



RECONSTRUINDO AS MEMÓRIAS ALIMENTARES NO COMPONENTE CURRICULAR REGULAR DE EDUCAÇÃO EM SAÚDE E NUTRIÇÃO: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Flavia Pascoal Ramos
flavia.ramos@uffs.edu.br

Hyrana Gabriela Lucas Guadagnini Candido
hyrana.candido@estudante.uffs.edu.br

Eixo 03: Monitoria por componente curricular
Campus Realeza

RESUMO

A monitoria é um suporte pedagógico que tem como propósito amparar os acadêmicos que estão interessados em aprofundar os conteúdos abordados em sala de aula pelo professor (Haag *et al*, 2007). Os monitores também têm oportunidade de conhecer mais sobre o segmento da docência, pois se trata de uma modalidade de ensino-aprendizagem em que o monitor deve estar envolvido com a organização, planejamento e execução de trabalhos do docente (Gonçalves *et al*, 2021). Diante disso a atividade que será relatada foi realizada com o apoio do projeto de monitoria do Componente Curricular Regular (CCR) de Educação em Saúde e Nutrição (ESAN), no curso de Nutrição da Universidade Federal da Fronteira Sul (UFFS), *campus* Realeza. Objetiva-se relatar uma experiência de monitoria no semestre 2023.2 no CCR de ESAN. O CCR tem por objetivo geral “discutir os fatores multidimensionais envolvidos na educação em saúde e nutrição”. Assim, a docente propôs uma atividade prática em que os alunos pudessem refletir sobre a sua biografia alimentar, contando os alimentos que estavam presentes em cada estágio da vida (infância, adolescência e vida adulta) e quais as memórias e sentimentos associados, e a monitora teve a função de sistematizar tais dados. Como resultado 21 alunos participaram dessa atividade, que foi enviada em formato de texto e foi possível observar, que de forma geral, a infância concentra os marcos envolvendo os alimentos. Nesta, o contexto familiar e a importância de comer em família foram mencionados por todos os estudantes e vale ressaltar que a família é a principal responsável pela formação do comportamento alimentar infantil, afinal os pais e/ou responsáveis são os primeiros a terem contato social com a criança (Timoteo; Ferreira; Veiga, 2021). Os alimentos mais mencionados foram sobremesas, como bolo de coco gelado e mousse de morango, também foi citado churrasco, pipoca, maionese, macarrão com salsicha, cereais, toddy com leite, polenta com carne moída, bolacha pintada, entre outros. Na



adolescência o que prevalece é o consumo de ultraprocessados junto com os amigos, como: coca-cola, pizza e pastel, e por curiosidade alguns alunos relataram que começaram a aprender cozinhar e a fazer algumas refeições sozinhos. Por fim, na vida adulta, e especialmente após a entrada no curso de Nutrição, o principal relato foi a mudança dos hábitos alimentares a fim de evitar o consumo de ultraprocessados e optar pelo consumo de alimentos *in natura* e minimamente processados - os alimentos favoritos permanecem sendo algum que marcou a infância. As escolhas alimentares sofrem influência de fatores internos, voltados para os fisiológicos e de fatores externos, voltados para os ambientais (Timoteo; Ferreira; Veiga, 2021), e foram esses fatores que influenciaram a mudança alimentar dos alunos ao longo do tempo. Construir uma biografia alimentar e compartilhar com os colegas traz muitos momentos de reflexão sobre o consumo de alimentos (Escouto, 2021). Essa atividade proporcionou aos estudantes a reflexão sobre suas escolhas alimentares e a entender o quanto os laços afetivos entre familiares e amigos e a memória são importantes na construção de hábitos alimentares de uma pessoa.

Palavras-chave: Biografia alimentar. Monitoria. Relato de experiência.

Referências

HAAG, Guadalupe Scarparo; KOLLING, Vanessa; SILVA, Elisete; MELO, Silvana Cláudia Bastos; PINHEIRO, Monalisa. Contribuições da monitoria no processo ensino-aprendizagem em enfermagem. São Leopoldo, RS: **Revista Brasileira de Enfermagem**, Curso de Graduação em Enfermagem, Universidade do Vale dos Sinos, 2007. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0034-71672008000200011>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reben/a/vPXp7f79ZBbscQGhwnKC5nm/>. Acesso em: 27 abr. 2024.

GONÇALVES, Mariana Fiuza; GONÇALVES, Alberto Magno; FIALHO, Beatriz Fiuza; GONÇALVES, Ilda Machado Fiuza. A importância da monitoria acadêmica no ensino superior. **Práticas Educativas, Memórias e Oralidades - Rev. Pemo**, [S. l.], v. 3, n. 1, p. e313757, 2020. DOI: 10.47149/pemo.v3i1.3757. Disponível em: <https://revistas.uece.br/index.php/revpemo/article/view/3757/3422>. Acesso em: 27 abr. 2024.

TIMOTEO, Adriele Paula Machado; FERREIRA, Gabriela de Castro; VEIGA, Joyce Priscila. **Formação de hábitos alimentares na primeira infância**. Recife, PE: 2021. 24 p. Disponível em: <https://www.grupounibra.com/repositorio/NUTRI/2022/formacao-de-habitos-alimentares-na-primeira-infancia94.pdf>. Acesso em: 29 abr. 2024.

ESCOUTO, Luiz Fernando Santos. Qual a importância de se escrever uma biografia alimentar? Estudo a partir da análise de textos biográficos. **Latin American Journal of Development**, [S. l.], v. 3, n. 4, p. 1936–1946, 2021. DOI: 10.46814/lajdv3n4-018. Disponível em:



<https://ojs.latinamericanpublicacoes.com.br/ojs/index.php/jdev/article/view/434>. Acesso em: 27 abr. 2024.