

APRENDER ENSINANDO: a experiência da monitoria como catalisadora de competências na Nutrição

Izailda Raíssa de Freitas Araújo¹

(Discente - Centro Universitário Fametro – Unifametro)

(izailda.araujo@aluno.unifametro.edu.br)

Lais Vasconcelos de Oliveira²

(Discente - Centro Universitário Fametro – Unifametro)

(lais.oliveira02@aluno.unifametro.edu.br)

Marcela de Brito Viana³

(Discente - Centro Universitário Fametro – Unifametro)

(marcela.viana@aluno.unifametro.edu.br)

Raquel Teixeira Terceiro Paim⁴

(² Doutora – Universidade Estadual do Ceará)

(Raquel.terceiro@uece.br)

Área Temática: Alimentos, nutrição e saúde.

Área de Conhecimento: Ciências da Saúde.

Encontro Científico: XIII Encontro de Monitoria.

RESUMO

Introdução: A disciplina de Nutrição Humana e Dietética apresenta elevada complexidade, abrangendo conteúdos que vão desde os princípios fisiológicos da digestão até a prescrição dietética individualizada, sendo uma base essencial para a formação acadêmica em Nutrição. Nesse contexto, a monitoria configura-se como um suporte pedagógico fundamental para superar lacunas de compreensão e favorecer a aprendizagem. **Objetivo:** Relatar a experiência da monitoria na disciplina de Nutrição Humana e Dietética, destacando sua relevância para discentes e monitores. **Metodologia:** Trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência, referente às atividades de monitoria realizadas de março a setembro de 2025, regulamentados, acompanhados e avaliados por Programa de Monitoria e Iniciação Científica, responsável por promover pesquisa acadêmica e monitoria em uma Instituição Acadêmica de Ensino Superior. As ações incluíram encontros semanais presenciais e online, apoio por aplicativo de mensagens e produção de materiais complementares, além do registro das principais dificuldades dos discentes. **Resultados:** Dentre as atividades planejadas e desenvolvidas destacam-se que a monitoria contribuiu para o esclarecimento de dúvidas, revisão de conteúdos teóricos e aplicação prática de cálculos nutricionais, avaliação do estado nutricional e elaboração de planos alimentares. Ressalta-se que a experiência proporcionou aprimoramento do domínio técnico, da didática, desenvolvimento da oratória, organização de ideias, trabalho em equipe e empatia, competências-chave para a atuação profissional em

diferentes cenários da Nutrição. **Considerações Finais:** A monitoria de Nutrição Humana e Dietética representou mais do que um suporte ao processo de ensino-aprendizagem, ela constituiu um espaço formativo que ampliou a autonomia, a segurança e a maturidade acadêmica dos monitores, configurando-se como experiência transformadora para sua trajetória e como preparação sólida para os desafios da prática profissional em Nutrição.

Palavras-chave: Monitoria; Nutrição, Dieta e Alimentação; Processo Ensino-aprendizagem; Formação profissional.

INTRODUÇÃO

A formação acadêmica na área da saúde, especialmente na nutrição, exige mais do que a absorção de conteúdo teórico, a qual demanda o desenvolvimento de competências técnicas, habilidades e um pensamento crítico que embase o futuro profissional para enfrentar os desafios do mercado de trabalho ao qual será inserido. Nesse contexto, a monitoria acadêmica contribui como uma ferramenta pedagógica valiosa, que acelera e consolida a aprendizagem. Esta atividade, que se caracteriza como uma extensão práticas das teorias aprendidas em sala de aula, permite que o aluno monitor aprofunde sua compreensão, ao mesmo tempo em que auxilia outros alunos a sanarem suas dúvidas e dificuldades relacionadas às disciplinas, promovendo uma troca horizontal e enriquecedora (Carvalho; Gomides, 2025).

A relevância da monitoria é reconhecida, sendo considerada uma estratégia que beneficia o processo de ensino-aprendizagem, preparando o estudante para a sua futura atuação profissional (Botelho *et al.*, 2019).

Na disciplina de Nutrição Humana e Dietética essa dinâmica assume um papel ainda mais crucial, pois o conteúdo programático é vasto e complexo, abrangendo desde os princípios fisiológicos da digestão até a aplicação prática de conceitos para a prescrição de dietas em diferentes indivíduos, além de ser o primeiro contato e a base para os alunos na elaboração de planos alimentares. Dessa forma, a complexidade e ineditismo dos temas podem gerar inseguranças e lacunas na compreensão dos discentes. Sendo assim, a monitoria, nesse cenário, funciona como um suporte pedagógico essencial, facilitando o aprendizado de temas como cálculo de necessidades nutricionais, avaliação do estado nutricional e planejamento de planos alimentares específicos, que são pilares da formação em Nutrição (Ferreira *et al.*, 2023).

