

GASTRONOMIA SOCIAL: QUALIFICAÇÃO PROFISSIONAL, TERAPIA E PROMOÇÃO DO EMPREENDEDORISMO FEMININO

JÉSSICA DA SILVA PEREIRA¹, EVELINE DE ALENCAR COSTA¹, REGINA MARIA SILVA BASTOS¹,
NATÁLIA MARTINS¹, PADRE RINO BONVINI¹

¹Universidade Federal do Ceará - UFC

<jessicaufc2@gmail.com>, <evelinedealencarcosta@gmail.com>, <reginabastos@gmail.com>

<gastronomia@movimentosaudemental.org>

DOI: 10.21439/conexoes.v18i0.3435

Resumo. No presente artigo, apresenta-se um relato de experiência a partir do Curso de Chocolateria do projeto "Gastronomia e Terapia: novos caminhos para a geração de renda e autoestima", que foi realizado em 2022 em parceria com o Programa de Extensão da Universidade Federal do Ceará (UFC) denominado Gastronomia Social no Jardim da Gente; a Organização da Sociedade Civil (OSC) Movimento de Saúde Mental (MSM) do Bom Jardim; e o financiamento da Cooperforte. Para obter os resultados da pesquisa, foi realizada entrevista on-line, quatro meses após o início do curso, para analisar as mudanças no perfil socioeconômico e os efeitos do projeto na vida de dez alunas, considerando indicadores socioeducacionais de integração entre indivíduos; compartilhamento de experiências; empoderamento de pessoas; promoção do crescimento econômico; e inspiração para o empreendedorismo. Após a análise de dados, foi possível identificar o empoderamento despertado; a melhoria da qualidade de vida; e até mesmo da saúde mental. Além disso, as participantes reconheceram a importância da economia solidária, pois 70% passaram a empreender na área. Também foi verificado que a Abordagem Sistêmica Comunitária (ASC) está inserida no formato metodológico do curso em estudo. Desse modo, conclui-se que esse formato de curso, que combina gastronomia, terapia e empreendedorismo, pode e deve ser utilizado em outros tipos de cursos de gastronomia, desde que os resultados sejam comparáveis.

Palavras-chave: gastronomia social; empreendedorismo; culinária e terapia.

SOCIAL GASTRONOMY: PROFESSIONAL QUALIFICATION, THERAPY AND PROMOTION OF FEMALE ENTREPRENEURSHIP

Abstract. In this article, we present an experience report from the Chocolatier Course of the project "Gastronomy and Therapy: new paths for income generation and self-esteem", which was carried out in 2022 in partnership with the Extension Program of the Federal University of Ceará (UFC) called Social Gastronomy in Jardim da Gente; the Civil Society Organization (CSO) Mental Health Movement (MSM) of Bom Jardim; and the financing of Cooperforte. To obtain the results of the research, an online interview was conducted, four months after the beginning of the course, to analyze the changes in the socioeconomic profile and the effects of the project on the lives of ten students, considering socio-educational indicators of integration between individuals; sharing of experiences; empowerment of people; promoting economic growth; and inspiration for entrepreneurship. After data analysis, it was possible to identify the awakened empowerment; improving the quality of life; and even mental health. In addition, the participants recognized the importance of the solidarity economy, as 70% started to undertake in the area. It was also verified that the Community Systemic Approach (BSA) is inserted in the methodological format of the course under study. Thus, it is concluded that this course format, which combines gastronomy, therapy and entrepreneurship, can and should be used in other types of gastronomy courses, as long as the results are comparable.

Keywords: social gastronomy; entrepreneurship; cooking and therapy.

1 INTRODUÇÃO

O empreendedorismo tem sido estudado desde o século XVIII e, atualmente, existem muitas abordagens sobre o assunto. (Martins *et al.*, 2010; Teixeira *et al.*, 2021) consideram o empreendedorismo um meio de desenvolvimento social, em vez de crescimento econômico; um importante motivo para estudar o assunto, porque abrange toda a vida de uma pessoa que decide desenvolver algo. Mais do que apenas ganhar dinheiro, envolve uma mudança pessoal.

Transformar; gerar ação, mudança; correr risco, essas são algumas características relacionadas ao empreendedorismo como um todo. O empreendedorismo feminino visa não só o lucro, mas o empoderamento; reconhecimento; acolhimento; e a visibilidade. Estudos mostram que, quando uma pessoa, principalmente a mulher, decide empreender, além de visar ao lucro, também quer obter satisfação pessoal, garantir o bem-estar da família e encontrar formas de transformar o ambiente ao seu redor (Antunes *et al.*, 2022; Braun; Lima, 2019; Sebrae, 2019).

Apesar de muitos avanços, ainda hoje, a mulher enfrenta diversas dificuldades para conseguir se estabelecer como empresária e abrir seu próprio negócio, principalmente por manifestações de preconceito. Até 1962, a mulher só podia buscar um trabalho, que não fosse em sua residência, se o seu esposo permitisse, e, até 1974, só podia obter crédito no mercado se um homem estivesse disponível para assinar sua aplicação, como uma espécie de garantia (Sebrae, 2019).

