendimento está em constante evolução dentro das práticas de atenção psicossocial, desencadeando uma transformação nas abordagens convencionais de entendimento e manejo dos distúrbios psíquicos.

Essas atividades incluem sessões tanto grupais quanto individuais, além de programas focados nas famílias e iniciativas comunitárias. Ao ser acolhido por um CAPS, o indivíduo ganha acesso a uma ampla gama de opções terapêuticas, como por exemplo: atendimento individual, atendimento em grupo como oficinas terapêuticas, oficinas expressivas, atividades esportivas, etc, atendimento para a família, assembleias, atividades comunitárias, entre outras.

Nos últimos anos, a busca por abordagens terapêuticas inovadoras e eficazes para o tratamento de usuários de álcool e outras drogas tem ganhado destaque na literatura especializada. Entre as diversas estratégias estudadas, o ensino da

gastronomia surge como uma proposta promissora, capaz de oferecer não apenas uma habilidade prática, mas também benefícios terapêuticos significativos.

O abuso de álcool e outras drogas é um problema de saúde pública que afeta milhões de pessoas em todo o mundo. De acordo com o Relatório Mundial sobre Drogas 2023, cerca de 296 milhões de pessoas - na faixa etária entre 15 e 64 anos - usaram drogas em 2021, um aumento de 23% em relação à década anterior (UNODC, 2023).

Segundo o Ministério da Saúde (MS), em 2021, o Sistema Único de Saúde (SUS) registrou 400,3 mil atendimentos a pessoas com transtornos mentais e comportamentais devido ao uso de drogas e álcool (Senado Federal, 2023). A maior parte dos pacientes é do sexo masculino com idade de 25 a 29 anos. Sendo assim, existe uma necessidade de ação não apenas ampliada, mas também devem concorrer diferentes saberes e aportes teóricos-técnicos (Brasil, 2004).

Por outro lado, a gastronomia se destaca como um terreno fértil para a implementação prática de abordagens terapêuticas, proporcionando experiências únicas e benéficas para o bem-estar. Cozinhar, mais do que uma atividade cotidiana, é uma forma de arte e expressão que pode facilitar a expressão criativa, o desenvolvimento de habilidades, a autoestima e o trabalho em equipe. Além disso, a prática culinária estimula a conscientização e o controle sobre a alimentação e a saúde, aspectos muitas vezes negligenciados por usuários de substâncias durante períodos de uso abusivo.

Diante desse contexto, este estudo visa compreender os desafios enfrentados no ensino da gastronomia para dependentes químicos ao responder a seguinte pergunta de pesquisa: Quais são os desafios do ensino da gastronomia para usuários de álcool e outras drogas em processo de recuperação?

Na próxima seção deste artigo, é apresentado o referencial teórico que embasou este estudo, o qual está organizado em duas partes distintas. A primeira parte aborda a interligação entre o consumo de álcool e outras drogas e a saúde mental, oferecendo uma perspectiva histórica e contextualizada sobre o uso de substâncias psicoativas (SPAs) e seus efeitos. A segunda parte focaliza a educação gastronômica, explorando sua trajetória histórica, relevância cultural e os possíveis benefícios terapêuticos.

## REFERENCIAL TEÓRICO

### **Consumo de álcool e outras drogas e a saúde mental**

O uso de substâncias psicoativas (SPAs) remonta aos ancestrais humanos. Os temas controversos hoje são, na verdade, questões comuns ao longo da história humana. O álcool é a droga psicoativa mais comum usada pelos humanos e vale a pena ser relatado e estudado desde os tempos do Antigo Testamento.

Com o aumento da disponibilidade, o consumo de álcool deixou de ser ritualístico, esporádico e restrito a pequenos grupos, para ser um uso indiscriminado na maioria dos países e classes sociais, o que caracteriza o estilo de vida típico da sociedade de consumo atual (MacRae, 2007). Desde o processo de industrialização, o consumo de drogas começou numa escala cada vez maior e continuou a aumentar até aos dias de hoje, com os níveis de consumo, abuso e dependência aumentando significativamente após a guerra, especialmente na década de 1950 (MacRae, 1996; 2007; Fiori, 2002; 2004).

Os problemas decorrentes do uso de substâncias psicoativas representam um dos mais graves problemas de saúde pública em todo o mundo (Brasil, 2003; OMS, 2004). Este fato põe em causa vários campos do conhecimento científico que visam encontrar soluções adequadas para o problema da dependência, especialmente tendo em conta o impacto na saúde pública e a atual situação psicossocial.

A essência da dependência de álcool e outras drogas é que ela é um fenômeno que consiste em inúmeras interfaces e expressões entre variáveis biológicas, farmacológicas, psicológicas, socioculturais, políticas, econômicas e antropológicas. Representa uma complexidade que ignora as suas múltiplas determinações e impossibilita tentativas de explicações reducionistas (Cruz, 2006; Seibel e Toscano, 2000).

Paradoxalmente, este fenômeno é geralmente abordado com base em processos de teoria e intervenção dicotômicos, fragmentários, ahistóricos, deterministas e aparentemente reducionistas (Cruz, 2006; Schneider, 2010; 2009). Tais conceitos geralmente consideram apenas um dos aspectos relevantes para a dependência de substâncias psicoativas, como os aspectos psicológicos do usuário, o contexto socioeconômico, a influência do ambiente doméstico, os efeitos bioquímicos da droga ou fatores genéticos e, por fim, conceitos que estão

intimamente relacionados com a dependência, mas que não conseguem por si só explicá-la ou sugerir soluções adequadas.

