

Desenvolvimento e avaliação de oficinas culinárias a partir do uso integral dos alimentos em um CAPS AD

Development and evaluation of culinary workshops from full use of foods in a CAPS AD

Desarrollo y evaluación de talleres culinarios del uso completo de alimentos en un CAPS AD

Barbara Liliane Cardoso Costa^{1*}, Xaene Maria Fernandes Duarte Mendonça¹, Thaís de Oliveira Carvalho Granado Santos¹, Lilia Magno de Abreu Teixeira¹, Giovana Sousa dos Santos¹, Ana Clara Barros de Sousa¹, Jamilie Suelen dos Prazeres Campos², Fernanda Maria Lima Moura¹, Patrícia Miranda Mendes¹.

RESUMO

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

Palavras-chave: Aproveitamento integral dos alimentos, Educação alimentar e nutricional, Saúde mental.

ABSTRACT

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

Keywords: Full utilization of food, Food and nutrition education, Mental health.

RESUMEN

Objetivo: Desarrollar y evaluar talleres culinarios basados en su uso completo de los alimentos en un CAPS AD en una ciudad en Pará. **Métodos:** Estudio descriptivo, exploratorio y cuantitativo, realizado con 23 individuos de ambos género, de 19 a 69 años. Los usuarios fueron investigados con respecto al conocimiento sobre el

¹ Universidade Federal do Pará (UFPA), Belém-PA. *E-mail: barbara.cardoso181@gmail.com

² Hospital Ophir Loyola (HOL), Belém-PA.

uso integral de los alimentos y los datos sociodemográficos. Los datos recopilados para el análisis cualitativo fueron procesados por la plataforma IRAMUTEQ. **Resultados:** La muestra tenía una mayoría masculina (87%), sin ingresos (60,9%), con educación secundaria completa (43,6%). De estos, el (65,2%) informaron no haber escuchado y no saber si habían escuchado sobre el uso completo de los alimentos. En cuanto a la aceptabilidad de las preparaciones preparadas en los talleres culinarios, todas fueron aprobadas, ya que tenían una aceptación muy por encima del punto de corte establecido considerando el criterio "óptimo" (50%). **Conclusión:** Fue posible identificar la falta de conocimiento sobre el uso integral de los alimentos por parte de la mayoría de los usuarios, lo que indica la necesidad de abordar el tema a través de actividades educativas.

Palabras clave: Plena utilización de los alimentos, Educación alimentaria y nutricional, Salud mental.

INTRODUÇÃO

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

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

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

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

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

Os Centros de Atenção Psicossocial Álcool Drogas (CAPS AD) são espaços destinados ao desenvolvimento de atividades terapêuticas que auxiliam no tratamento dos usuários de substâncias psicoativas. Dentre as atividades terapêuticas realizadas, as oficinas culinárias se configuram como atividades de Educação Alimentar e Nutricional (EAN) com a finalidade de promover a autonomia quanto à

escolha de hábitos alimentares saudáveis que levem à condição nutricional mais satisfatória, bem como a difusão de informações sobre o valor nutritivo dos alimentos, aliada a esclarecimentos sobre aproveitamento integral dos alimentos que contemplam comunidades de baixa renda em prol da promoção da saúde (BRASIL, 2004; REZENDE MF e NEGRI ST, 2015).

Foram elaboradas 6 (seis) oficinas culinárias com a oferta de 1 (uma) preparação com uso integral dos alimentos por oficina, sendo elas: bolo de casca de banana, bolo de capim santo, torta com talos e cascas, bolo de casca de abóbora, pizza com recheio de talos e bolo de casca de abacaxi. A avaliação da aceitabilidade das preparações foi realizada ao final de cada oficina culinária pelos usuários que participaram das oficinas e colaboradores do serviço. Estes receberam porções da receita elaborada e responderam a avaliação, adotando-se os critérios: “ótimo”, “bom”, “regular” e “ruim” para os itens: “aparência”, “sabor” e “textura”.