O empreendedorismo feminino, na atualidade, tem se destacado cada vez mais, no cenário empresarial mundial. No entanto, muitas mulheres ainda enfrentam desafios, ao iniciar um negócio, especialmente quando os recursos financeiros são limitados, o que exige, portanto, ter resiliência diante dos desafios. Nesse contexto, é fundamental desenvolver projetos empreendedores com abordagens analíticas, participativas e antropológicas (Sebrae, 2019; Silva *et al.*, 2019a).

Através da gastronomia, especificamente no preparo e na comercialização de alimentos, é possível gerar renda e promover a autonomia financeira, além de ser uma forma de empreendedorismo social, que proporciona o desenvolvimento econômico-social das comunidades. Contudo, é importante adotar uma abordagem antropológica no empreendedorismo feminino, para entender quais pessoas e culturas estão envolvidas no negócio. É fundamental criar soluções que atendam às necessidades e expectativas dos clientes, respeitando suas crenças e seus valores (Amorim; Batista, 2012; Sebrae, 2019).

Desse modo, considera-se a gastronomia uma arte

que, além de proporcionar prazeres ao paladar, pode trazer benefícios terapêuticos para a saúde nos âmbitos mental e físico. A terapia comunitária e a socioterapia são ferramentas que utilizam a gastronomia como meio para melhorar a qualidade de vida e a autoestima das pessoas. Pode ser utilizada como atividade socioterapêutica, por promover a integração e a socialização dos participantes (Brasil, 2023a; Rodrigues; Simões, 2023). Além disso, a preparação e degustação de alimentos pode ser uma atividade prazerosa e relaxante, que ajuda a aliviar o estresse e a ansiedade.

Considerado o exposto, neste estudo, objetivou-se, de forma global, analisar o impacto do Curso de Chocolateria, inserido na edição “Gastronomia e Terapia: novos caminhos para a geração de renda e autoestima”, na elevação da renda das participantes. Entre os objetivos específicos, destacaram-se: identificar o público-alvo do curso em questão; compreender o perfil socioeconômico das participantes; examinar a aplicação do conhecimento adquirido pelas participantes; e analisar o impacto do curso no empreendedorismo feminino das envolvidas no projeto e na melhoria econômica própria.

2 METODOLOGIA

O presente estudo apresenta uma abordagem analítica, caracterizada pela seleção criteriosa e validação de métodos para definir amostras específicas. Além disso, adota-se uma perspectiva para permitir a efetiva atuação das participantes no processo educativo, não as considerando meras receptoras passivas do conhecimento, mas, sim, agentes ativas no contexto do Curso de Chocolateria do projeto “Gastronomia e Terapia: novos caminhos para a geração de renda e autoestima”(com denominação abreviada: “Gastronomia e Terapia”).

Ao mesmo tempo, incorporou-se uma dimensão antropológica, ao lidar amplamente com aspectos qualitativos e focalizar na criação e transmissão de significados sobre comportamentos de sociedades humanas, tanto no presente quanto no passado. As pesquisadoras desempenharam papéis ativos, atuando como instrutoras, coordenadoras e acompanhando de perto o processo de aprendizagem das alunas.

As aulas do curso em questão foram realizadas na Escola de Gastronomia Autossustentável (EGA), localizada no bairro Bom Jardim, na cidade de Fortaleza/CE. O período de duração estendeu-se de junho a dezembro de 2022, ocorrendo nas segundas-feiras e às quintas-feiras, no turno da tarde. O patrocínio dos cursos coube integralmente à Cooperativa de Economia e Crédito Mútuo de Funcionários de Instituições Financeiras Públicas Federais (Cooperforte).

É relevante destacar que a EGA é associada ao Movimento de Saúde Mental (MSM) e estabeleceu parceria com o Programa de Extensão Gastronomia Social no Jardim da Gente da UFC (conhecido como Gastronomia Social da UFC). Esse programa de extensão opera na comunidade do Grande Bom Jardim desde 2010, proporcionando cursos gratuitos de Gastronomia.

Adicionalmente, funciona como um campo de pesquisa em Gastronomia e ambiente de extensão para a docência. Alunos do Bacharelado e da Pós-graduação em Gastronomia da UFC ministram aulas nos cursos oferecidos sob orientação da coordenadora do programa (Costa, 2021).

Nesta pesquisa, foi selecionada a turma do Curso de Chocolateria, para participar das entrevistas, que foram conduzidas com dez participantes do sexo feminino, residentes no território da comunidade do Grande Bom Jardim. A coleta de dados foi conduzida por meio de entrevistas *on-line*, utilizando o Google Meet®, quatro meses após a conclusão do Curso de Chocolateria (em maio de 2023).

Durante as entrevistas, foram abordados aspectos socioeducacionais e econômicos. A identidade das participantes foi preservada e definida, de forma anônima, como Participantes 1 a 10. As perguntas utilizadas na entrevista foram subjetivas e tinham como objetivo identificar e analisar os impactos vivenciados pelas mulheres, ao longo do curso, como seguem: 1. O Curso contribuiu para sua colocação no mercado de trabalho ou ajudou a empreender? 2. Qual a renda atual da sua família? 3. Para você, o projeto “Gastronomia e Terapia” impactou sua vida? Se sim, em qual segmento? No pessoal, profissional ou econômico? 4. O curso realmente proporcionou algum desenvolvimento para você e a sua comunidade? Por quê?