Estudos demonstraram que existe um declínio na eficácia na maioria dos tratamentos oferecidos aos usuários, onde dificilmente as pessoas conseguem atingir e manter a abstinência (Noto e Galduroz, 1999; Schneider, Spohr e Leitão, 2006). Não basta, portanto, simplesmente responsabilizar o usuário pelo insucesso do tratamento, como é comum em muitos serviços, mas sim com a lógica de que a dependência é uma doença crônica e recorrente e que a recaída faz, portanto, parte do processo ou da falta de motivação para o tratamento, conforme demonstrado em pesquisas anteriores (Schneider, Spohr, Leitão, 2006).

Os CAPS AD são locais destinados especificamente para usuários que têm problemas relacionados ao uso de álcool e outras drogas. As ações neste serviço devem ser direcionadas às necessidades do usuário, com atuação intersetorial e com a participação da família e comunidade (Brasil, 2004).

No contexto do CAPS, o cuidado com o álcool e outras drogas é realizado por uma equipe multidisciplinar de profissionais de saúde, que inclui médicos, enfermeiros, psicólogos, assistentes sociais, entre outros. Esses profissionais trabalham juntos para fornecer um cuidado integral e personalizado para cada indivíduo.

Diante deste panorama histórico e social sobre o uso de substâncias psicoativas, é imperativo adentrar a dimensão da saúde mental, que é o ponto central na compreensão e abordagem da dependência química. A Organização Mundial da Saúde (OMS, 2014) afirma que saúde mental é um estado de bem-estar no qual o indivíduo é capaz de usar suas próprias habilidades, recuperar-se do estresse rotineiro, ser produtivo e contribuir com a sua comunidade.

O debate em torno da saúde mental, particularmente no contexto do uso e abuso de substâncias, convida-nos a considerar não apenas os efeitos farmacológicos das drogas, mas também as experiências subjetivas, os conflitos emocionais e as condições psicossociais que levam ao consumo e à dependência.

Desta forma, as campanhas de sensibilização visam inverter o medo e o estigma que acompanham os problemas de saúde mental e os transtornos, reduzindo este estigma para ajudar a criar um panorama de serviços mais universal e integrado. Uma ferramenta amplamente utilizada para atividades de envolvimento é o “grupo de terapia”, uma intervenção psicossocial que ajuda a enfrentar o estigma

e a detectar sinais e sintomas. (Souza et al., 2019). Uma grande diferença para reduzir o estigma em favor do aumento da tolerância e aceitação.

### **Ensino de gastronomia**

Antes de a culinária alcançar seu reconhecimento global, é fundamental reconhecer que ela se originou de uma necessidade fisiológica básica: o ato de comer. Desde o início, a alimentação tem sido um componente crucial na existência humana, uma realidade que compartilhamos com todos os seres vivos que passam pelos ciclos de nascimento, crescimento, reprodução e morte, dependendo de fontes de energia para sobreviver.

Esta necessidade abrange uma vasta gama de organismos, incluindo animais, fungos, plantas, algas, protozoários e bactérias, cada um adaptando sua dieta às suas necessidades específicas de transformação, com os humanos se alimentando principalmente de plantas e outros animais disponíveis para consumo. O ser humano, estando no ápice de sua evolução, destacou-se em sua jornada evolutiva também através de suas práticas alimentares.

Segundo Franco (2006, p. 17):

Quando o homem aprendeu a cozinhar os alimentos, surgiu uma profunda diferença entre ele e os demais animais. Cozinhando, descobriu que podia restaurar o calor natural da caça, acrescentar-lhe sabores e deixá-la mais digerível. Verificou também que as temperaturas elevadas liberam sabores e odores, ao contrário do frio, que os sintetiza ou anula. Percebeu ainda que a cocção retardava a decomposição dos alimentos, prolongando o tempo em que podiam ser consumidos. Identificava, assim, a primeira técnica de conservação.

No entanto, podemos notar que a forma como os humanos se alimentam evoluiu significativamente até agora, mas atingir o nível atual de gastronomia exigiu muitas descobertas, a maioria das quais atribuídas aos nossos antepassados. Como exemplos, temos a descoberta do fogo, a invenção dos vasos de pedra, os primeiros fornos de barro compactado. De acordo com Franco (2006, p. 19), “essas inovações constituíram importantes mudanças na sociedade pré-histórica”. A partir desse momento, passaram a cozinhar seus alimentos e temperá-los com ervas e sementes para dar mais aroma aos alimentos, iniciando o que chamamos de cozinhar.

Medeiros (2014, p. 5) afirma que, a gastronomia:

É uma arte ou ciência que exige conhecimento e técnica de quem a executa e formação do paladar de quem a aprecia. Os cinco sentidos são solicitados em sua completude durante o consumo gastronômico. A gastronomia existe porque, além da necessidade de se alimentar, o homem é um animal estético e, sobretudo, um ser social vivendo em comunidade.

A gastronomia é o estudo da alimentação e da cultura, com especial enfoque na alimentação de qualidade. É uma arte que busca examinar todo o contexto, produção, aparência, sazonalidade, métodos de preparo, formas de consumo e até história da alimentação. Tornou-se uma das áreas mais prestigiadas de todos os tempos devido ao seu conhecimento da culinária e diferentes características e elementos a eles associados.

A transição do desenvolvimento histórico e cultural da gastronomia para a sua dimensão educativa é um marco significativo na compreensão da culinária não apenas como uma necessidade ou uma arte, mas também como um campo de conhecimento formal e estruturado. A evolução das práticas alimentares, desde as descobertas fundamentais de nossos antepassados até as sofisticadas técnicas culinárias de hoje, estabelece um pano de fundo rico para explorar como o ensino da gastronomia se adapta e reflete essas transformações. Assim, a passagem para a discussão sobre a educação gastronômica não apenas segue naturalmente a narrativa histórica, mas também ilumina a importância de transmitir esse legado através do ensino e aprendizagem.