Foram consideradas aceitáveis as receitas que apresentaram somatório maior que 50% nos critérios “bom” e “ótimo” para todos os quesitos (GELBCKE G, et al., 2012). Os dados coletados foram organizados em um banco de dados usando o programa Microsoft Office Excel® 2013 para descrição posterior por meio de tabelas descritivas. Para análise qualitativa, os dados foram processados pela plataforma Interface de R pour lês Analyses Multidimensionnelles de Textes et de Questionnaires (IRAMUTEQ). Nesse estudo, utilizou-se o método de Nuvens de Palavras para analisar estatisticamente as falas dos usuários do CAPS AD.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Observação da Realidade

Foi investigado o perfil sociodemográfico e o conhecimento dos usuários de um Centro de Atenção Psicossocial Álcool Drogas sobre o uso integral dos alimentos. Participaram da pesquisa 23 usuários, sendo 3 (13%) do gênero feminino e 20 (87%) do gênero masculino, os quais apresentaram idade variando de 19 a 69 anos e idade média de 44 anos, com o ensino médio completo como escolaridade predominante (43,6%), com destaque para o ensino fundamental incompleto compondo 26,1% da amostra.

Dos entrevistados, (73,9%) tinham filhos e eram solteiros. Quanto à situação de moradia, (65,2%) possuíam casa própria e (13,1%) estavam em situação de rua. Em relação ao trabalho, a maioria (78,3%) não realizava trabalho remunerado. A opção sem rendimento foi relatada pela maioria dos investigados (60,9%) quando questionada a renda familiar (**Tabela 1**).

Em estudos que avaliam o perfil sociodemográfico de dependentes de álcool e outras drogas atendidos em centros de atenção psicossocial no país, observa-se uma prevalência quanto ao gênero masculino. Oliveira VC, et al. (2017) concluíram, no que diz respeito a variável gênero, que o público de maior atendimento era do sexo masculino (92%) com uma amostra de 163 participantes.

Dados semelhantes foram encontrados nos estudos de Mastroianni FC, et al. (2016), em que (84%) dos atendimentos seria destinado ao público masculino em uma amostra de 577 pacientes e, nos estudos de Câmara HS e Martins ML (2017) que com uma amostra de 50 usuários, constataram que (78%) dos indivíduos eram do sexo masculino, dados semelhantes aos encontrados neste estudo.

Quanto a faixa etária, os estudos mencionados acima apontam uma faixa etária de 19 a 65 anos, prevalecendo indivíduos solteiros e, quanto a escolaridade, a maioria tinha apenas o ensino fundamental incompleto. Observa-se semelhança referente à faixa etária, no entanto os dados deste estudo indicam maior nível de escolaridade em comparação aos estudos citados anteriormente.

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

estudo, os entrevistados revelaram que a preparações obtidas com a utilização integral dos alimentos são saudáveis, saborosas, de baixo custo e fácil acesso.

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

Variáveis sociodemográficas	N	%
Gênero		
Feminino	3	13
Masculino	20	87
Filhos		
Sim	17	73,9
Não	6	26,1
Faixa etária (anos)		
19 a 39	7	30,4
40 a 59	13	56,6
≥ 60	3	13
Escolaridade		
Sem escolaridade	1	4,3
Fundamental incompleto	6	26,1
Fundamental completo	1	4,3
Médio incompleto	2	8,7
Médio completo	10	43,6
Superior incompleto	2	8,7
Superior completo	1	4,3
Estado Civil		
Solteiro	17	73,9
Casado	3	13,1
Divorciado	1	4,3
União estável	2	8,7
Trabalho remunerado		
Sim	5	21,7
Não	18	78,3
Renda familiar		
<1 salário	1	4,3
1 a 2 salários	7	30,5
2 a 3 salários	1	4,3
Sem rendimento	14	60,9
Situação de moradia		
Casa própria	15	65,2
Rua	3	13,1
Abrigo	1	4,3
Outro	4	17,4
Total	23	100

Fonte: Costa BLC, et al., 2020.

Quanto ao conhecimento dos usuários sobre o uso integral dos alimentos, um total de 65,2% dos entrevistados relatou não ter ouvido e não saber se já ouviu falar em uso integral dos alimentos, (47,9%) afirmou não ter consumido uma receita elaborada com uso integral dos alimentos e 30,4% disseram não saber se haviam consumido a mesma. Todos os participantes afirmaram que consumiriam uma preparação com uso integral dos alimentos.