Os resultados foram apresentados de maneira qualitativa, utilizando a análise de conteúdo, conforme proposta por Bardin (1977). A abordagem consistiu em examinar as principais falas para identificar os efeitos resultantes da participação no mencionado curso, destacando dados relacionados ao empoderamento; crescimento econômico; à integração social; ao compartilhamento de experiências; e ao empreendedorismo. Concomitantemente à coleta de dados, foi necessário realizar uma revisão bibliográfica sobre gastronomia social e empreendedorismo feminino, uma vez que esses temas são pertinentes à pesquisa e pouco explorados pela academia.

O presente estudo foi submetido ao Comitê de Ética, recebendo o Parecer 5.911.907, favorável e registrado na Plataforma Brasil.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

3.1 Apresentação da edição “gastronomia e terapia: novos caminhos para geração de renda e autoestima” e o curso de chocolateria

O público-alvo do projeto “Gastronomia e Terapia: novos caminhos para geração de renda e autoestima” (“Gastronomia e Terapia”), precisamente do Curso de Chocolateria, provém de núcleo familiar marcado pelo desemprego, com baixa escolaridade e sem profissionalização, portanto, pessoas que se encontram praticamente desprovidas de renda. Essas famílias residem na região do Grande Bom Jardim, uma das áreas de menor Índice de Desenvolvimento Humano (IDH) da capital cearense, abrangendo comunidades como Bom Jardim; Santa Cecília; Santo Amaro; Planalto Granja Lisboa; Siqueira; Canindezinho; Parque São José; Marrocos; Tatumundé; Jardim Jatobá, entre outras.

Assim, a juventude atendida pelo curso em estudo enfrenta o estigma de viver em uma região com baixo IDH, que concentra bairros de Fortaleza frequentemente associados à violência; comumente noticiados por telejornais policiais e outras mídias que reportam sobre segurança pública (Borges, 2021). Fazem parte da periferia jovens ociosos, adolescentes grávidas, viúvas, ou mulheres com cônjuges presos, que vivem abaixo da linha da pobreza, contribuindo para a perpetuação de um ciclo marcado pelo abandono e o assistencialismo.

As comunidades periféricas necessitam de ações que proporcionem a melhoria da qualidade de vida, como, por exemplo, o acesso à educação de qualidade; a qualificação profissional; e inserção no mercado de trabalho, para transformar a vida dessas jovens mulheres.

Na edição “Gastronomia e Terapia”, foi contemplado um total de 63 jovens e adultos, na maioria mulheres. Os cursos eram considerados, pelo projeto, como instrumentos de transformação para a sociedade, visando a proporcionar oportunidades justas e competitivas a todos, no cenário empresarial. Foram oferecidas ferramentas e técnicas para a inserção digna dessas pessoas no mercado de trabalho, ou para promover o empreendedorismo.

Formar profissionalmente esse público é oportunizar chances para pessoas que estão à margem da sociedade e contribuir para a transformação de valores e atitudes. Portanto, promover no indivíduo o senso de corresponsabilidade comunitária, respeito por todos, valorizando as diversidades existentes.

Os quatro cursos ofertados na edição mencionada abrangeram 120 horas cada, dentre os quais citamos: 1. Chocolateria; 2. Salgados Comerciais; 3. Doces e

Sobremesas para Festas; e 4. Confeitaria. Cada turma contou com duas aulas semanais, que aconteciam no turno da tarde, com um dos encontros destinado às aulas teóricas de conteúdos transversais e a outra aula semanal era específica de cada curso, incluindo o empreendedorismo, cujos temas abordados foram: empreendedorismo e suas funções; o perfil e as características do empreendedor; aprendendo a empreender; curso *on-line* de empreendedorismo do Serviço Brasileiro de Apoio às Micro e Pequenas Empresas (Sebrae); mitos sobre empreendedorismo; nichos de mercado gastronômico; *marketing* pessoal; *marketing* e venda; definição de plano de negócios; entre outros aspectos.

As aulas teóricas ocorreram no auditório da Casa Arte Música e Espetáculo (AME) e as aulas práticas na EGA, ambos os equipamentos do MSM. Os cursos foram patrocinados pelo financiamento do Instituto Cooperforte, por meio de edital aprovado pelo MSM. Além das aulas teóricas e práticas, as participantes receberam orientação, no contraturno do curso, sobre cuidados em grupo, utilizando as Práticas Integrativas Comunitárias (PICs), conduzidas por terapeutas e psicólogos/as do MSM, tais como: relaxamento; *reiki*; escalda-pés; aromaterapia; biodança; meditação; fitoterapia; entre outras. Além das atividades em grupo, foram oferecidos cuidados individuais, como massagem terapêutica; ventosa; argiloterapia; constelação familiar; assim como a escuta psicológica individual.

