



Instituto Politécnico  
de Castelo Branco

**Instituto Politécnico de Castelo Branco**

Gonçalves, Inês Rodrigues

## **Forro para colete corretor postural “(Com)Postura**

<https://minerva.ipcb.pt/handle/123456789/3311>

### **Metadados**

|                           |   |
|---------------------------|---|
| <b>Data de Publicação</b> | 2018  |
| <b>Resumo</b>             | Este projeto tem como intuito a criação forros, removíveis, para revestimento dos coletes corretores posturais, para que a sua utilização seja mais divertida, sem precisar de os esconder. Estes coletes são ortóteses que ajudam na reeducação da postura corporal. Devido ao facto de, geralmente, utilizar-se camadas de roupa sob (para o elástico não estar em contacto com a pele) e sobre (para o esconder) o colete postural, não sendo este um fator favorável, prioritariamente, em dias de maior calor... |
| <b>Editor</b>             | IPCB. ESART   |
| <b>Palavras Chave</b>     | Postura, Funcionalidade, Vestibilidade, Conforto, Progresso, Inovação, Design, Vestuário  |
| <b>Tipo</b>               | report  |
| <b>Revisão de Pares</b>   | Não   |
| <b>Coleções</b>           | ESART - Design de Moda e Têxtil   |

Esta página foi gerada automaticamente em 2024-04-27T23:55:58Z com informação proveniente do Repositório



Instituto Politécnico  
de Castelo Branco  
Escola Superior  
de Artes Aplicadas

# Forro para Colete Corretor Postural “(Com)Postura”

Inês Rodrigues Gonçalves

## **Orientadores:**

Professora Especialista Carla Rodrigues

Professora Mestre Maria Cristina Duarte Gomes Patrício

Trabalho de Projeto apresentado à Escola Superior de Artes Aplicadas de Castelo Branco, para cumprimento dos requisitos necessários à obtenção do grau de licenciado em Design de Moda e Têxtil, do Instituto Politécnico de Castelo Branco.

**setembro de 2018**



## **Composição do júri**

Presidente do júri

Doutor, Ana Sofia André Bentes Marcelo

Professor Adjunto da Escola Superior de Artes Aplicadas

Arguente

Doutor, Alexandra Isabel Cruchinho Barreiros

Professor Adjunto da Escola Superior de Artes Aplicadas



## **Agradecimentos**

Aos meus pais e irmã, agradeço todo o apoio que me deram em todas as fases da minha vida, que se revelou crucial para a elaboração deste projeto. Agradeço-lhes a sua compreensão e a habitual motivação com que pude contar ao longo deste trabalho.

Às minhas orientadoras, Prof. Carla Rodrigues e Prof. Cristina Patrício, por todo o apoio e paciência que tiveram comigo. Agradeço-lhes pela boa disposição, compreensão, conselhos e total disponibilidade que revelaram em todas as fases do trabalho e, acima de tudo, pela confiança que depositaram em mim.

Aos meus amigos, pela força que sempre me transmitiram para elaborar o projeto e pela total compreensão da minha ausência, em muitos dos eventos de confraternização que tiveram lugar durante este período.



## **Resumo**

Este projeto tem como intuito a criação forros, removíveis, para revestimento dos coletes corretores posturais, para que a sua utilização seja mais divertida, sem precisar de os esconder.

Estes coletes são ortóteses que ajudam na reeducação da postura corporal.

Devido ao facto de, geralmente, utilizar-se camadas de roupa sob (para o elástico não estar em contacto com a pele) e sobre (para o esconder) o colete postural, não sendo este um fator favorável, prioritariamente, em dias de maior calor, este projeto tem como inspiração a estação de verão.

Com tecidos frescos e leves, esta coleção “cápsula” (mini coleção) pretende trazer inovação, aliando o design á função.

## **Palavras chave**

Postura

Funcionalidade

Vestibilidade

Conforto

Progresso

Inovação

Design

Vestuário



## **Abstract**

This project has the purpose of creating removable edicts for collage postural curriculums, so that their use is more fun, without any need of hiding. These vests are orthoses that help re-educate body posture.

Due to the fact that, generally, layers of underwear are used (for the elastic not to be in contact with the skin) and on (to hide it) the vest postural, this being not a favorable factor, mainly in days of greater heat, this design has as inspiration the summer season.

