



CONGRESSO DE GASTRONOMIA & SOCIOBIODIVERSIDADE

14 A 16 DE AGOSTO DE 2025 | PORTO ALEGRE - RS

RESUMO EXPANDIDO

EIXO TEMÁTICO: GASTRONOMIA: MOMENTO ATUAL E RUMOS FUTUROS

NÍVEL DE CONFIANÇA EM HABILIDADES CULINÁRIAS ENTRE O PÚBLICO MASCULINO BRASILEIRO

CECILIO, Thalita dos Santos¹; LEOPOLDO, Mariana Rodrigues¹; MAZZONETTO, Ana Cláudia¹; SANTANA, Isabelle¹

1 Universidade do Estado do Rio de Janeiro – UERJ, isabellesantana@gmail.com

Resumo

Este trabalho investigou o nível de confiança em habilidades culinárias entre homens brasileiros. Foi aplicado o Índice de Habilidades Culinárias (0 a 100) com 393 participantes, e foi obtido escore médio de 66,0 pontos. Verificou-se que escolaridade, prática e interesse influenciam positivamente a confiança na cozinha. Destaca-se a falta de tempo como principal barreira.

Palavras-chave: Culinária 1. Habilidade 2. Masculino 3. Nutrição 4. Confiança

1. Introdução

A confiança em habilidades culinárias (HC) tem seu desenvolvimento influenciado por fatores individuais, familiares e sociais, incluindo a exposição à culinária, o nível de escolaridade, o ambiente doméstico e a influência da mídia e da internet (DANIELS et al., 2012; MCGOWAN et al., 2017). Cozinhar envolve conhecimentos, planejamento, organização e aplicação de técnicas que podem ser aprendidas em contextos formais ou informais (FOLEY et al., 2011; TEIXEIRA et al., 2022). Historicamente, no Brasil, o ato de cozinhar no ambiente doméstico foi associado majoritariamente à figura feminina, enquanto a cozinha profissional foi ocupada predominantemente por homens, refletindo construções sociais de gênero (INNESS, 2001; HARRIS & GIUFFRÉ, 2015).

Diante disso, investigar como os homens percebem a confiança no ato de cozinhar pode ser importante para embasar políticas de promoção da alimentação saudável e fortalecer ações educativas voltadas à inclusão desse público no preparo de refeições. Assim, este estudo teve como objetivo avaliar o nível de confiança autorrelatada em HC entre homens brasileiros adultos, utilizando o Índice de Habilidades Culinárias (IHC) (MARTINS et al., 2019), além de analisar fatores socioeconômicos e prática culinária.

2. Procedimentos metodológicos

Foi realizada uma pesquisa transversal de caráter quantitativo, entre março e agosto de 2024. A amostra foi composta por 393 homens brasileiros, maiores de 18 anos, recrutados por meio de divulgação



CONGRESSO DE GASTRONOMIA & SOCIODIVERSIDADE

14 A 16 DE AGOSTO DE 2025 | PORTO ALEGRE - RS

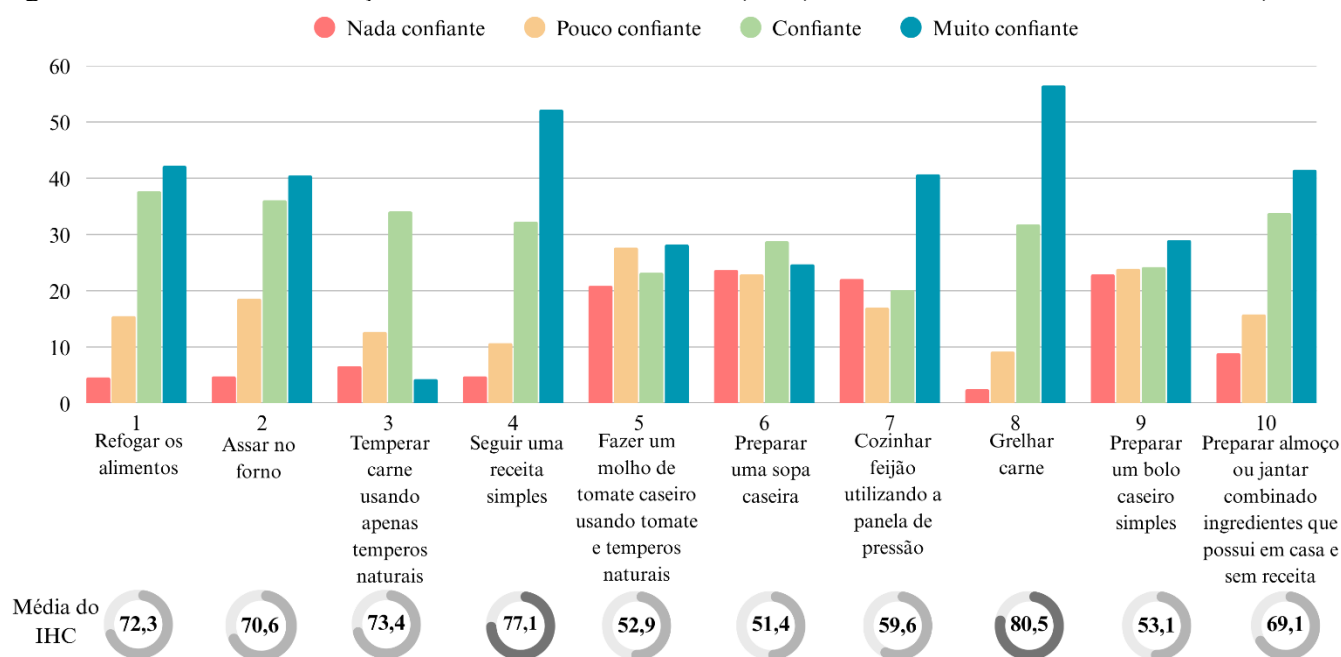
em redes sociais. Os participantes responderam a um questionário online dividido em três seções: caracterização sociodemográfica, prática culinária e o IHC. O instrumento avalia a confiança em 10 habilidades culinárias por meio de escala de 0 a 100 pontos.