As PICs compõem um modelo biomédico contrário ao convencional vigente, que considera o corpo humano conectado entre mente – corpo – espírito, assim, além das já mencionadas práticas, citamos: apiterapia; arte-terapia; *ayurveda*; cromoterapia; dança circular; geoterapia; hipnoterapia; homeopatia; imposição de mãos; medicina antroposófica/antroposofia aplicada à saúde; medicina tradicional chinesa – acupuntura; musicoterapia; naturopatia; osteopatia; ozonioterapia; quiropraxia; reflexoterapia; shantala; terapia comunitária integrativa; terapia de florais; termalismo social/crenoterapia; e ioga (Brasil, 2006; Brasil, 2017; Brasil, 2023b).

As aulas teóricas e práticas foram ministradas por professores/as e monitores/as, graduandos/as e mestrandos/as em Gastronomia da UFC e extensionistas do Programa Gastronomia Social no Jardim da Gente. Francisco *et al.* (2022) cita que a extensão universitária desempenha papel relevante para aqueles que a desenvolvem. Para o autor, as ações extensionistas são essenciais no percurso formativo de estudantes e para o desenvolvimento de competências individuais. Gomes e Santiago (2021) declaram que as competências e os conhecimentos adquiridos por meio da experiência em sala de aula, assim como a pluralidade de saberes,

contribuem, na prática, para a construção da identidade docente.

O projeto “Gastronomia e Terapia: novos caminhos para a geração de renda e autoestima” é um programa social destinado a pessoas em situação de vulnerabilidade social. O ensino às participantes ocorreu por meio de aulas teóricas e práticas, envolvendo-as em um processo terapêutico para lidar com problemas emocionais e mentais. O objetivo foi inserir, no mínimo, 70% das participantes em situação de vulnerabilidade social, no mercado de trabalho, por meio da qualificação profissional. Cada curso ofertado teve uma média de participação de dez pessoas, com idades entre 18 e 40 anos.

3.2 Curso de chocolateria: informações gerais e dados analisados

O Curso de Chocolateria (120h) foi oferecido a dez mulheres, que participaram de aulas teóricas e práticas. Nas aulas teóricas, foram abordados temas como boas práticas na manipulação de alimentos; higiene e segurança dos alimentos; ergonomia; segurança na cozinha; e aulas específicas sobre chocolate e as técnicas correspondentes. Nas aulas práticas, as alunas aprenderam diversas técnicas de temperagem do chocolate; preparo de trufas, recheios, brigadeiros, ovos de páscoa, *brownie*, *cupcakes*, pirulitos de chocolate, bombons, dentre outros.

Conforme a Resolução 264/2005 (Brasil, 2006) os produtos resultam da mistura de “derivados de cacau (*Theobroma cacao* L.), massa (ou pasta ou liquor) de cacau, cacau em pó e/ou manteiga de cacau, com outros ingredientes, contendo, no mínimo, 25% (g/100g) de sólidos totais de cacau”. Entretanto, podem conter recheios e coberturas variados, além de diversos formatos e variadas consistências.

Os chocolates amargo, meio amargo, ao leite, e branco, são os principais tipos, e as outras variedades dependem da quantidade de outros ingredientes adicionados à mistura (Beckett, 2019). Esses conhecimentos, assim como as técnicas de utilização, foram transmitidos durante as aulas.

Nas práticas, as alunas eram organizadas em grupos, e tanto o/a professora como os/as monitores/as orientavam a execução das fichas técnicas respectivas. Em todas as aulas, realizava-se uma análise sensorial dos produtos preparados, instruindo as alunas a avaliarem o aspecto global, aroma, a textura e o sabor. Quando necessário, discutiam-se sugestões de alterações nas fichas técnicas.

As entrevistas foram conduzidas quatro meses após o término do Curso de Chocolateria, de forma a identificar os impactos sociais promovidos. Durante a análise,

constatou-se que todas as participantes tinham idades entre 19 e 40 anos, e que 50% eram solteiras; 40%, casadas; e, 10%, divorciadas ou separados. Em relação à escolaridade, 60% das participantes afirmaram possuir o ensino médio completo; 20%, o ensino médio incompleto; 10%, o ensino fundamental completo; e, 10%, o ensino superior.

No que diz respeito à situação profissional, 10% das entrevistadas informaram estar trabalhando com registro na carteira, desempenhando a função de auxiliar de cozinha, voltada para o ramo de chocolateria e confeitaria. Além disso, 20% estavam desempregadas, enquanto 70% atuavam de forma autônoma na área de gastronomia, principalmente na chocolateria e confeitaria.

A partir dessa caracterização socioeducacional, foi possível identificar o perfil das mulheres periféricas atendidas pela edição “Gastronomia e Terapia”. A maioria das participantes era composta por mulheres solteiras, com ensino médio completo e que se tornaram empreendedoras após a oportunidade de formação proporcionada pelo Curso de Chocolateria. A identidade delas foi mantida em sigilo, pois foram designadas como Participantes 1 a 10.

As entrevistadas interrogadas quanto à contribuição do Curso de Chocolateria para sua colocação no mercado de trabalho, ou para o empreendedorismo, responderam ter sido positiva, como se constata nas falas:

Me ensinou como empreender, por isso resolvi abrir minha vendinha. (Participante 2).