Essa modalidade de ensino-aprendizagem tem demonstrado ser uma estratégia eficaz para melhorar o desempenho acadêmico e aprofundar o conhecimento dos alunos, contribuindo para uma formação mais completa e robusta (Jorge *et al.*, 2024).

Adicionalmente, a monitoria é considerada mais do que uma atividade extracurricular enriquecedora, é uma oportunidade de desenvolver habilidades como a didática,

a comunicação e o trabalho em equipe, que são essenciais para a atuação profissional do nutricionista (Andrade *et al.*, 2018).

Este relato de experiência tem como objetivo principal descrever as atividades desenvolvidas no programa de monitoria da disciplina de Nutrição Humana e Dietética, além de detalhar suas ações realizadas, buscando evidenciar a relevância dessa vivência na formação acadêmica e no desenvolvimento discente.

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência, referente às atividades desenvolvidas na monitoria da disciplina de Nutrição Humana e Dietética, no período de março a setembro de 2025. A monitoria foi realizada no âmbito do Programa de Monitoria e Iniciação à Pesquisa (PROMIC), sob a coordenação da Coordenadoria de Pesquisa e Monitoria (COOPEM), sendo realizada por monitores aprovados no programa, a docente responsável pela disciplina e dos discentes regularmente matriculados nos turnos matutino e noturno.

Para o planejamento e a execução das atividades, foi estabelecido um cronograma de encontros semanais, acordados entre os professores orientadores e os monitores, de forma contemplar todas as dúvidas dos estudantes, mediante os assuntos ministrados em sala de aula. Além das reuniões presenciais, foi criado um canal de comunicação por meio de aplicativo de mensagens, que funcionou como espaço contínuo de interação, onde os alunos podiam expor dúvidas, solicitar materiais de apoio e receber orientações dos monitores, viabilizando a comunicação.

Assim também, os monitores registraram as principais dificuldades relatadas pelos estudantes, de modo a fornecer um retorno sistemático aos docentes responsáveis, contribuindo para ajustes metodológicos e aprimoramento do processo de ensino-aprendizagem, visando uma aprendizagem mais completa e eficaz, para ambas as partes.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A monitoria na disciplina de Nutrição Humana e Dietética foi uma experiência acadêmica enriquecedora, com impacto significativo tanto na aprendizagem dos discentes monitorados quanto no desenvolvimento pessoal e profissional dos monitores envolvidos. A mesma ocorreu entre os meses de março a setembro, com vigência até dezembro de 2025, dos quais foram promovidas aulas de monitoria com foco em revisão teórica, resolução de exercícios, auxílio na construção de dietas e aplicação prática dos conhecimentos adquiridos.

A produção de materiais complementares, como trabalhos dirigidos, apresentações em slides e resumos esquemáticos, também foi fundamental para dinamizar o processo de ensino-aprendizagem. Buscando dispor de um canal direto e efetivo de comunicação, produziu-se um grupo de *WhatsApp*® entre os envolvidos, composto pelos discentes e os monitores com a finalidade de facilitar interação e marcar as reuniões. A fim de atender as demandas diferenciadas, os encontros aconteceram por duas modalidades: de forma *online*, utilizando a plataforma de comunicação *Google Meet*®, e os encontros presenciais em salas de aula da própria instituição.

É urgente ampliar o trabalho com diferentes propostas pedagógicas, investindo no âmbito da docência, das aprendizagens e da avaliação, na gestão das instituições formadoras do Ensino Superior, para que se possa fazer dessas ferramentas, verdadeiras mecanismos de intervenção, impulsionadores do sucesso acadêmico de alunos, de professores e da própria instituição (Almeida *et al.*, 2022).

A monitoria em Nutrição Humana e Dietética apresentou impactos claros sobre os monitores, conforme evidenciado nas atividades realizadas e nas percepções relatadas. Os principais resultados identificados foram: (1) desenvolvimento de competências comunicativas e empáticas; (2) aprimoramento de habilidades pedagógicas (planejamento de aulas e confecção de materiais); (3) ganho de confiança e oratória; (4) apoio direto ao desempenho acadêmico dos monitorados; e (5) fortalecimento do vínculo entre pares como facilitador da aprendizagem.

No entanto, o processo não foi isento de dificuldades. Foi enfrentado períodos de sobrecarga, decorrentes da conciliação entre a monitoria e outras atividades acadêmicas, como prazos de entrega de trabalhos, semanas de provas e compromissos pessoais; houve pouca adesão nos encontros presenciais, com os discentes monitorados optando por monitorias *online*. Ainda assim, a cooperação entre os membros da equipe de monitoria permitiu superar os obstáculos, com divisão equilibrada de tarefas e flexibilidade nos atendimentos.