O ensino da gastronomia é reconhecido por sua natureza multifacetada, englobando aspectos científicos, artísticos, e culturais. A educação nesse campo, portanto, transcende a simples transmissão de habilidades técnicas para cozinhar e apresentar alimentos. Envolve uma abordagem holística que prepara os indivíduos para apreciar a gastronomia em sua totalidade, desde a origem dos ingredientes até as complexidades dos gostos e as tradições culinárias que moldam as sociedades. Ao embarcarmos na discussão sobre como a gastronomia é ensinada, reconhecemos a necessidade de uma pedagogia que honre a riqueza histórica e cultural da culinária, ao mesmo tempo que encoraja a inovação e a criatividade.

## **METODOLOGIA**

Este estudo se configura como uma pesquisa descritiva de natureza qualitativa, utilizando a metodologia da pesquisa participante. A pesquisa participante é reconhecida por sua abordagem que integra ativamente o público-alvo na condução do estudo. Le Boterf (1984, p. 52) define a pesquisa participante como um método cujo objetivo é "auxiliar a população envolvida a identificar seus próprios problemas, realizar uma análise crítica desses problemas e buscar soluções adequadas".

Brandão e Steck (2006, p. 12) ratifica que a pesquisa participante deve ser compreendida, como um "repertório múltiplo e diferenciado de experiências de criação coletiva de conhecimentos destinados a superar a oposição sujeito/objeto no interior de processos que geram saberes e na sequência de ações que aspiram gerar transformações". Como resultado, existem múltiplos modelos de pesquisa participante, por sua natureza flexível e, como tal, adaptar-se-á a diferentes situações concretas, dependendo dos objetivos pretendidos, dos recursos disponíveis e do contexto político em que ocorre.

O conceito de pesquisa participante deriva da ação educativa. "Uma pesquisa que é também uma pedagogia que entrelaça atores-autores e que é um aprendizado no qual, mesmo quando haja diferenças essenciais de saberes, todos aprendem uns com os outros e através dos outros", conceitua Brandão e Steck (2006, p. 13).

A pesquisa foi conduzida no Centro de Atenção Psicossocial - Álcool e outras Drogas (CAPS AD), situado na cidade do Recife, onde o autor deste estudo desempenhou suas atividades de abril de 2022 a janeiro de 2023, atuando como residente profissional de Educação Física.

A iniciativa da oficina de gastronomia surgiu em julho de 2022, motivada por uma lacuna identificada por um dos autores. Observou-se a ausência de um grupo terapêutico nas sextas-feiras à noite, coincidindo historicamente com um período de aumento no consumo de substâncias psicoativas (SPAs). Assim, foi criado o Grupo Sextou, nome inspirado na gíria popular da internet que celebra a chegada da sexta-feira e o início do final de semana. Ao invés de promover o consumo de SPAs, a gastronomia foi introduzida como uma ferramenta terapêutica no CAPS.

Para a implementação da oficina, foi desenvolvido um projeto estruturado em fases. A primeira etapa consistiu na apresentação dos facilitadores, incluindo uma dinâmica de apresentação dos usuários, além da exposição e discussão do projeto. Na segunda fase, foram fornecidas orientações sobre higienização das mãos, alimentos e estações de trabalho. Na terceira parte, foram discutidas as receitas a

serem preparadas, e na quarta e última etapa, ocorreu o preparo e consumo das receitas, seguido de uma avaliação do aprendizado, com espaço para dúvidas e sugestões de melhoria.

A oficina teve início em agosto de 2022 e estendeu-se por seis meses, ocorrendo todas as sextas-feiras a partir das 18h30. No total, participaram da pesquisa 12 usuários, que trabalharam em conjunto com a equipe multiprofissional composta por psicóloga, técnico de enfermagem e profissional de educação física. O grupo terapêutico tinha como propósito oferecer oficinas de gastronomia como parte integrante do processo de recuperação.

A coleta de dados foi realizada por meio diários de campo. Durante as oficinas, foram registradas observações, interações, experiências e reflexões em tempo real, proporcionando informações detalhadas sobre as atividades desenvolvidas.

## **RESULTADOS E DISCUSSÕES**

O uso de diários de campo na oficina de gastronomia do CAPS AD proporcionou uma rica fonte de dados qualitativos para este estudo. Por meio da observação participante e registro em tempo real, os diários capturaram não apenas as atividades cotidianas da oficina, mas também as interações, percepções e evolução dos participantes. Esses registros detalhados permitiram uma análise profunda dos desafios enfrentados ao ensinar gastronomia para usuários de álcool e outras drogas, bem como das estratégias eficazes adotadas para superar tais desafios.

Ao observar o público alvo desse estudo, foi emergindo uma variedade de desafios cognitivos, emocionais e sociais por parte dos usuários, que afetaram no início da oficina, a capacidade de aprender e se engajar em novas habilidades. Podemos ver problemas de concentração, memória prejudicada, baixa autoestima e dificuldades de interação social.

Um dos principais desafios identificados foi o engajamento dos usuários nas atividades propostas. Devido à variedade de fundos pessoais e aos diferentes estágios de recuperação, alguns participantes mostraram resistência inicial ou falta de interesse nas oficinas de gastronomia. Para enfrentar essa questão, a equipe utilizou abordagens personalizadas, como ajustar as atividades para atender aos

interesses específicos dos usuários e enfatizar o aspecto terapêutico e de construção de habilidades da culinária. Essa estratégia não apenas aumentou a participação, como também promoveu um sentimento de realização e autoestima entre os usuários.

Foi necessário realizar uma adaptação curricular para a flexibilidade e personalização da oficina. Então foram feitas modificações de métodos de ensino para acomodar diferentes estilos de aprendizagem, como por exemplo: oferecer instruções visuais além de verbais, utilizar atividades práticas para reforçar conceitos teóricos, e incorporar pausas e revisões frequentes para facilitar a retenção de informações. Além disso, foi ajustado o ritmo para permitir progresso individualizado, para ajudar a garantir que todos os participantes pudessem acompanhar e se beneficiar da oficina.