With fresh and light fabrics, this "capsule" collection (mini collection) aims to bring innovation by combining design and function.

## **Keywords**

Posture

Functionality

Dressing

Comfort

Progress

Innovation

Design

Clothing



# Índice Geral

## CAPÍTULO I - CONTEXTUALIZAÇÃO

### 1. Introdução

- 1.1. Motivação.....1
- 1.2. Contextualização.....2
- 1.3. Objetivos.....3

### 2. Enquadramento do Projeto

- 2.1 Metodologia Projetual.....4/5

## CAPÍTULO II – FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

- 3. Posicionamento da Marca.....6

## CAPÍTULO III – ANÁLISE E DIAGNÓSTICO

### 4. Fundamentação Projetual

- 4.1. Postura.....7-9
  - 4.1.1. Cifose.....10
  - 4.1.2. Coletes Corretores Posturais.....11
- 4.2. Síntese de Ideias.....12
- 4.3. Estratégia de Comunicação da Marca.....13

## CAPÍTULO IV – CONCEÇÃO E DESENVOLVIMENTO

- 5. Conceito.....14

### 6. Conceção do Projeto

- 6.1. Esboços.....15-17
- 6.2. Conceção de Prototipagem.....18/19
- 6.3. Produto e Peça Final.....20/21

### 7. Desenvolvimento do Produto

- 7.1. Inquérito.....22-25
- 7.2. Processo Criativo.....26-28
- 7.3. Produção da Peça de Vestuário
  - 7.3.1. Ilustrações Coleção “(Com)Postura”.....29-33
  - 7.3.2. Fichas Técnicas.....34-36
- 7.4. Orçamentação.....37

## CAPÍTULO V – CONCLUSÃO.....38

|                                     |              |
|-------------------------------------|--------------|
| <b>CAPÍTULO VI - WEBGRAFIA.....</b> | <b>39</b>    |
| <b>CAPÍTULO VII - ANEXOS.....</b>   | <b>40/41</b> |

## Índice de Figuras

1. **Figura 1** -Esquema da metodologia utilizada para o desenvolvimento do projeto
2. **Figura 2** – Posicionamento da marca
3. **Figura 3** - Composição da coluna
4. **Figura 4**- Cifose. Ilustração: Alila Medical Media / Shutterstock.com
5. **Figura 5** -Colete corretor postural cor de pele
6. **Figura 6** -Colete corretor postural preto
7. **Figura 7** -Colete corretor postural branco
8. **Figura 8** – Esboço 1º coordenado
9. **Figura 9** – Esboço 2º coordenado
10. **Figura 10** – Esboço 3º coordenado
11. **Figura 11** – Esboço 4º coordenado
12. **Figura 12** – Esboço da peça pretendida, inicialmente, como final
13. **Figura 13** – Protótipo da peça, tentativa-erro
14. **Figura 14** – Protótipo da peça, tentativa-erro. Cava esquerda
15. **Figura 15** – Protótipo da peça, tentativa-erro, avesso da peça.
16. **Figura 16** – Protótipo do forro final
17. **Figura 17** – Protótipo do forro final
18. **Figura 18** – Protótipo do forro final colocado no manequim
19. **Figura 19** – Produto final, forro removível por molas de pressão
20. **Figura 20** – Produto final, forro removível por molas de pressão
21. **Figura 21** – Produto final 2, forro removível por molas de pressão, tecido opaco e translúcido
22. **Figura 22** – Peça de Vestuário final, vestido que harmonia com o colete
23. **Figura 23** – Imagem dos gráficos do inquérito concretizado online
24. **Figura 24** – Imagem dos gráficos do inquérito concretizado online
25. **Figura 25** – Imagem dos gráficos do inquérito concretizado online
26. **Figura 26** – Imagem dos gráficos do inquérito concretizado online
27. **Figura 27** – Imagem dos gráficos do inquérito concretizado online
28. **Figura 28** – Imagem dos gráficos do inquérito concretizado online
29. **Figura 29** – Imagem dos gráficos do inquérito concretizado online
30. **Figura 30** – Imagem dos gráficos do inquérito concretizado online
31. **Figura 31** – Imagem dos gráficos do inquérito concretizado online
32. **Figura 32** – Imagem dos gráficos do inquérito concretizado online
33. **Figura 33** – Imagem dos gráficos do inquérito concretizado online
34. **Figura 35** – Painel do público-alvo
35. **Figura 36** – Painel de tendências
36. **Figura 37** – Painel das cores
37. **Figura 38** – Painel de materiais
38. **Figura 39** – Ilustração coordenado 1