Ao longo do semestre, os monitores apresentaram ganhos expressivos diretamente relacionados à sua formação e futura atuação profissional. Além de consolidarem o domínio do conteúdo técnico, desenvolveram habilidades de comunicação mais claras e assertivas, aprimoraram a capacidade de organizar ideias de forma lógica, fortaleceram o trabalho em equipe e refinaram sua didática. Esses aprendizados, construídos na prática da monitoria, configuram-se como competências-chave para o exercício da profissão, ampliando sua segurança, autonomia e capacidade de atuação em diferentes contextos da Nutrição (Trindade *et al.*, 2022).

Por fim, destaca-se o caráter transformador da experiência. O envolvimento dos monitores e do professor orientador no processo de ensino não apenas fortalece a aprendizagem dos conteúdos da disciplina, como também proporciona uma nova perspectiva sobre o papel do educador e o impacto positivo que a transmissão do conhecimento pode ter na trajetória acadêmica de outros estudantes (Souza *et al.*, 2023).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

As atividades desenvolvidas durante a monitoria possibilitaram não apenas a consolidação do aprendizado teórico-prático, mas também a construção de um espaço de diálogo e cooperação, que favoreceu o esclarecimento de dúvidas e o aprofundamento de conteúdos considerados complexos

Para os monitores, a vivência representou oportunidade de desenvolvimento de competências pedagógicas, oratória, comunicativas, aprofundamento em estudo e de trabalho em equipe, contribuindo para a formação de profissionais mais preparados para os desafios da prática profissional. Nesse sentido, o acompanhamento contínuo do alunado pelos monitores da disciplina pode proporcionar um ambiente de suporte efetivo ao processo de aprendizagem, fortalecendo não só a compreensão de conceitos fundamentais, mas sua aplicabilidade nos estudos, trabalhos e provas.

Apesar das dificuldades enfrentadas, como a sobrecarga de atividades e, em alguns momentos, baixa adesão aos encontros presenciais, os resultados obtidos evidenciam a importância da monitoria como estratégia pedagógica efetiva em ganhos para todos os envolvidos. Portanto, a manutenção e o fortalecimento desse tipo de iniciativa institucional, se faz necessária, visto que contribui de forma significativa para a qualidade do ensino, para a integração entre pares e para a formação integral do futuro nutricionista.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, L.; GONÇALVES, S.; RAMOS DO Ó, J.; REBOLA, F.; SOARES, S.; VIEIRA, F. **Inovação pedagógica no ensino superior: cenários e caminhos de transformação**. Lisboa: A3ES – Agência de Avaliação e Acreditação do Ensino Superior, 2022.

ANDRADE, Erlon Gabriel Rego *et al.* Contribuição da monitoria acadêmica para o processo ensino-aprendizagem na graduação em enfermagem. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 71, supl. 4, p. 1690-1698, 2018. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/0034-7167-2017-073>.

BEZERRA, Thaís Pires *et al.* Os benefícios da monitoria para monitor e alunos de nutrição e metabolismo: uma análise quali-quantitativa. *In*: PURIFICAÇÃO, Marcelo Máximo; PAZ, Cláudia Denís Alves da; ARAÚJO, Eleno Marques de (org.). **Processos de organicidade e**

integração da educação brasileira 3. Ponta Grossa, PR: Atena, 2020. cap. 3, p. 18. DOI: <https://doi.org/10.22533/at.ed.5032029063>.

BOTELHO, Laís Vargas *et al.* Monitoria acadêmica e formação profissional em saúde: uma revisão integrativa. **ABCS Health Sciences**, v. 44, n. 1, p. 67-74, 2019. DOI: <https://dx.doi.org/10.7322/abcshs.v44i1.1140>.

CARVALHO, G. S.; GOMIDES, L. F. A importância da monitoria para a formação do estudante de Medicina: um relato de experiência. **Brazilian Journal of Education, Technology and Society**, v. 18, n. 2, p. 654-666, 2025.

FERREIRA, I. C. L. *et al.* Monitoria acadêmica da disciplina de Avaliação Nutricional (curso de Nutrição) da Faculdade Estácio de Alagoas: interação monitor-discente e importância no aprendizado pós-pandemia. **Revista de Sociedade & Tecnologia para Desenvolvimento**, v. 12, n. 2, 2023.

SOUZA, J. P. N. *et al.* Monitoria acadêmica: uma formação docente para discentes. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 47, n. 4, 2023.

TRINDADE, L. E. S. *et al.* Contribution of monitoring in the academic and professional training of the monitor: experience report. *Research, Society and Development*, v. 11, n. 12, 2022.