Outro desafio observado foi a dificuldade de alguns usuários em seguir instruções complexas ou manter a concentração por longos períodos, o que era frequentemente exacerbado por questões subjacentes relacionadas ao uso de substâncias. Para contornar essas barreiras, a oficina foi sofrendo algumas mudanças para serem mais interativas e menos centradas em instruções detalhadas. Além disso, a equipe adotou uma abordagem passo a passo e ofereceu reforço positivo constante, o que ajudou a manter os usuários engajados e motivados a continuar aprendendo.

Além de ensinar habilidades culinárias básicas, foram acrescentados temas que abordassem o bem-estar holístico dos participantes, incorporando elementos de nutrição, gestão do stress e desenvolvimento pessoal. Exemplos disso, foi a inclusão de debates sobre planejamento de refeições saudáveis e acessíveis, e discussões sobre a importância da alimentação balanceada na manutenção da saúde física e mental. Dessa forma, pudemos ajudar os participantes a estabelecer uma relação mais saudável com a comida, melhorando sua autoestima e promovendo sua recuperação.

Outro ponto importante da oficina foi a criação de um ambiente de aprendizagem inclusivo e livre de estigmas, onde durante as práticas, todos os participantes se sentiram valorizados e apoiados. Estratégias para promover a inclusão incluíram a formação de pequenos grupos para projetos colaborativos, encorajando o compartilhamento de experiências pessoais relacionadas à culinária e

recuperação, e destacando histórias de sucesso de indivíduos que superaram desafios semelhantes.

A introdução de elementos lúdicos, como por exemplo, escutar música ambiente escolhida pelos próprios usuários e a celebração de pequenos sucessos provaram ser estratégias eficazes em criar um ambiente de aprendizado positivo e encorajador. Ao transformar a oficina de gastronomia em uma atividade divertida e gratificante, os participantes não apenas aprenderam habilidades culinárias, mas também desenvolveram importantes competências sociais e emocionais. Essa abordagem holística contribuiu significativamente para o processo de recuperação dos usuários, demonstrando o potencial terapêutico da culinária.

O Quadro 1 a seguir apresenta a síntese dos principais desafios identificados durante a realização das oficinas gastronômicas, bem como as estratégias adotadas para superar tais realidades.

**Quadro 1 - Desafios identificados durante as oficinas**

<b>Dimensão</b>	<b>Problemas Identificados</b>	<b>Estratégias Adotadas</b>	<b>Resultados Obtidos</b>
Cognitiva	Problemas de concentração, memória prejudicada, dificuldade em seguir instruções complexas, dificuldade em manter a atenção por longos períodos	Adaptação curricular para flexibilidade e personalização, instruções visuais, atividades práticas, pausas e revisões frequentes	Melhoria na retenção de informações, aumento da capacidade de seguir instruções, maior engajamento nas atividades
Emocional	Baixa autoestima, falta de motivação, sentimentos de isolamento, dificuldade em expressar emoções	Abordagem terapêutica para construção de habilidades, reforço positivo constante, debates sobre bem-estar holístico	Aumento da autoestima, maior motivação, redução do isolamento, expressão emocional mais eficaz
Social	Dificuldades de interação social, resistência inicial às atividades, falta de	Criação de ambiente inclusivo e livre de estigmas, formação de	Melhor interação social, maior interesse e participação, fortalecimento de

	interesse em participar, desafios na formação de vínculos	pequenos grupos para projetos colaborativos, encorajamento do compartilhamento de experiências	vínculos, sensação de pertencimento
--	-----------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------

**Fonte: Autoria própria (2024)**

A análise temática dos diários de campo revelou que, apesar dos desafios iniciais, a oficina de gastronomia teve um impacto positivo significativo nos participantes. Os usuários relataram melhorias no bem-estar emocional, aumento da autoconfiança e um sentido renovado de comunidade e pertencimento. Além disso, a habilidade de preparar refeições foi vista não apenas como uma competência valiosa, mas também como uma possível via para a reintegração social e profissional.

Em síntese, a oficina de gastronomia proporcionou insights valiosos sobre os desafios e estratégias relacionados ao ensino de culinária para indivíduos que enfrentam problemas com álcool e outras drogas. Por meio de uma abordagem adaptativa e inclusiva, foi possível superar obstáculos e utilizar a culinária como uma ferramenta poderosa para a recuperação e o crescimento pessoal. Esses resultados destacam a importância de abordagens inovadoras e flexíveis em ambientes terapêuticos, fornecendo contribuições significativas para o campo da saúde mental e reabilitação.

## **CONCLUSÃO**

Este trabalho reafirma a significativa influência da gastronomia como uma ferramenta terapêutica e educacional na reabilitação de indivíduos com dependência de álcool e outras substâncias. Ao examinar os desafios enfrentados e as estratégias adotadas durante uma oficina de gastronomia no CAPS AD, esta pesquisa ressalta que o potencial da culinária vai além da preparação de alimentos, enfatizando seu papel no aprimoramento de habilidades cognitivas, emocionais e sociais cruciais no processo de recuperação dos doentes.

O ensino da gastronomia, adaptado às necessidades específicas dessa população, mostrou ser uma abordagem inovadora e eficaz, que contribui para o aumento da autoestima, a melhoria do bem-estar emocional, e o fomento do senso de comunidade e pertencimento. Além disso, a capacidade de preparar refeições

não apenas promove a autonomia dos participantes, mas também abre caminhos para a reintegração social e profissional, evidenciando o papel da gastronomia como um meio de transformação pessoal e coletiva.

A inclusão de práticas culinárias no CAPS AD aponta para a necessidade de abordagens holísticas e multidisciplinares no tratamento de usuários de substâncias psicoativas. Ao incorporar elementos da gastronomia, os profissionais de saúde podem oferecer aos participantes uma experiência enriquecedora que abarca tanto aspectos técnicos da culinária quanto considerações sobre nutrição, saúde mental e bem-estar geral.