39. **Figura 40** – Ilustração coordenado 2 - Vestido confeccionado
40. **Figura 41** – Ilustração coordenado 3
41. **Figura 42** – Ilustração coordenado 4
42. **Figura 43** – Ilustração coordenado 5
43. **Figura 44** – Ilustração coordenado 6, peça que cobre parte frontal do colete
44. **Figura 45** – Ilustração coordenado 7, peça que cobre a parte frontal do colete
45. **Figura 46** – Ilustração coordenado 8, peça que cobre totalmente o colete
46. **Figura 47** – Ilustração coordenado 9, total cobrimento do colete
47. **Figura 48** – ficha técnica coordenado 1
48. **Figura 49** – ficha técnica forro coordenado 1
49. **Figura 50** – ficha técnica coordenado 2
50. **Figura 51** – ficha técnica forro coordenado 2
51. **Figura 52** – ficha técnica coordenado 3
52. **Figura 53** – ficha técnica forro coordenado 3
53. **Figura 54** – ficha técnica coordenado 4
54. **Figura 55** – ficha técnica forro coordenado 4
55. **Figura 55** – ficha técnica forro coordenado 4
56. **Figura 56** – ficha técnica coordenado 5
57. **Figura 57** – ficha técnica coordenado 6
58. **Figura 58** – ficha técnica coordenado 7
59. **Figura 59** – ficha técnica coordenado 8
60. **Figura 60** – ficha técnica coordenado 9

## Lista de tabelas

1. **Tabela 1** – Orçamentação (custo preço/hora e Custo Projeto)



# CAPÍTULO 1 - CONTEXTUALIZAÇÃO

## 1. Introdução

### 1.1 Motivação

Quem não conhece alguém que tem uma postura menos correta, a famosa “Postura Corcunda” que tanto ouvimos falar?

A escolha deste tema, para projeto final, recai sobre o facto de grande parte da população apresentar a curvatura da coluna, porque na maioria das vezes, não adotam as melhores posições quando estão sentados, seja no trabalho, na escola, ou até mesmo em casa.

Outra causa deste problema, e razão para a elaboração deste projeto, começa na juventude. Alguns dos jovens possuem estaturas superiores à maioria dos outros e isso, pode ser um motivo, para a curvatura das suas costas, tal como o peso que estes carregam (mochilas, malas de viagem, sacos de compras, etc.) de forma incorreta, no dia a dia.

Consequentemente, esta postura não oferece nada de aprazível para a quem a tem, nem esteticamente, nem mesmo no conforto e na saúde.

Disponíveis no mercado existem uns “coletes” que auxiliam a reeducação da postura corporal, que são considerados ortóteses (aparelhos ortopédicos de uso externo que se destina a compensar, ou corrigir, a alteração morfológica de um membro, ou parte dele, ou a deficiência de uma função).

Os utilizadores deste produto, no verão, têm tendência a ter mais dificuldade em usá-lo, devido ao calor, querendo esconder o colete com roupa.

Este projeto tenho como objetivo uma solução para este problema.

## 1.2 Contextualização

Este Projeto é escolhido para a unidade curricular de Projeto, esta que é a cadeira que mais pesa na Licenciatura, uma vez que tem como objetivo mostrar a maior parte das capacidades adquiridas ao longo dos 3 anos letivos sucedidos na ESART.

Uma vez que, este projeto é desenvolvido a pensar no cliente, em dinâmicas objetivas e baseadas em estudos e pesquisas, esta é uma das primeiras cadeiras a expandir o aluno a um contacto mais realista com o mundo do trabalho.

Para a conclusão, com sucesso, deste projeto é necessário que os alunos evidenciem várias capacidades, tais como a consolidação e aplicação de metodologias, como também, a capacidade de aplicar competências para solucionar problemas concretos.

