



## RELATO DE EXPERIÊNCIA DE MONITORIA EM TÉCNICA DIETÉTICA

**Mayra Rochele de Mesquita Alexandre; Maria Isabelle Martins de Sousa;  
Mikaele Maria Moreira Farias; Camila Pinheiro Pereira**

Monitora Voluntária – Nutrição;  
mayra.alexandre@aluno.unifametro.edu.br  
Monitora Voluntária – Nutrição;  
maria.sousa59@aluno.unifametro.edu.br  
Monitora Voluntária – Nutrição;  
mikaele.farias@alunounifametro.edu.br  
Orientadora – Nutrição;  
camila.pereira@professor.unifametro.edu.br

**Área Temática:** Alimentos, nutrição e saúde.

**Área de Conhecimento:** Ciências da saúde.

**Modalidade:** Monitoria.

### RESUMO

**Introdução:** A monitoria de técnica dietética busca contribuir e facilitar a vida acadêmica dos alunos que estão cursando, trazendo alunos que já cursaram a disciplina para serem auxiliares ao decorrer do semestre. É importante que os monitores tenham disponibilidade de promover comunicação com os alunos conciliando conhecimentos entre a teoria e a prática que a disciplina promove. Auxiliando nas principais dúvidas; passo a passo da elaboração de fichas técnicas; experimentos com tipos de preparo de diversos alimentos aplicando técnicas dietéticas e dúvidas teóricas da fisiologia dos alimentos. Além de enriquecer a experiência acadêmica e estimular os alunos a participarem de projetos de pesquisa durante a graduação.

**Objetivo:** desenvolver atividades que possam auxiliar os alunos a compreender melhor o conteúdo ministrado, seja no campo prático ou teórico. **Metodologia:** No decorrer do primeiro semestre de monitoria, foram abordadas várias metodologias de ensino, onde foi possível obter um aproveitamento significativo de ensino entre os alunos e os monitores. Foram planejadas e definidas estratégias conforme cronograma e incluída a construção de materiais complementares com conteúdo ministrados com explicação dos principais pontos junto com revisões para prova. Todos os encontros foram online pela plataforma “Google Meet”. **Resultados parciais e Discussão:** Foi possível obter resultados bastante





satisfatórios a partir dos momentos de tira dúvidas e aulas práticas, que permitiram que a monitora e os alunos criassem um bom vínculo, facilitando que fosse agregado significativamente no desenvolvimento da disciplina. Os alunos demonstraram um aprendizado promissor, com resultados acadêmicos positivos. **Considerações finais:** Considera-se um semestre bastante proveitoso, conseguindo por meio da monitoria agregar tanto na vida acadêmica dos alunos que cursaram a disciplina, como também na vida acadêmica dos monitores, desenvolvendo habilidades de: ministrar conteúdos, desenvolver uma boa oratória em público, capacidade de adquirir experiências em atividades extras da universidade, que agregará positivamente na vida profissional no futuro.

**Palavras-chave:** Monitoria. Técnica Dietética. Auxiliar.

**Referências:**

DOMENE, S. M. A. **Técnica dietética:** teoria e aplicações. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2011.

PHILIPPI, S. T. **Nutrição e técnica dietética.** Manole: São Paulo, 2006. 2 ed.