Este estudo também ressalta a importância da flexibilidade e da personalização no ensino da gastronomia, adaptando-se aos diferentes estilos de aprendizagem e necessidades individuais. A capacidade de ajustar as atividades e adotar uma abordagem passo a passo, reforçada por feedback positivo, mostrou ser crucial para engajar os participantes e facilitar a aquisição de novas habilidades.

Em suma, os resultados deste trabalho sublinham o valor da gastronomia como uma abordagem terapêutica complementar no campo da saúde mental e reabilitação. Por meio da culinária, os usuários de álcool e outras drogas encontram uma fonte de satisfação, aprendizado e crescimento pessoal, destacando a relevância de práticas inovadoras e humanizadas no processo de recuperação. Portanto, recomenda-se a expansão de pesquisas e a implementação de programas que integrem a gastronomia como parte de estratégias de reabilitação, visando não só a recuperação dos usuários, mas também sua reintegração social e empoderamento.

## REFERÊNCIAS

BRANDÃO, C. R.; STECK, D. **Pesquisa participante: o saber da partilha**. Aparecida: Ideias e Letras, 2006.

BRASIL. Ministério da Saúde. **A Política do Ministério da Saúde para atenção integral a usuários de álcool e outras drogas**. Brasília: Secretaria Executiva, Coordenação Nacional DST/AIDS, 2004.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Saúde Mental no SUS: Os Centros de Atenção Psicossocial**. Brasília: Ministério da Saúde, 2004. Disponível em:

[https://www.ccs.saude.gov.br/saude\\_mental/pdf/sm\\_sus.pdf](https://www.ccs.saude.gov.br/saude_mental/pdf/sm_sus.pdf). Acesso em: 14 out. 2023.

BRASIL. Ministério da Saúde. **O SUS no seu município: garantindo saúde para todos**. 2. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2009.

CAMPOS, C. E. A. **O desafio da integralidade segundo as perspectivas da vigilância da saúde e da saúde da família**. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 8, p. 569-584, 2003. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/csc/v8n2/a18v08n2.pdf>. Acesso em: 25 set. 2023.

CARMODY, R.N; WRANGHAM, R.W. **O significado energético da culinária**. *Journal of Human Evolution*, vol.57, p. 379–391, 2009.

CERVO, A. L.; SILVA, R. da; BERVIAN, P. A. **Metodologia científica**. São Paulo: Pearson Education do Brasil, 2007.

COLLAÇO, J. H. L. **Gastronomia: a trajetória de uma construção recente**. *Habitus*, vol.11, n.2, p. 203-222, Jul./Dez. 2013.

CRUZ, M.S. **Considerações sobre possíveis razões para a resistência às estratégias de redução de danos**. In: O. Cirino & R. Medeiros (Org.). *Álcool e outras drogas: escolhas, impasses e saídas possíveis*, v. 1, pp. 13-24. Belo Horizonte: Autêntica, 2006.

FIORI, M. **Algumas reflexões a respeito do discurso médico sobre as drogas**. XXVI Reunião Anual da ANPOCS, 2002. Disponível em: <http://www.neip.info/downloads/anpocs.pdf>. Acesso em: 07 nov. 2023.

FIORI, M. **Controvérsias médicas e a questão do uso de drogas**. Dissertação (Mestrado em Antropologia Social) – Universidade de São Paulo, São Paulo, 2004.

FRANCO, A. **De caçador a gourmet: uma história da gastronomia**. 4. ed. São Paulo: Senac, 2006.

FREEDMAN, P. (Org.); CLEAVER, A. S. (Trad.). **A história do sabor**. São Paulo: Senac São Paulo, 2009.

GODBOUT et al. **Cognitive structure of executive deficits in patients with frontal lesions performing activities of daily living**. *Brain Injury*, vol.19, p. 337–348, 2005.

GONZAGA, C. B.; FERREIRA, G. N. **Redes de Atenção à Saúde: Um Caminho na Garantia da Integralidade da Atenção no SUS**. *Revista Internacional de Debates da Administração & Pública - RIDAP*, v. 2, n. 1, p. 12-26, 2017. Disponível em: <https://periodicos.unifesp.br/index.php/RIDAP/article/view/1270>. Acesso em: 24 set. 2023.

LE BOTERF, G. **Pesquisa participante: propostas e reflexões metodológicas**. In: BRANDÃO, C. R. (Org.). *Repensando a pesquisa participante*. São Paulo: Brasiliense, 1984.

LODY, R. **Brasil bom de boca: temas da antropologia da alimentação**. São Paulo: Senac São Paulo, 2008.

MACRAE, E. **A desatenção da legislação de entorpecentes pela complexidade da questão**. Núcleo de Estudos Interdisciplinares sobre Psicoativos, 1996. Disponível em: [http://www.neip.info/downloads/t\\_edw1.pdf](http://www.neip.info/downloads/t_edw1.pdf). Acesso em: 27 set. 2023.

MACRAE, E. **Aspectos socioculturais do uso de drogas e políticas de redução de danos**. In: XIV Encontro Nacional da Associação Brasileira de Psicologia Social, 2007, Rio de Janeiro. Anais de resumos e de trabalhos completos do XIV Encontro Nacional da ABRAPSO. Rio de Janeiro: ABRAPSO, v. 1, 2007.