Sim, me ajudou bastante. Mudou totalmente minha vida profissional, eu agarrei a oportunidade que me foi dada, sou muito grata e me tornou mais ágil, mais conhecimento, aprendi sobre precificação. (Participante 4).

[...] como valorizar meu produto, ter mais visibilidade, atendimento ao cliente, aprendi várias coisas. (Participante 5).

As participantes 3 e 6 afirmaram que tinham interesse em participar das atividades terapêuticas, mas a oportunidade apenas aconteceu durante o referido curso. Mencionaram, ainda, que essa participação foi relevante para o crescimento pessoal, pois se sentiram importantes por terem a oportunidade de participar de um curso enquanto eram cuidadas. Observa-se que as terapias atreladas às aulas específicas do Curso de Chocolateria permitiram às mulheres obterem conhecimento de si, proporcionando empoderamento e desejo por estudar, aprender, trabalhar, e até mesmo empreender, no setor gastronômico.

Nas aulas sobre empreendedorismo, as alunas foram incentivadas a usar seu lado criativo para a elaboração

de novos produtos e como torná-los vendáveis. Portanto, os relatos mostram que a autoestima das alunas aumentou, pois conseguiram desenvolver criatividade e maneiras de empreender, mudando a própria renda, com melhorias financeiras para a vida delas e dos demais com quem convivem.

Para empreender, o ser humano precisa de algumas características específicas, como planejar a execução e ter disposição para assumir riscos (Sebrae, 2019). Essas características foram identificadas nas participantes do curso, que começaram a entrar no mundo do empreendedorismo e a mudar a qualidade de vida de suas famílias, principalmente a econômica.

Azevedo e Sousa (2019) caracterizam o empreendedor como aquele que identifica uma oportunidade e estabelece um negócio para capitalizar sobre ela, assumindo riscos calculados. Além de cultivar três características fundamentais: a necessidade de realização; a disposição para assumir riscos; e a confiança em si próprios (Silva *et al.*, 2019b).

Ao interrogar as participantes sobre a renda familiar atual, todas relataram mudanças, após a conclusão do Curso de Chocolateria, pois não possuíam renda anteriormente. Os dados revelaram que, antes de ingressarem no referido curso, as mulheres se encontravam em uma situação econômica vulnerável, pois 100% afirmaram ter renda mensal de até 1,5 salário mínimo, e a maioria disse possuir ocupações sem registro na carteira de trabalho.

As mulheres foram indagadas se o projeto “Gastronomia e Terapia” havia impactado de alguma forma a vida delas, seja no pessoal, profissional, ou econômico, e todas reconheceram resultados positivos, como se observa nas afirmações a seguir:

Sim, eu estava passando por um momento difícil na minha vida, estava com depressão e o curso me ajudou, as terapias, a convivência com as meninas. Na vida profissional me ajudou porque aprendi coisas que eu não sabia, como higiene, a questão da limpeza, até minha menina fala que eu fiquei mais preocupada, quero limpar tudo. Na econômica ajudou, pois estou trabalhando com comida junto da minha amiga. (Participante 7).

Pra mim, o projeto é um combo perfeito, tanto trata a parte da terapia como também ensina a usar todas as ferramentas necessárias para empreender, para mim foi maravilhoso, no quesito pessoal aprendi a ter mais autoconfiança, a falar melhor em público, porque eu tinha muito problema com timidez, com falar em público, hoje eu já consigo falar melhor. E focar mais em mim, se cuidar, ter aquele autocuidado graças à terapia que a gente fazia no curso, então, isso, pra mim, foi muito valioso e, em relação à minha vida profissional, me ensinou a ser mais segura, porque eu tinha muita insegurança e de toda forma você consegue ficar mais centrada, então, pra mim, a junção da

cozinha com a terapia foi a coisa mais incrível que aconteceu na minha vida, sou muito grata ao projeto e só tenho elogios, então, a minha nota sempre vai ser a nota máxima, porque, realmente, como eu disse, né, eu agarrei essa oportunidade e trouxe ela pra minha vida em todos os sentidos, pra melhor, pra entender melhor algumas coisas externas, foi muito rico. (Participante 4).

A maioria reconheceu os benefícios adquiridos em aspectos profissionais, formativos e emocionais. Ficou evidente que os benefícios psicológicos alcançados foram relevantes para que se reconhecessem preparadas para a vida e para o empreendedorismo, tornando-as empoderadas. Esse empoderamento é um processo dirigido para a transformação da natureza e direção das forças sistêmicas que marginalizam as mulheres e outros setores excluídos em determinados contextos. É um processo de superação das desigualdades de gênero (Azevedo; Sousa, 2019).

O empreendedorismo está altamente ligado ao empoderamento, principalmente o social e econômico. Isso se confirma quando as mulheres dizem se sentir satisfeitas, ao desenvolver seu próprio negócio. Desse modo, salienta-se que o apoio e incentivo às mulheres podem ajudar a criar e desenvolver atividades geradoras de renda e emprego sustentável; aumentar poupanças e investimentos familiares; melhorar o bem-estar social e econômico, levando em consideração a necessidade de eliminar todas as formas de discriminação e contribuir para um desenvolvimento humano sustentável (Braun; Lima, 2019; Teixeira *et al.*, 2021).