Com este propósito de contexto real do mundo de trabalho, e pelos motivos anteriormente mencionados na motivação, o meu trabalho terá como suporte a criação de uma gama de forros para revestir os coletes corretores posturais mais básicos, onde procurei identificar as principais dificuldades das pessoas que utilizam e necessitam deste produto.

## 1.3 Objetivos

Neste projeto, como objetivos, pretende-se resolver a dificuldade e os obstáculos que os utilizadores do colete corretor postural enfrentam, não só no dia-a-dia, mas, principalmente, em períodos de temperaturas mais elevadas.

Para solução deste problema, pretendo criar um conjunto de forros removíveis que envolvam o produto em questão, e que, deste modo, de uma forma divertida, moderna e de cativação visual, os seus utentes possam usufruir de uma correção postural mais favorável, não só a nível estético, mas, essencialmente, a nível de conforto e bem-estar.

Como objetivo, geral e principal, deste projeto, procura-se encontrar uma relação harmoniosa entre o conforto e a estética para utilização destes coletes posturais, visando uma ilimitada gama de forros removíveis para todos os gostos, de diferentes tons e inúmeros estampados.

## 2. Enquadramento do Projeto

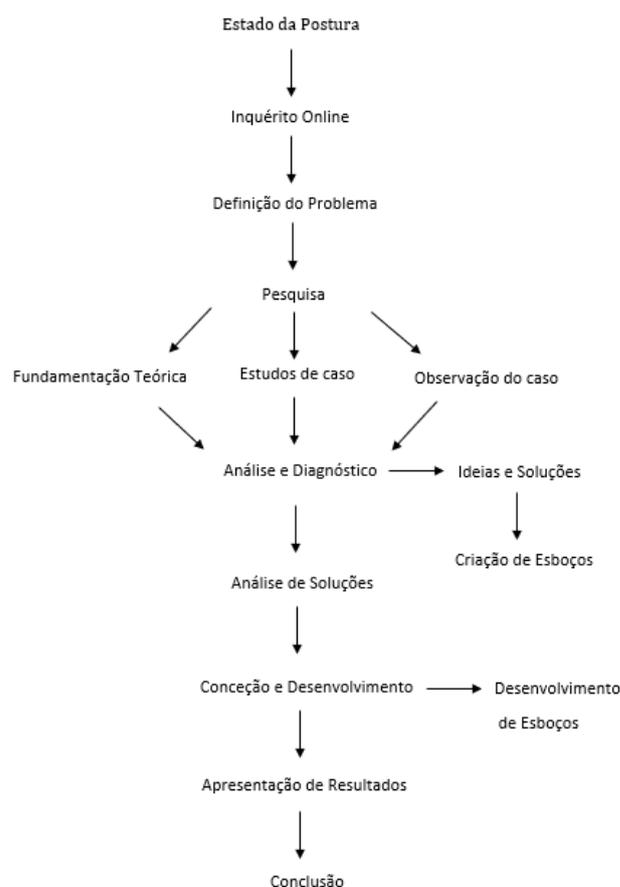
### 2.1 Metodologia Projetual

A metodologia deste projeto final “(Com)Postura” é de experimentação.

Para a aquisição de uma conclusão, esta que é um protótipo em evolução, foram necessários diversos e inúmeros testes e experimentos. Uma relação tentativa-erro que encaminhou este projeto para finalidades mais concretas.

Para este trabalho foi utilizada uma metodologia múltipla, isto é, foi utilizado tanto uma metodologia intervencionista, que traduz-se em trabalho de campo, recolha de opiniões de utentes dos coletes corretores posturais, e procura do tipo de material nestes utilizado, e uma metodologia não intervencionista, que se baseia em matérias teóricas abordadas, pesquisas e em estudos caso.

Para ilustração desta metodologia, pode-se observar a figura 1 disposta abaixo.



**Figura 1** -Esquema da metodologia utilizada para o desenvolvimento do projeto

Este Projeto iniciou-se com a questão da coluna e o seu mau posicionamento.

Concretizando um inquérito online, pode-se entender que maioria da população enfrenta este problema, principalmente e, cada vez mais, na juventude.

Posto isto, e reunindo todos os dados recolhidos, iniciou-se a fase de identificação e definição do problema. Com esta fase concluída, iniciou-se a realização da pesquisa, onde se deu a criação de uma fundamentação teórica.