MEDEIROS, S. A. **Introdução à gastronomia**. Pernambuco: Secretaria de Educação e Esporte, 2014.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Neurociências: consumo e dependência de substâncias psicoativas**. Genebra, 2004. Disponível em: <[www.who.org.br](http://www.who.org.br)>. Acesso em: 19 out. 2023.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Saúde mental: um estado de bem-estar**. Genebra, 2014. Disponível em: <[http://www.who.int/features/factfiles/mental\\_health/en/](http://www.who.int/features/factfiles/mental_health/en/)>. Acesso em 12 fev. 2024

SENADO FEDERAL. **Aumenta o número de pessoas com transtornos por uso de drogas e álcool**. Portal Institucional do Senado Federal, 2023. Disponível em: <https://www12.senado.leg.br/institucional/sis/noticias-comum/aumenta-o-numero-de-pessoas-com-transtornos-por-uso-de-drogas-e-alcool>. Acesso em: 3 jan. 2024.

SEIBEL, S.D.; TOSCANO, A. **Dependência de drogas**. São Paulo: Atheneu, 2000.

SOUZA, C.D.; AMARANTE, P. D.; ABRAHÃO, A.L. **Inclusão da saúde mental na atenção básica à saúde: estratégia de cuidado no território**. Revista Brasileira de Enfermagem, 72, 1677-1682, 2019.

UNODC. **Relatório Mundial sobre Drogas 2023 do UNODC alerta para a convergência de crises e contínua expansão dos mercados de drogas ilícitas**. UNODC.org, 2023. Disponível em: <https://www.unodc.org/lpo-brazil/pt/frontpage/2023/06/relatrio-mundial-sobre-drogas-2023-do-unodc-alerta-para-a-convergncia-de-criSES-e-contnua-expanso-dos-mercados-de-drogas-ilcitas.html>. Acesso em: 13 ago. 2023.

WRANGHAM et al. **O cru e o roubado - Culinária e a ecologia das origens humanas**. Current Anthropology, vol.40, n.1, p. 567–594, 1999.



## **ANEXO A – NORMAS DE PUBLICAÇÃO DA REVISTA**

A Contextos da Alimentação - Revista de Comportamento, Cultura e Sociedade - ISSN 2238-4200 receberá trabalhos originais que envolvam estudos sobre contextos da alimentação: histórico, geográfico, nutricional, sociológico, antropológico, literário, culinário e artístico, apresentados de acordo com as normas de submissão.

### **Orientações para autores**

- Os trabalhos submetidos devem ser inéditos
- Os trabalhos que não atenderem a linha editorial da revista, o modelo de formatação e as normas de submissão serão rejeitados sem avaliação de mérito.
- Os autores devem assinar a autorização de publicação e enviar digitalizada no ato da submissão para que a contribuição seja avaliada. Acesse o documento em formato word.
- As normas de submissão estão descritas no modelo de formatação da revista, acesse o documento em formato word.
- A submissão deverá ser realizada via email da revista: [revista.contextos@sp.senac.br](mailto:revista.contextos@sp.senac.br)
- A Revista Contextos da Alimentação não se responsabiliza pelos conceitos, ideias e opiniões emitidas pelos autores.
- A Revista Contextos da Alimentação não cobra taxas para submissão, processamento e publicação dos artigos.

### **Processo de Avaliação Cega por Pares**

Os trabalhos submetidos à Revista Contextos da Alimentação serão avaliados por no mínimo dois pareceristas, pelo método avaliação cega, que utilizarão como critérios de avaliação: adequação às normas da revista; redação e organização do texto; fundamentação teórica e bibliografia; desenvolvimento e metodologia; contribuição da pesquisa para a área científica.

## **Modelo para formatação de artigos para a revista Contextos da Alimentação: o título pode ocupar até duas linhas ajustadas à esquerda**

*Paper template for revista Contextos da Alimentação: the english title should be in italic and may occupy up to two lines left justified*

**Fulano da Silva, Cicrano Alencar, Beltrano Vegas, Cesar Pardal**

Universidade Santa Juliana - USJ

Departamento de Exatas - Bacharelado em Ciência da Computação

{fulano,cicrano}@email.com, vegas@jmail.com, prof.pardal@usj.br

**Resumo.** Este modelo de artigo segue os padrões de formatação da Revista Contextos da Alimentação. A fonte utilizada é a Verdana, em tamanho 12 para o título do artigo (em negrito), 12 para o título em inglês (em itálico), 11 para títulos de seções e 10 para parágrafos normais e títulos de subseções (estes em negrito). Palavras estrangeiras, em qualquer parte do texto, também devem ser formatadas em itálico. O resumo, assim como o *abstract* e títulos, deve ser ajustado à esquerda. Os nomes dos autores devem ser descritos abaixo do *abstract* (fonte Verdana 10, em negrito) seguidos da identificação de suas instituições e endereço eletrônico de um dos autores (os endereços de *email* utilizam fonte *Courier New*, 8). Para autores que pertencerem a diferentes instituições, devem ser colocados números sobrescritos ao final de cada nome especificando as respectivas instituições, conforme modelo acima. O texto do resumo não deve ultrapassar 14 linhas. O número total de palavras do artigo deve ficar entre 5 mil a 8 mil palavras incluindo página de rosto, referências e figuras. Títulos, autores, instituições, resumo e *abstract* não podem ultrapassar a primeira página. Ao final do resumo, os autores devem indicar as palavras-chave (no mínimo 3, no máximo 5 palavras) referente às características do artigo.

**Palavras-chave:** modelo de artigo, trabalho de graduação, revista científica.

**Abstract.** *This article template adheres to the formatting of the Revista Contextos da Alimentação. The font used is Verdana, size 12 for the title of the article (in bold), size 12 for the English title (in italic), size 11 for section headings and size 10 for normal paragraphs and subsection titles (those ones in bold). Foreign words, anywhere in the text, must also be formatted in italic. "Resumo", as well as the abstract, should be left justified. The names of the authors should be displayed below the abstract (Verdana font, size 10, bold) followed by their affiliation and the email address of one of the authors (the email addresses formatted in Courier New font, size 8). For authors with different affiliations, use the superscript numbers at the end of each specific name, depending on the affiliation, according to the model above. The abstract should not exceed 14 lines. The total number of words should stay between 5 thousand and 8 thousand words, including the title page, tables, figures and references. Titles, authors, institutions, "resumo" and abstract cannot exceed the first page. At the end of the abstract, the authors should indicate the keywords (minimum 3, maximum 5 words) referring to the characteristics of the article.*

**Key words:** *paper template, graduation work, scientific magazine.*

**Contextos da Alimentação** – Revista de Comportamento, Cultura e Sociedade  
Vol. x no x – (mês de publicação) de 2015, São Paulo: Centro Universitário  
Senac ISSN 2238-4200

## 1. Introdução

A versão deste documento é 2.1, de 06 de janeiro de 2020. Verifique no portal se existe versão mais recente antes de prosseguir.