Quando as participantes foram questionadas se reconheciam algum desenvolvimento em suas vidas e na comunidade em que viviam, a maioria respondeu positivamente, principalmente quanto a melhorias no comércio, por gerarem, assim, economia local. Dentre os relatos analisados, apresentamos:

Sim, o projeto realmente impacta aqui no nosso bairro, na nossa comunidade; é de suma importância que exista um projeto assim, eu acho muito bonito, válido, porque tem muitas mulheres que não estão inseridas no mercado de trabalho e esse curso profissionalizante ele te dá esse impulso para você lutar pelos seus objetivos. É de suma importância que tenha esses projetos nos bairros e eu fico muito orgulhosa que tenha no meu, porque às vezes as pessoas não têm o dinheiro da passagem para fazer curso em outro canto de Fortaleza, então, aqui já impulsiona bastante. Eu tenho muito orgulho desse projeto, tenho muito orgulho de ter feito parte, na minha vida mudou totalmente, minha visão é mais ampla e eu tenho muito a agradecer, porque a oportunidade é maravilhosa e me foi dada e eu tenho muita gratidão porque hoje eu consigo ter a minha vida profissional mais estável, consigo lutar pelos meus objetivos, trabalhar na minha casa, trabalhar na empresa de outras pessoas graças ao projeto, graças ao curso. Sou muito grata aos meus professores! Ano passado tive a oportunidade de fazer

o curso, de conhecer pessoas novas, pessoas capacitadas como são nossos professores e monitores, foi muito importante para mim, assim como impactou minha vida, impactou a vida de pessoas que fizeram o curso junto comigo e só tenho de agradecer. Ano passado a gente também teve a oportunidade de ir para Bienal do Livro mostrar um pouco do nosso trabalho, do que a gente estava aprendendo nos cursos e eu vi ali que o projeto é muito bem-visto, uma coisa muito linda de se ver, eu só tenho de agradecer ao coordenador dos cursos passado, aos professores, aos monitores, à diretoria do Movimento de Saúde Mental, aos psicólogos, que teve todo aquele acolhimento, enfim, a toda a equipe. Meus parabéns e muito obrigada por tudo. (Participante 4).

Sim, ajuda, no caso, o conhecimento às vezes, a gente quer fazer uma festa, mas não quer comprar algo fora, temos o prazer de fazer. Tivemos aulas com ótimos professores e temos o conhecimento muito grande. E em relação ao financeiro, para a comunidade também porque tem várias mulheres que empreendem e querem aumentar o conhecimento e a forma de vender e o curso não só ensinou como cozinhar, mas também ensinou como vender, como comprar, como empreender, ajudou em todos os lados. (Participante 3).

Sim, porque eu já vi o Instagram de algumas meninas que estão vendendo tipo bolo; eu vejo que impacta não só a gente, mas também o ambiente que a gente está inserida, porque alguém vai comprar, alguém vai vender aqueles insumos que a gente precisa para fazer nosso produto, então é toda uma cadeia, eu acho que impacta sim todo mundo. (Participante 8).

Os relatos mostram que houve socialização e interação com laços afetivos entre os membros do grupo, revelando que a ASC pode ter influenciado, uma vez que segue a premissa de acolher, escutar e cuidar. De acordo com Lahire (2015) e Rodrigues e Simões (2023), a socialização é um processo pelo qual todo indivíduo passa desde a infância até a morte. Na sociologia, o processo de socialização é definido como a assimilação que determinado indivíduo faz de hábitos, características comportamentais e culturais do grupo social no qual está inserido. Trata-se de um processo dinâmico, não fixo, que pode sofrer alteração ao longo da vida.

A partir das entrevistas, foi possível identificar também que existia uma compreensão, por parte das entrevistadas, sobre a economia local e a solidária que, comumente, ocorre em cadeia ou ciclo, beneficiando a todos no ambiente em que vivem e protagonizando o crescimento monetário da comunidade. A economia solidária abrange o conjunto de atividades econômicas de produção, distribuição, consumo, poupança e crédito, organizadas e realizadas solidariamente por trabalhadores/as. Nesse modelo, as pessoas são autogestoras dos seus negócios, administrando-os de forma coletiva e democrática com todos os membros do empreendimento. São ambientalmente sustentáveis e socialmente justas, como é exemplo a agricultura familiar (MEC, 2010).

Para Abegão, Altieri e Tenório (2023), a economia solidária manifesta-se na organização coletiva de trabalhadores/as para o desenvolvimento de uma atividade econômica. O que torna a economia solidária única é o fato de ser conduzida pelos/as trabalhadores/as de forma autogestionária, ou seja, são os/as proprietários/as dos meios de produção que tomam decisões coletivamente e compartilham os resultados de forma justa.

Desse modo, a economia solidária vai além das atividades econômicas conduzidas coletivamente e se caracterizam como um modo de vida, do bem viver. Isso implica solidariedade; respeito à diversidade; envolvimento com a comunidade; comércio justo; finanças solidárias; e preocupação com o desenvolvimento local, meio ambiente e a sustentabilidade (Abegão; Altieri; Tenório, 2023).