Terminada esta fase de pesquisa, concretizou-se a análise e diagnóstico que deram origem a ideias e soluções para a resolução dos problemas identificados, e os devidos esboços. Posto isto, os esboços foram analisados de forma a conseguir retirar algumas conclusões sobre os mesmos.

Assim, seguiu-se a fase de conceção e desenvolvimento, esta que resulta na apresentação de resultados, e que se refletiu na conclusão do projeto.

## Fundamentação Teórica

### 3. Posicionamento da marca

O posicionamento da marca consiste em determinar o posicionamento de mercado em comparação a produtos similares. Ao determinar a posição da marca, existe uma obrigação de realização de uma pesquisa, a fim de analisar os correntes diretos. Deste modo, obtém-se uma ideia do que é mais apelativo para o público-alvo, se é adequado aos vários locais de venda, se o que se possui ´de um produto original e exclusivo, bem como ter uma maior atenção à sua distribuição, seja nacional ou internacional.

Para podermos definir o posicionamento da marca é indispensável ter, desde logo, a definição dos meios onde o produto irá ser comercializado, e quais os produtos incluídos no mesmo setor que vão ser concorrentes diretos, de forma a enquadrá-lo nos meios mais habituais para o público-alvo.

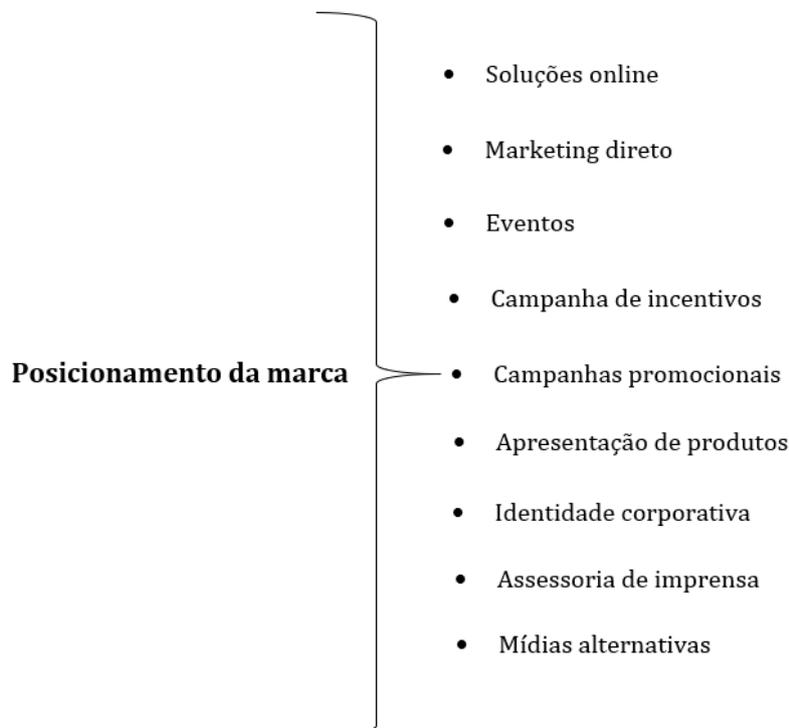


Figura 2 - Posicionamento da marca

## Análise e Diagnóstico

### 4. Fundamentação Projetual

#### 4.1. Postura

*“Corpo bonito nem sempre é saudável, mas um corpo saudável é sempre bonito.”*

Cirurgião Plástico, Gustavo Aquino

Todas as partes do corpo estão interligadas, portanto, se não se adota uma postura adequada ao trabalhar, estudar ou realizar atividades do quotidiano, todo o corpo poderá ser afetado.

As posturas incorretas contrariam o equilíbrio corporal e, representam um dos principais fatores de risco das doenças que, afetam a coluna: possivelmente uma das principais causas de incapacidade física em Portugal.

Na área da saúde, o profissional que mais trabalha com os distúrbios posturais que acometem a população no mundo inteiro, dotado de técnicas e aprendizagens específicas e contando com a ajuda do vasto conhecimento em anatomia humana, é o fisioterapeuta.