A Contextos da Alimentação objetiva promover a produção e a divulgação de trabalhos acadêmicos originais no campo de estudos da alimentação sob uma perspectiva interdisciplinar humanística. A finalidade é gerar discussão que vise a compreensão do ato de se alimentar como uma atitude comportamental, cultural, religiosa, filosófica, fisiológica e econômica, identificando e analisando suas distintas consequências no contexto da sociedade na qual esse ato está inserido. A revista receberá trabalhos originais que envolvam estudos sobre contextos da alimentação: histórico, geográfico, nutricional, sociológico, antropológico, literário, culinário e artístico, apresentados de acordo com as normas de submissão. Verifique na chamada de artigos para qual edição seu artigo será submetido e edite o volume, o número e o tema da edição nos rodapés da primeira e da segunda página (a partir da terceira página será automaticamente repetido o rodapé da segunda). Tome cuidado para não apagar ou alterar o campo de numeração de página. O documento está configurado para que as páginas sejam numeradas a partir de 1 e para que não apareça a numeração na primeira página. As seções também são numeradas automaticamente. As subseções não são numeradas.

Todo artigo submetido para publicação na Revista Contextos da Alimentação deve seguir a formatação estabelecida, e seguida, neste documento. O formato do papel é A4 e todas as margens são de 2,54 cm . A fonte é Verdana, nos seguintes tamanhos: 12 para título em português, 12 para título em inglês, 11 para título de seção e 10 para título de subseção e o restante do texto. O espaçamento entre linhas é simples. Títulos e nomes de autores devem ser colocados em negrito. Palavras estrangeiras e, conseqüentemente, todo o abstract, devem estar em itálico. Devem ser utilizados os estilos disponíveis para formatação, evitando-se formatações diretas de parágrafos, de fontes ou de outras características.

Orientações gerais e seções (note que os tópicos abaixo estão formatados com o estilo "tópico"; os tópicos sempre "terminam com ponto-e-vírgula", sendo que o último termina como "ponto final".):

- Artigos - textos originais e inéditos resultantes de pesquisa e ensaios (Mínimo 5000 e Máximo 8000 palavras);
- Tradução - traduções de textos de relevância em âmbito internacional. Devem ser apresentadas no idioma português, juntamente como o artigo original e a autorização dos autores ou da publicação que detém os direitos sob o artigo. (Mínimo 5000 e Máximo 8000 palavras);
- Resenhas - resenhas críticas atualizadas de obras relacionadas ao campo temático da Contextos da Alimentação (mínimo 1000 e máximo 3000 palavras);
- Seção Introdução - textos relacionados a projetos de Iniciação Científica, Trabalhos de Conclusão de Curso e demais trabalhos acadêmicos que apresentem intervenções praticadas, que exponham suas condições de realização de forma bem definida (mín 3000 palavras e máximo de 5000

- palavras);
- Ensaaios – Nesta seção serão apresentados vídeos, ensaios fotográficos e ilustrações relacionadas ao campo temático da revista. Para publicação o autor deve encaminhar a declaração de autorização de publicação (anexo 1);
- Entrevistas – Descrição de entrevistas que apresentem relevantes contribuições de pesquisadores, chefs de cozinha e demais profissionais, para a área de atuação da revista. Deve ser informado o nome e instituição do autor (entrevistador), nome e instituição do entrevistado, com um breve currículo e a data da entrevista. Para publicação do texto, o autor deve encaminhar a declaração de autorização de publicação (anexo 1); (até 5000 palavras)
- A submissão do artigo que envolver estudos com seres vivos deve conter uma clara declaração de cumprimento dos princípios éticos exigidos pela legislação, incluindo o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.
- Em caso de aprovação do artigo submetido deverá ser enviada a autorização para publicação do artigo (anexo 1).
- O artigo deve se encontrar formatado e estruturado conforme as regras de formatação de artigos da Revista Contextos da Alimentação, apresentadas e demonstradas neste documento.

## **2. Sobre a primeira página**

A primeira página deve conter títulos, em português e inglês, resumo e abstract, todos ajustados à esquerda. O título deve ser justificado à esquerda corpo 12 e negrito. O título em inglês deve ter corpo 12, itálico, ajustado à esquerda, logo abaixo do título principal, com espaçamento de 12 pontos entre o título principal e o título em inglês, e de 24 pontos entre o título em inglês e os nomes dos autores, que devem estar em corpo 10, com os nomes separados por vírgulas. O último nome deve ser do orientador, quando este for coautor do trabalho. Os endereços de email utilizam fonte Courier New. Títulos, dados dos autores, resumo e abstract não podem ultrapassar a primeira página. O texto do artigo deve iniciar na segunda página, mesmo que sobre espaço após o abstract.

Os parágrafos são ajustados em ambos os lados e devem ser separados por linhas de 6 pontos. Entre o fim de uma seção e o título da próxima seção, ou subseção, deve haver espaço de 6 pontos. Esses espaçamentos entre parágrafos e seções são automaticamente definidos pelos estilos.