Ainda com base nos relatos analisados, foi possível inferir que as alunas consideraram o formato do curso inovador; capaz de transformar sua perspectiva em relação ao ato de cozinhar; e incentivá-las a mudar o padrão e a qualidade de vida. Além disso, é notável que algumas descobriram o amor pela gastronomia e afirmaram ter realizado um sonho, enquanto outras mencionaram que quase desistiram do curso, por motivos de saúde ou familiares.

Um dos fatores que contribuíram para sua persistência no projeto foi a receptividade e o acolhimento demonstrado por todos os membros da equipe (professores, monitores/as, terapeutas, assistente social). Esse engajamento dos membros, ou seja, tanto daqueles que são beneficiados como os promovedores, fazem parte da missão da ASC, pois essa abordagem considera que o indivíduo em situação saudável (considerando a mente, o corpo e espírito) sente-se impulsionado a ofertar os benefícios recebidos, fechando um ciclo sustentado pela devolutiva de boas ações, comumente voluntariada.

Essa característica imprime uma sustentabilidade social. Para Boff (2012), a sustentabilidade pode ser de âmbitos econômico, ambiental e social, e a última relacionada ao desenvolvimento do ser humano, para alcançar justiça social e obter a redução da pobreza, promovendo a transformação e melhoria da casa comum – a terra mãe. O autor afirma, ainda, que é necessário fomentar um modo de vida sustentável em todos os âmbitos, incluindo a natureza e cultura, resguardando civilizações e demais formas de vida, sem prejudicar as futuras; reduzindo a pobreza e a desigualdade social.

As alunas tinham a oportunidade de desfrutar do menu terapêutico do MSM no contraturno dos cursos e ficou evidente que essa participação promoveu sociali-

zação e acolhimento. O processo de autoconhecimento ofereceu a oportunidade às participantes para se conhecer intimamente; sentir-se melhor consigo mesmas; renovar a autoestima; e, conseqüentemente, se sentirem bem socialmente com os outros.

A união da terapia e gastronomia aplicada no referido grupo foi alcançada pela ASC, metodologia desenvolvida pelo MSM, que promove a saúde mental do indivíduo por meio do equilíbrio biopsicossocioespiritual, pois promove a superação da pobreza internalizada e o alcance do protagonismo pessoal, fortalecendo a autoestima, a evolução individual e o vínculo com a comunidade. O indivíduo é envolvido como um todo e acaba se conectando com a comunidade, o meio ambiente e a fé, a dimensão transcendente. Os quatro princípios dessa abordagem são: acolher, escutar, cuidar e empoderar (Sousa; Costa, 2017).

Portanto, foi possível identificar, por meio das entrevistas, que a ASC foi aplicada no Curso de Chokolateria da edição “Gastronomia e Terapia”, uma vez que as participantes revelaram se sentir empoderadas e com melhorias significativas na saúde mental, socialização, autoestima e dedicação às aulas, pois o formato do curso despertou o interesse por estudar, trabalhar e empreender na Gastronomia.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O Curso de Chokolateria, parte integrante da segunda edição do “Gastronomia e Terapia”, ao aproximar terapia e técnicas culinárias, proporcionou inúmeros benefícios às mulheres, especialmente no âmbito econômico. Antes da participação no projeto, muitas delas não possuíam fonte de renda mensal; no entanto, após a conclusão do curso, passaram a gerar renda, transformando significativamente suas condições de vida e impactando positivamente suas famílias. Além disso, contribuíram para o desenvolvimento local, fortalecendo a economia solidária da comunidade.

Esse modelo de curso revela-se como uma estratégia eficaz e promissora, capaz de fomentar o empoderamento e incentivar o empreendedorismo, bem como a participação ativa no mercado de trabalho. Sua abordagem transdisciplinaridade pode ser facilmente adaptada e aplicada em diversos formatos de Cursos de Gastronomia.

Destaca-se, ainda, que as participantes não apenas se sentiram empoderadas, mas também experimentaram melhorias significativas em sua saúde mental e na autoestima. O formato do curso despertou o interesse pelo estudo, trabalho e empreendedorismo na área gastronômica, proporcionando benefícios tanto para as participantes quanto para a comunidade em que estão inseri-

das.

REFERÊNCIAS

ABEGÃO, L. H.; ALTIERI, D.; TENÓRIO, F. G. **Gestão e economia solidária: economia solidária: uma definição possível**. 1. ed. Ijuí: Unijuí, 2023.

AMORIM, R. O.; BATISTA, L. E. Empreendedorismo feminino: razão do empreendimento. **Núcleo de Pesquisa da FINAN**, v. 3, n. 3, p. 1–14, 2012.

ANTUNES, S. R. A.; MACHADO, J. R.; MASCARENHAS, C. C.; NAGATSUKA, D. A. S.; OLIVEIRA, F. M.; MACHADO, V. A. Empreendedorismo feminino. **Revista Gestão em Foco**, v. 14, n. 1, p. 96–108, 2022.

