

Caso 2

Estudo de caso | PTCAN Aula 1

Clarice, 42 anos, mãe solo de 3 filhos (16 anos, 12 anos e 9 anos), classe média baixa.

Empregada doméstica, horário de trabalho: segunda a sábado, das 7h às 18h em uma casa de família.

Os filhos estudam no período da manhã, das 7h às 12h, voltam para casa às 13h e a filha mais velha é a responsável pelo cuidado dos irmãos mais novos e das refeições até o retorno da mãe para casa.

Antes de sair de casa pela manhã, Clarice prepara o café da manhã dos filhos (leite com achocolatado e pão tipo bisnaguinha com margarina) e, em alguns dias, deixa o almoço pronto para a filha somente esquentar. Como não tem muitas habilidades culinárias, ela repete com muita frequência as receitas que conhece (arroz, batata frita, omelete, bife acebolado, salada de alface) uma vez que quando se arrisca a testar uma receita que procurou da internet nunca dá certo. Nunca faz feijão porque as crianças se queixam de gases.

No almoço, a filha mais velha esquentar a comida, quando a mãe consegue deixar preparada, pois não tem muitas habilidades culinárias e não sabe preparar os alimentos, por mais simples que seja o preparo. Quando não dá tempo de Clarice preparar o almoço, a filha prepara um macarrão instantâneo para ela e as crianças almoçarem.

Durante a tarde, as crianças comem guloseimas que compram na bomboniere perto de casa (salgadinhos de pacote, balas, pirulitos e refrigerante).

Clarice chega em casa apenas às 20h, pois mora muito longe do trabalho. Neste horário precisa preparar o jantar para ela e as crianças. Como chega em casa muito cansada e precisa dormir cedo, prepara a comida mais rápida possível e, muitas vezes, devido a falta de tempo, acaba oferecendo pão ou bolacha para as crianças jantarem, com refresco industrializado em pó.

Na geladeira de casa, sempre tem algumas opções de vegetais, mas na maioria das vezes, acabam estragando por não serem utilizados.

Clarice se preocupa com a alimentação dos filhos e gostaria de oferecer uma alimentação mais saudável, mas não consegue encontrar uma maneira de organizar melhor os preparos dentro de sua rotina.

Pergunta norteadora para discussão: *Levando em consideração a rotina de Clarice e pensando em métodos de preparo, conservação de alimentos e organização, quais seriam as sugestões para melhorar a alimentação desta família, de modo que Clarice consiga oferecer melhores opções aos seus filhos e que sua filha mais velha tenha autonomia para preparar as refeições na ausência da mãe?*

Siga os passos a seguir para resolução do caso:

Identificação dos problemas baseado no relatado.

Teorização: Por que esses problemas acontecem?

Proposta de Intervenção: Como atuar para melhorar a vida e alimentação de Clarice e seus filhos?