## **3. Sobre a estrutura do texto**

Os textos submetidos para as seções "Artigos" ou "Seção introdução" deverão apresentar os elementos que fundamentem e justifiquem a necessidade do trabalho, os objetivos, metodologia, resultados e discussão e conclusão. Esses elementos poderão estar estruturados em introdução, desenvolvimento e conclusão. Espera-se que, na introdução, os autores apresentem as razões de ordem teórica e dos motivos que tornam importante a realização da pesquisa. Os objetivos devem indicar o(s) propósito(s) do estudo; a metodologia (ou percurso metodológico) deve apresentar o conjunto de métodos, procedimentos, materiais e técnicas que possibilitarão alcançar aos objetivos do estudo. Como resultados e discussão, espera-se que os autores apresentem os achados que foram os elementos centrais da busca da pesquisa, a utilização de figuras e tabelas podem favorecer a sistematização dos resultados. Por fim, o texto deve apresentar a conclusão, parte final do texto, na qual se apresentam as respostas correspondentes aos objetivos, bem como os possíveis desdobramentos relativos à importância, projeção, repercussão e encaminhamentos gerados pela pesquisa realizada. Não serão aceitos para a publicação, artigos que não tenham

resultados e conclusão.

#### **4. Rodapé**

Os rodapés devem ser mantidos conforme se encontram neste documento, excetuando-se os dados referentes ao número da revista, os quais devem ser modificados de acordo com a edição para a qual o artigo se destine. Consulte no portal da revista quais são as próximas edições e altere os rodapés de acordo com o número, volume da edição para a qual seu artigo estiver sendo submetido.

#### **5. Seções e subseções**

Os títulos das seções devem ser numerados (1, 2, 3 ...) e estar em negrito e corpo 11, ajustados à esquerda. Antes de cada título deve ser deixado um espaço de 12 pontos e depois um espaço de 6 pontos (os espaçamentos são automaticamente definidos pelos estilos). As subseções possuem tamanho 10 e não são numeradas.

Os parágrafos não devem ter recuo na primeira linha, mas precisam estar separados por 6 pontos, como pode ser visto nos parágrafos desta seção.

##### **Exemplo de subseção**

Aqui está um exemplo de subseção.

Conforme já exposto na seção anterior, os parágrafos não devem ter recuo na primeira linha, mas precisam estar separados por 6 pontos, como pode ser visto nos parágrafos desta seção e da anterior.

##### **Outro exemplo de subseção**

Aqui está outro exemplo de subseção.

#### **6. Figuras e tabelas**

Figuras e tabelas devem possuir numeração, título e fonte e devem ser citadas no texto. Os títulos devem ser colocados acima da figura ou tabela; a fonte deve ser colocada abaixo. Títulos e fontes não podem ficar separados (em páginas diferentes ou com espaçamento além dos 6 pontos) das figuras ou tabelas que identificam. Utilizar fonte Verdana, 8 pontos, negrito, centralizadas, para títulos e fonte. Antes e depois de cada legenda deve haver espaço de 6 pontos.

A Figura 1 apresenta um exemplo de como uma imagem deve ser apresentada no artigo. No entanto deve ser evitado o que acontece neste documento, ou seja, a figura ser referenciada em uma página e aparecer em outra. Vejam que há duas formas de se fazer referência à figura, ou tabela, no texto. Pode-se colocar a referência fazendo parte de frase, como exemplificado no início deste parágrafo, ou colocá-la entre parêntesis (Figura 1) quando esta não fizer parte da oração. Nunca faça referências relativas, tais como "acima", "abaixo", "ao lado" ou "a seguir".

#### **Figura 1. Exemplo de Figura.**



**Fonte: exemplo**

Um exemplo de como formatar quadro (Quadro 1) também é apresentado. Neste caso o quadro aparece na mesma página em que é citada pela primeira vez, o que é mais adequado. Não colocar uma figura antes da página na qual foi citada nem além de uma página após.

**Quadro 1. Exemplo de Q.**

	Teste 1	Teste 2	Teste 3	Teste 4	Teste 5
Parâmetro 1	1,1	2,2	0,5	-	-
Parâmetro 2	1,3	2,3	0,3	0,4	-

Fonte:

Outro recurso que pode ser utilizado são as tabelas. Da mesma forma, as tabelas devem ser numeradas, apresentarem título e fonte, tal como observa-se da Tabela 1:

**Tabela 1: Exemplo de tabela.**

<b>Solução</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
----------------	----------	----------

Hipoclorito	6	20
Vinagre	21	70
Outros	3	10
<b>Total</b>	<b>30</b>	<b>100</b>

Fonte:

## 7. Referências

Toda informação citada no artigo deve fazer referência à obra ou documento na qual a informação se encontra. As citações no texto devem seguir a Norma NBR 10520 (ABNT, 2002a), usando o sistema de chamada "autor-data" entre parêntesis, conforme feito nesta frase ao citar a referida norma. É imprescindível que a referida norma seja consultada para que as citações sejam realizadas corretamente.

## 8. Conclusão

Neste documento foram apresentadas as diretrizes e normas para a formatação de artigos a serem submetidos para publicação na Revista Contextos da Alimentação. Este documento pode ser utilizado como *template*, ou seja, basta salvá-lo com outro nome e editar o artigo substituindo os textos aqui apresentados.

Os títulos das seções são apenas exemplos. Não há padronização da nomenclatura dos títulos das seções, estrutura que contemple introdução, desenvolvimento e conclusão. A única exceção é a última, não numerada, que deve obrigatoriamente se chamar "Referências".

Em caso de dúvidas envie e-mail para revista.contextos@sp.senac.br.

## Referências

ABNT. **NBR 10520: Informação e documentação - Citações em documentos - Apresentação**. Rio de Janeiro, RJ, 2002a. 7 p.

\_\_\_\_\_. **NBR 6023: Informação e documentação - Referências - Elaboração**. Rio de Janeiro, RJ, 2002b. 24 p.