AZEVEDO, M. A.; SOUSA, L. D. de. Empoderamento feminino: conquistas e desafios. **SAPIENS-Revista de divulgação científica**, v. 1, n. 2, p. 1–12, 2019.

BARDIN, L. **Análise de conteúdo**. 1. ed. Lisboa: Edições 70, 1977.

BECKETT, S. T. **The science of chocolate**. 2. ed. Cambridge: Royal Society of Chemistry, 2019.

BOFF, L. **Sustentabilidade: o que é / e o que não é**. 1. ed. Petrópolis: Vozes, 2012.

BORGES, M. Geografia do crime: áreas de fortaleza com piores IDHs concentram maior número de homicídios em 2020. **Diário do Nordeste**, Fortaleza, 11 mar 2021. Disponível em: <https://x.gd/UkrK5>. Acesso em: 22 jan. 2024.

BRASIL. **Portaria n. 971, de 6 de maio de 2006**. Aprova a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) no Sistema Único de Saúde. 2006. Disponível em: <https://x.gd/PUJcF>. Acesso em: 22 jan. 2024.

BRASIL. **Portaria n. 849, de 27 de março de 2017**. Inclui a Arteterapia, Ayurveda, Biodança, Dança Circular, Meditação, Musicoterapia, Naturopatia, Osteopatia, Quiropraxia, Reflexoterapia, Reiki, Shantala, Terapia Comunitária Integrativa e Yoga à Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares. 2017. Disponível em: <https://x.gd/7O67n>. Acesso em: 22 jan. 2024.

BRASIL. **Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Resolução n. 264, de 22 de setembro de 2005**. Aprova o regulamento técnico para chocolate e produtos de cacau. Brasília: Ministério da Saúde, 2023. Disponível em: <https://x.gd/SXxWl>. Acesso em: 22 jan. 2024.

BRASIL. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Práticas integrativas e complementares em saúde (PICS)**. Brasília: Ministério da Saúde, 2023. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/p/pics>. Acesso em: 22 jan. 2024.

BRAUN, M. d. S. d. A.; LIMA, Â. M. d. A. A gastronomia como alternativa empreendedora para empoderamento de mulheres de baturité-cde. **Conexões-Ciência e Tecnologia**, v. 13, n. 5, p. 61–68, 2019.

FRANCISCO, T. H. A.; LAURINDO, K. A.; MARTINS, S. L.; VEFAGO, Y. B. As contribuições da extensão universitária na formação do bacharel em administração: Uma visão a partir do ecossistema empreendedor. **Revista Conexão UEPG**, v. 18, n. 1, p. 01–19, 2022.

GOMES, V. M. C.; SANTIAGO, S. B. A pluralidade dos saberes dos docentes e as relações entre si: uma abordagem sobre a formação dos professores da licenciatura em química no IFCE Maracanaú (CE). **Conexões-Ciência e Tecnologia**, v. 15, n. 1, p. 1–19, 2021.

LAHIRE, B. A fabricação social dos indivíduos: quadros, modalidades, tempos e efeitos de socialização. **Educação e Pesquisa**, SciELO Brasil, v. 41, n. especial, p. 1393–1404, 2015.

MARTINS, C. B.; CRNKOVIC, L. H.; PIZZINATTO, N. K.; MACCARI, E. A. Empreendedorismo feminino: características e perfil de gestão em pequenas e médias empresas. **Revista de Administração da Universidade Federal de Santa Maria**, Universidade Federal de Santa Maria, v. 3, n. 2, p. 288–302, 2010.

MEC. 4 Caderno pedagógico educandas e educandos. **ProJovem campo - Saberes da terra; Economia solidária**. 2010. Disponível em: <https://x.gd/T3YIR>. Acesso em: 28 jun. 2023.

RODRIGUES, S. C. S.; SIMÕES, I. H. F. S. Socialização feminina e seus efeitos na saúde mental das mulheres. **Facit Business and Technology Journal**, v. 2, n. 47, p. 151–170, 2023.

SEBRAE. **Empreendedorismo feminino como tendência de negócios**. 2019.

SILVA, J. V.; ALMEIDA, S. A.; SILVA, D. M.; MUNIZ, S. S.; LYRA, J. B. M. Empreendedorismo feminino e o mercado de trabalho: o perfil da mulher

empreendedora em araguaína/to. **Facit Business and Technology Journal**, v. 10, n. 2, p. 64–89, 2019.

SILVA, P. M. M.; EL-AOUAR, W. A.; SILVA, A. W. P. da; SOUSA, J. C. de *et al.* A resiliência no empreendedorismo feminino. **Gestão e Sociedade**, v. 13, n. 34, p. 2629–2649, 2019.

SOUSA, A. E.; COSTA, L. F. A. Abordagem sistêmica comunitária: avaliação de um serviço socioterapêutico de saúde mental em fortaleza. **Conhecer: debate entre o público e o privado**, v. 7, n. 19, p. 72–90, 2017.

TEIXEIRA, C. M.; SILVA, A. F. da; SOUSA, F. N. T. de; LAVOR, N. B. de. Empreendedorismo feminino. **Revista Livre de Sustentabilidade e Empreendedorismo**, v. 6, n. 3, p. 151–171, 2021.