A análise dos dados utilizou estatística descritiva, com médias, desvios padrão e testes de comparação (ANOVA com pós teste de *Tukey* com 95% de significância; test t de *student*). O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa do Hospital Universitário Pedro Ernesto (CAAE 76195123.8.0000.5259).

3. Resultados

Na Figura 1 consta a distribuição dos IHC e a média para cada habilidade culinária. A média geral do IHC foi de 66,0 pontos, indicando confiança culinária intermediária. As habilidades consideradas de alta confiança foram grelhar carne (80,5) e seguir receita simples (77,1). Por outro lado, preparar sopa caseira (51,4), molho de tomate caseiro (52,9) e bolo simples (53,1) tiveram os menores níveis de confiança culinária.

Figura 1 - Índice de confiança em habilidades culinárias (IHC) de indivíduos do sexo masculino (n=393)



Classificação em relação à pontuação média: baixa confiança (≤ 25); média confiança (Entre 25 e 75); alta confiança (≥ 75). Fonte: as autoras

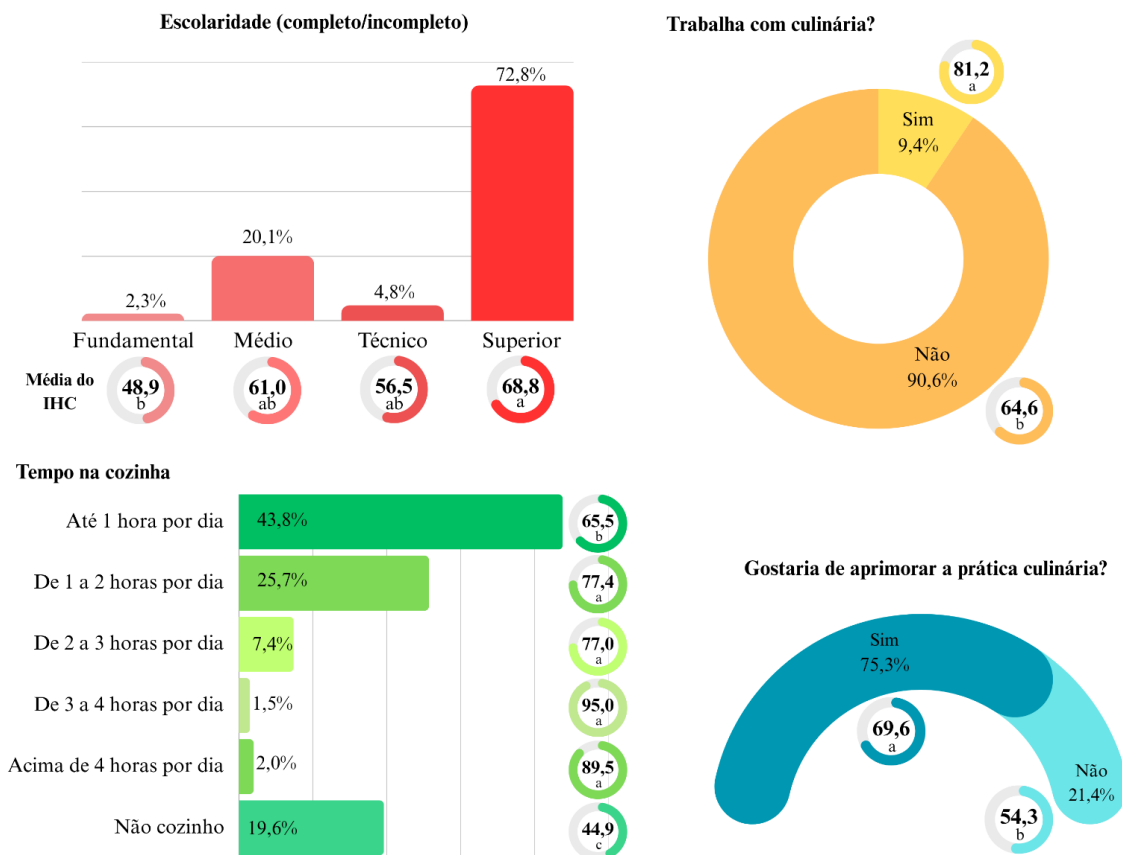
Em relação aos fatores sociodemográficos, tempo e prática culinária (Figura 2), a maioria dos participantes possuía ensino superior (72,8%). A escolaridade apresentou relação positiva com o IHC: indivíduos com ensino superior tiveram nível de confiança significativamente mais alto do que aqueles com ensino fundamental ($p \leq 0,05$).