“A maioria das pessoas tem uma consciência corporal errada», afirma Raquel Silva, fisioterapeuta na clínica Fisioterapia, Estética e Médica (FEM), em Mafra, alertando que «é fundamental corrigir as posturas incorretas para promover o bem-estar e prevenir problemas que podem desenvolver uma dor crónica e incapacitante». No dia-a-dia, pode até parecer insignificante, mas «a postura corporal tem uma importância extrema para a nossa saúde», sublinha a fisioterapeuta Raquel Silva.

A postura do corpo não é importante apenas para a aparência física, mas também desempenha um papel significativo na saúde.

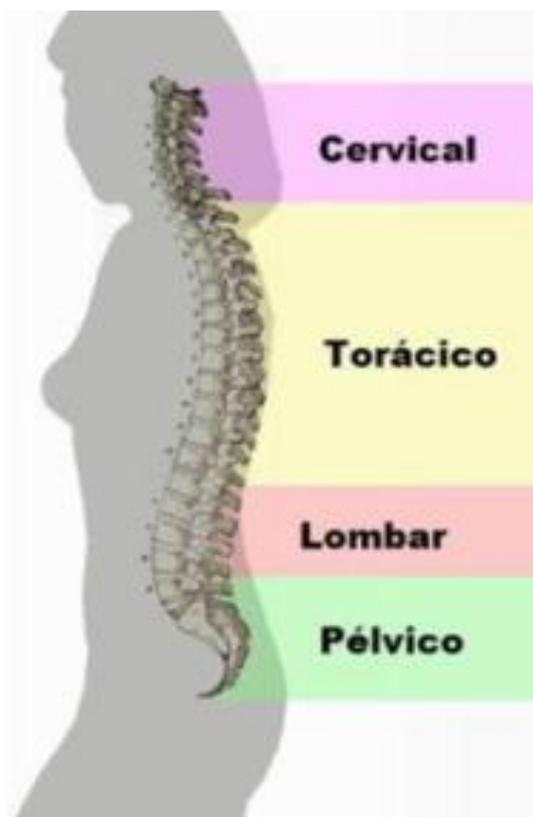
Esteticamente, a má postura cria uma “corcunda” nas costas e pode fazer com que os músculos abdominais se soltem e, dessa forma, originem o que a maioria conhece como “pança” ou “barriga”.

Na saúde, uma má postura pode criar transtornos físicos graves que, por não receberem a devida atenção, podem afetar a qualidade de vida.

Na postura padrão, a coluna é composta por quatro curvaturas (regiões cervical, torácica, lombar e pélvica) que se distribuem de forma ideal para sustentar o peso, permitir a locomoção e o bom funcionamento dos órgãos respiratórios, equilibrar a cabeça e proteger a medula espinal.

A postura correta é quando o eixo da coluna vertebral se encontra em harmonia com o corpo, permitindo assim, que a coluna exerça as suas funções com a máxima eficácia.

Contudo, o desvio da coluna é uma alteração que ocorre no alinhamento da coluna vertebral, e que, dessa forma, provoca um esforço e uma sobrecarga maior sobre as articulações, o que altera a eficiência das funções.



**Figura 3** - Composição da coluna

A qualidade de vida está relacionada com a postura. A postura ereta foi o elemento principal da humanização. O homem locomovendo-se como bípede teve suas mãos livres e aprendeu a dominar técnicas para interferir no meio em que vivia. Apoiando-se nos pés, o homem podia ver melhor os seus predadores.

Uma postura incorreta seria inclinada num ângulo de mais de 25 graus. Sendo assim, prejudicando sua integridade e podendo causar problemas e doenças no seu futuro mais próximo.

Pode-se não imaginar, mas a má postura pode causar dores, desconforto e até incapacidade de movimentos. Por isso, é importante ter cuidados de postura desde cedo.

Existem dois tipos de postura: a estática e a dinâmica. A primeira diz respeito a um bom arranjo das partes do corpo numa posição parada, sentada, deitada ou noutra posição com ausência de movimentos; a segunda é em movimento.

Muitos são os fatores externos que influenciam este equilíbrio do sistema musculoesquelético, tais como: o tipo de atividade física, o mobiliário que utilizamos, e até a temperatura do meio ambiente. Na escola, esses fatores estão muito presentes no dia-a-dia, como o facto dos alunos ficarem, por muito tempo, sentados numa mesma posição.