Em relação ao preparo de receitas com uso integral dos alimentos, a maioria (69,6%) não havia preparado receitas e os que realizaram a preparação (30,4%), disseram ser uma receita fácil e rápida de fazer (71,4%), sendo que todos disseram ter gostado da preparação.

No que se refere ao preparo de receitas com alimentos não convencionais, (91,3%) relataram que não utilizaram alimentos não convencionais nas preparações e os que utilizaram (8,7%) informaram ser uma receita fácil, rápida de fazer e referiram gostar da preparação (100%).

Dos entrevistados, (56,5%) disseram não saber se o uso integral dos alimentos é vantajoso e dentre os que acharam (43,5%), afirmaram que a vantagem era ser nutritivo (40%), do de barato (30%), capaz de diminuir o desperdício (20%) e saboroso (10%) (**Tabela 2**).

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

Questões		N	%
Você já ouviu falar sobre o uso Integral dos Alimentos?	Sim	8	34,8
	Não	13	56,5
	Não sei	2	8,7
	Total	23	100
Você já consumiu alguma receita que usou integralmente o alimento?	Sim	5	21,7
	Não	11	47,9
	Não sei	7	30,4
	Total	23	100
Você consumiria uma preparação que utiliza talos, cascas, sementes e alimentos não convencionais?	Sim	23	100
	Não	0	0
	Não sei	0	0
	Total	23	100
Você já preparou alguma receita utilizando talos, cascas e sementes de legumes, verduras e frutas?	Sim	6	30,4
	Não	17	69,6
	Não sei	0	0
	Total	23	100
Se sim, o que achou da preparação obtida a partir da receita do uso integral do alimento?	Foi uma receita fácil e rápida de fazer	5	71,4
	Foi uma receita fácil, porém demorada de fazer	1	14,3
	Foi uma receita difícil de fazer	1	14,3
	Total	7	100

Você gostou da receita do uso integral do alimento?	Sim	7	100
	Não	0	0
	Não sei	0	0
	Total	7	100
Você já preparou alguma receita utilizando alimentos não convencionais (tais como: erva cidreira, capim santo, etc)?	Sim	2	8,7
	Não	21	91,3
	Não sei	0	0
	Total	23	100
Se sim, o que achou da execução da receita a partir de alimentos não convencionais?	Foi fácil e rápida de fazer	2	100
	Total	2	100
Você gostou da preparação obtida a partir da receita que utilizou os alimentos não convencionais?	Sim	2	100
	Não	0	0
	Não sei	0	0
	Total	2	100
Você acha vantajoso o uso integral dos alimentos?	Sim	10	43,5
	Não	0	0
	Não sei	13	56,5
	Total	23	100
Se sim, qual (is) a (s) vantagem (ns) do uso integral dos alimentos?	Barato	3	30
	Nutritivo	4	40
	Saboroso	1	10
	Diminui o desperdício	2	20
	Total	10	100

Fonte: Costa BLC, et al., 2020.

Para Stork CR, et al. (2013), a utilização integral dos alimentos possibilita o enriquecimento alimentar, pois aumenta o valor nutricional das refeições, uma vez que talos, folhas e cascas podem ser mais nutritivos do que a parte nobre do vegetal, além de contribuir para diminuição do desperdício.

Laurindo TR e Ribeiro KA (2014), concluíram em seus estudos que os resíduos vegetais são descartados, habitualmente, muitas vezes por falta de informação e conhecimento dos benefícios desses alimentos vistos como partes “menos nobres” e não como potenciais fontes nutritivas.

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

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

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



Fonte: Costa BLC, et al., 2020.

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

“Aproveitamento integral o que eu aprendi foi que existe os naturais e os industrializados. Natural é o que serve pra nossa saúde física né? E os industriais às vezes atrapalham na nossa saúde” (Participante 1).

