

## **Monitoria Acadêmica de Nutrição e Dietética I - Nutrição**

Área: Ciências da Saúde

Modalidade: Monitoria Presencial

Pôster

Michele Carvalho Pinheiro

Orientação:

Jussara Carnevale de Almeida

A disciplina de NDI procura dar aos alunos do 3º semestre do curso de Nutrição condições de elaborar planejamentos dietéticos, levando em conta a realidade social e as práticas alimentares para melhor adesão à alimentação saudável. Utiliza conhecimentos sobre alimentos, nutrientes, guias alimentares e recomendações diárias de referência. A monitoria tem como objetivo auxiliar os alunos nas tarefas extra-classe e oferecer apoio ao professor. A aluna-monitora acompanhou as aulas presenciais e envolveu-se com os alunos nas seguintes atividades extra-classe: exercícios sobre equivalentes alimentares, estimativas de gasto energético, biodisponibilidade de proteínas, determinação do índice glicêmico/carga glicêmica de alimentos/refeições, investigação do conteúdo de trans em rótulos de alimentos, avaliação de recordatórios alimentares com o Índice de Alimentação Saudável, seminários sobre vitaminas e minerais e resolução do planejamento alimentar. O e-mail eletrônico da aluna-monitora foi disponibilizado aos 30 alunos matriculados. A aluna-monitora acompanhou ~90% dos 60 créditos ministrados em aula presencial e recebeu 139 e-mails com questionamentos relacionados às atividades extra-classe. As dúvidas mais comuns foram sobre correta conversão de medidas caseiras e aplicação de equivalentes alimentares, além de resolução dos exercícios propostos. A experiência como monitora foi enriquecedora, gerando oportunidade de revisão do conteúdo, além da troca de experiência com os demais alunos. O uso de recursos de uma plataforma de educação à distância na disciplina presencial permitirá uma maior integração entre aluno-monitor, professor e demais alunos, assim como a socialização dos esclarecimentos, em especial na disciplina de NDII devido conteúdo ministrado.