CONGRESSO DE GASTRONOMIA & SOCIOBIODIVERSIDADE

14 A 16 DE AGOSTO DE 2025 | PORTO ALEGRE - RS

Figura 2 - Índice de Habilidades Culinárias (IHC) segundo escolaridade, tempo e prática culinária de indivíduos do sexo masculino (n=393)



IHC varia entre 0 e 100. Letras iguais entre os grupos da mesma variável não diferem entre si (ANOVA com pós-teste de *Tukey* com 95% de significância; test t de *student*).

Fonte: as autoras

Os participantes que trabalham com culinária (ex. cozinheiro, confeitiro, chef de cozinha, cozinha para venda informal, gastrônomo) obtiveram IHC mais alto, com 81,2 pontos em média. A prática regular também influenciou a confiança: homens que cozinham por mais de uma hora ao dia apresentaram escores médios superiores aos que cozinham até 1 hora diariamente ou que não cozinham. Os indivíduos com interesse em aprimorar habilidades (Figura 2) e que assistiam programas culinários (dados não mostrados no gráfico) apresentaram maior confiança culinária em relação aos que não se interessam por tais atividades.



CONGRESSO DE GASTRONOMIA & SOCIOBIODIVERSIDADE

14 A 16 DE AGOSTO DE 2025 | PORTO ALEGRE - RS

Em relação aos motivos e dificuldades para não cozinhar (n=310) a principal barreira relatada no estudo foi a falta de tempo e o cansaço da rotina (50%), seguidos por dificuldade em relação a prática culinária (25,1%), como falta de confiança e de habilidades específicas

4. Considerações finais

Até onde sabemos esse é o primeiro estudo com uma amostra exclusivamente masculina que avaliou confiança em HC, e revelou que homens brasileiros possuem confiança média em HC, destacando-se maior segurança em técnicas simples e menor confiança em preparos que demandam mais prática e tempo. A escolaridade e a prática culinária frequente são fatores que contribuem para maior confiança. Por outro lado, a rotina acelerada e o cansaço são desafios comuns para cozinhar. Os resultados evidenciam que, embora os homens relatem níveis médios ou elevados de confiança em suas HC, essa autoconfiança não se traduz, necessariamente, em prática efetiva na cozinha. Diante disso, torna-se fundamental aprofundar os estudos sobre o tema e compreender melhor esse cenário, para que sejam pensadas estratégias que incentivem o desenvolvimento e a aplicação das HC no ambiente doméstico, contribuindo para uma divisão de tarefas mais equitativa entre homens e mulheres.

Referências

- FOLEY, W.; SPURR, S.; LENOY, L.; JONG, M.; FICHERA, R. Cooking skills are important competencies for promoting healthy eating in an urban indigenous health service. *Nutrition & Dietetics*, v. 68, p. 291–296, 2011.
- HARRIS, D. A.; GIUFFRE, P. *Taking the heat: women chefs and gender inequality in the professional kitchen*. New Brunswick, NJ: Rutgers University Press, 2015.
- INNESS, S. A. *Cooking lessons: the politics of gender and food*. Lanham, MD: Rowman & Littlefield Publishers, 2001.
- MARTINS, C. A. *Cooking Skills Index: Development and reliability assessment*. 2019. Tese (Doutorado em Nutrição) – Universidade de São Paulo, São Paulo.
- REICKS, M.; TROFHOLZ, A.; STANG, J.; LASKA, M. Impact of cooking and home food preparation interventions among adults: outcomes and implications for future programs. *Journal of Nutrition Education and Behavior*, v. 46, n. 4, p. 259–276, jul./ago. 2014.
- TEIXEIRA, A. R.; CAMANHO, J. S. P.; MIGUEL, F. S.; MEGA, H. C.; SLATER, B. Instrumento para mensurar habilidades culinárias domésticas na atenção primária à saúde. *Revista de Saúde Pública*, v. 56, p. 78, 2022.
- DANIELS S, GLORIEUX I, MINNEN J, TIENOVEN T. More than preparing a meal? Concerning the meanings of home cooking. *Appetite*. 2012 Mar;58(3):1050–6. 6.
- MCGOWAN L, CARAHER M, RAATS M, LAVELLE F, HOLLYWOOD L, MCDOWELL A, et al. Domestic Cooking and Food Skills: A Review. *Crit Rev Food Sci Nutr*. 2017;57(11):2412–31.