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

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

Oficinas culinárias

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

A avaliação do bolo de casca de banana foi realizada por 20 avaliadores, sendo 9 usuários e 11 colaboradores do local. O bolo de capim santo foi avaliado por 16 participantes, dos quais 07 eram usuários e os restantes colaboradores. A torta com talos e cascas foi avaliada por 17 participantes, sendo 10 usuários e 7 colaboradores. O bolo de casca de abóbora foi avaliado por 12 avaliadores, dos quais 11 eram usuários e 1 colaborador. A pizza com recheio de talos foi avaliada por 9 participantes e o bolo de casca de abacaxi por 4 avaliadores, sendo somente usuários.

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

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

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

Fonte: Costa BLC, et al., 2020.

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

O resultado foi positivo para as avaliações efetuadas e todas as receitas desenvolvidas nas oficinas culinárias foram aprovadas, pois todas tiveram aceitação bastante acima do ponto de corte estabelecido considerando o critério “ótimo” (50%).

Resultados semelhantes foram encontrados por Carvalho CC e Basso C (2016) que ao avaliarem a aceitabilidade de um bolo de banana com casca e uma pizza com legumes, constataram uma boa aceitação pelos provedores em relação aos atributos “aparência”, “textura” e “sabor”.

Silva EB e Silva ES (2012), que avaliaram a elaboração de produtos comestíveis com partes convencionalmente descartadas da abóbora, consideraram ser viável sua aplicabilidade e aceitação, contribuindo para o aspecto econômico e redução do desperdício de resíduos orgânicos. Em seu estudo sobre análise sensorial e nutricional através do aproveitamento integral dos alimentos, Souza PD, et al. (2007) concluíram que um produto elaborado através do uso alternativo e integral de alimentos pode ser bem aceito, contribuir para o enriquecimento nutricional da dieta e, além disso, ser de baixo custo, fácil preparação e boa aceitabilidade.

Peixoto HG e Silva LK (2018) que desenvolveram um curso de culinária saudável para promoção da saúde mental, constataram a importância da educação nutricional efetiva na melhora dos hábitos

alimentares, substituindo alimentos ricos em açúcar, gordura e sódio por alimentos saudáveis e com propriedades para melhorar o prognóstico do usuário, além de atuar como suporte terapêutico na redução de alguns sintomas ou efeitos colaterais de psicotrópicos.

CONCLUSÃO

A educação alimentar e nutricional através de oficinas culinárias pode auxiliar na promoção da alimentação saudável, possibilitando mudanças nos hábitos alimentares e melhora de habilidades culinárias dos participantes. Neste estudo, foi possível identificar a falta de conhecimento sobre o uso integral dos alimentos pela maioria dos usuários, indicando a necessidade de abordar o tema por meio de atividades educativas e assim contribuir para o incremento do consumo dos alimentos em sua forma integral, redução do lixo orgânico e dos danos ao meio ambiente. Ademais, observou-se que as preparações desenvolvidas nas oficinas culinárias obtiveram aprovação na aceitabilidade, considerando a aplicação de partes normalmente descartados dos alimentos.

REFERÊNCIAS

1. ABRELPE. Associação Brasileira das Empresas de Limpeza Pública e Resíduos Especiais (ABRELPE). Panorama dos Resíduos Sólidos no Brasil, 2017; 14.
2. AIOLFI AH, BASSO C. Preparações elaboradas com aproveitamento integral dos alimentos. *DisciplinarumScientia. Série: Ciências da Saúde*, 2013; 14(1): 109-114.
3. BRASIL. Ministério da Saúde. Saúde Mental no SUS: Os Centros de Atenção Psicossocial. Série F. Comunicação e Educação em Saúde, 2004; 24.
4. CÂMARA HS, MARTINS ML. Uso de substâncias psicoativas e perfil nutricional de usuários do CAPS AD III, Palmas/TO. *Revista Ciência em Extensão*, 2017; 13(1): 8-15.
5. CARDOSO FT, et al. Aproveitamento integral de alimentos e o seu impacto na saúde. *Sustentabilidade em Debate - Brasília*, 2015; 6(3): 131-143.
6. CARVALHO CC, BASSO C. Aproveitamento integral dos alimentos em escola pública no município de Santa Maria – RS. *DisciplinarumScientia. Série: Ciências da Saúde*, 2016; 17(1): 63-72.
7. COLOMBO AA, BERBEL NA. A Metodologia da Problematização com o Arco de Maguerez e sua relação com os saberes de professores. *Semina: Ciências Sociais e Humanas*, 2007; 28(2): 121-146.
8. FERREIRA IB, et al. Estado nutricional e hábitos alimentares de dependentes químicos em tratamento ambulatorial. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 2015; 64(2): 146-53.
9. GELBCKE G, et al. Desenvolvimento de sobremesas diet e light e sua inclusão no cardápio de uma unidade de alimentação e nutrição. *Demetra: Nutrição e Saúde*, 2012; 7(1): 3-12.
10. GONDIM JA, et al. Composição centesimal e de minerais em cascas de frutas. *Ciência e Tecnologia de Alimentos*, 2005; 25(4): 825-827.
11. INSTITUTO AKATU. Reciclar é bom, mas reduzir o volume de resíduos é ainda melhor, 2017. Disponível em: <https://www.akatu.org.br/noticia/reciclarereduzir/>. Acesso em: 31 mai. 2019.
12. LAURINDO TR, RIBEIRO KA. Aproveitamento integral de alimentos. *Interciência e Sociedade (ISSN: 2238:1295)*, 2014; 3(2).
13. MASTROIANNI FC, et al. Perfil Sociodemográfico de um CAPSad e sua funcionalidade segundo os usuários. *Revista Psicologia e Saúde*, 2016; 8(2): 3-16.
14. OLIVEIRA VC, et al. Perfil sociodemográfico e clínico de pessoas atendidas em um CAPS AD do sul do Brasil. *Revista Baiana de Enfermagem*, 2017; 31(1).
15. Organização das Nações Unidas para a Alimentação e a Agricultura (FAO). No dia Mundial da Alimentação, nossas ações são nosso futuro, 2018. Disponível em: <https://nacoesunidas.org/artigo-no-dia-mundial-da-alimentacao-nossas-acoes-sao-o-nosso-futuro/>. Acesso em: 30 mai. 2019.
16. PEIXOTO HG, SILVA LK. Oficina de Culinária: Uma abordagem terapêutica e funcional na promoção da Saúde Mental. *Comunicação em Ciências da Saúde*, 2018; 29(1): 58-61.
17. REZENDE MF, NEGRI ST. Educação alimentar e nutricional associada a oficinas culinárias com alunos em uma escola pública. *Extensio: Revista Eletrônica de Extensão*, 2015; 12(20): 21-35.
18. ROSA TC, et al. Aproveitamento integral dos alimentos: uma questão sócio-cultural. 3ª Mostra de Trabalhos em Saúde Pública. UNIOESTE – Universidade Estadual do Oeste do Paraná, Cascavel, 2009.
19. SILVA EB, SILVA ES. Aproveitamento integral de alimentos: avaliação sensorial de bolos com coprodutos da abóbora (*Cucurbita moschata*, L.). *Revista Verde*, 2012; 7(5): 121 - 131.
20. SOUZA M, et al. O uso do software IRAMUTEQ na análise de dados em pesquisas qualitativas. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, 2018; 52.
21. SOUZA PD, et al. Análise sensorial e nutricional de torta salgada elaborada através do aproveitamento alternativo de talos e cascas de hortaliças. *Alimentos e Nutrição Araraquara*, 2007; 18(1): 55-60.

22. STORCK CR, et al. Folhas, talos, cascas e sementes de vegetais: composição nutricional, aproveitamento na alimentação e análise sensorial de preparações. *Ciência Rural*, 2013; 43(3): 537-543.
23. TOFFOLO CF, et al. Adequação da alimentação oferecida para alcoolistas em tratamento e seu impacto nutricional. *Nutrición Clínica y Dietética Hospitalaria*, 2013; 33(2): 50-55.
24. VIEIRA LS, et al. Aproveitamento integral de alimentos: desenvolvimento de bolos de banana destinados à alimentação escolar. *Revista da Universidade Vale do Rio Verde*, 2013; 11(1): 185-194.