Por mais que sejamos impactados diariamente com panfletos e notícias sobre a postura correta, dificilmente acatamos os conselhos e orientações descritas nesses meios. Porém, grande parte das pessoas só recebe a informação de como se comportar, mas não entendem ao certo os motivos pelos quais é importante adotar certas posturas no ambiente de trabalho.

A verdade é que todas as pessoas devem adotar a postura correta em qualquer sítio. Porém, segundo o Editor Médico Paulo Henrique M. Caproni, na redação *Minuto Saudável*, “*Os problemas posturais têm atingido principalmente pessoas que passam muitas horas sentadas no trabalho, ou adolescentes e crianças que dificilmente se importam em sentar da forma correta. É importante ressaltar que até mesmo o excesso de peso em mochilas e bolsas pode ser prejudicial à saúde da coluna*”.

Por isso, um bom profissional de saúde precisa alertar os seus pacientes dos riscos que corre em ficar tantas horas numa postura incorreta no trabalho, além de mostrar que, ao chegar em casa, essa situação tende a intensificar-se ainda mais, devido ao relaxamento com que esta fica.

Tendo a noção de que passamos a maior parte dos nossos dias dentro das empresas/escolas, podemos constatar que os riscos de se contrair problemas no corpo são muito grandes se as precauções corretas não forem tomadas.

Exercício físico e procurar manter sempre a postura correta são maneiras que podem evitar, ou reduzir esses desvios, sendo que, quanto mais nova a pessoa se tratar, maior será a probabilidade de correção.

## 4.1.2 Cifose

Segundo a página Website *Minuto Saudável*, por toda a extensão da coluna vertebral existem curvaturas, conhecidas por lordose, nas regiões cervical e lombar, e cifose.

As curvaturas da coluna são definidas durante o crescimento de uma pessoa, variando sua amplitude de indivíduo para indivíduo.

A cifose é o aumento do ângulo de uma das curvaturas primárias fisiológicas da coluna e ocorre na região do tórax, fazendo com que a parte superior das costas pareça mais arredondada que o normal: considerada a famosa “corcunda”.

Esta é desenvolvida na fase embrionária do indivíduo, que pode sofrer deformações devido à má postura, gerando a hipercifose, uma patologia considerada típica de pessoas introspectivas, que geralmente se desenvolve durante a adolescência, devido aos hábitos do jovem sentar-se, andar e realizar atividades, tais como carregar peso, de forma incorreta.

Isso ocorre porque a postura incorreta causa uma curvatura acentuada na coluna, deixando o indivíduo com os ombros projetados para frente e o dorso arredondado.

O indivíduo com hipercifose possui um arqueamento das costas, que surge gradativamente, com ou sem dor, fadiga, sensibilidade e rigidez da coluna vertebral. A hipercifose torna os músculos da região torácica fortes e curtos, o que ocasiona o surgimento da corcunda.

Também, no trabalho, ou na escola, estar durante muitas horas sentado, de forma irregular, faz com que a doença seja desenvolvida, causando dores e desconfortos.

Contudo, uma cifose postural pode, ao longo do tempo, tornar-se estrutural (as vértebras e a coluna sofreram deformações na formação de sua estrutura).

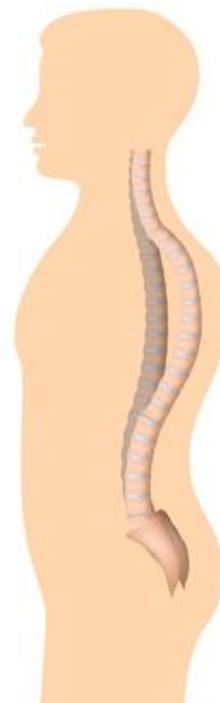


Figura 4- Cifose. Ilustração: Alila Medical Media / Shutterstock.com

### 4.1.3 Coletes Corretores Posturais

Os coletes ortopédicos são fabricados num tecido elástico com duas faixas que se prolongam sobre os ombros, passando pela zona axilar e que se cruzam na zona posterior, para serem unidas na zona anterior, através de velcro.

Segundo a página online *Ortopedia Universo Sênior*, “Existem vários modelos deste artigo, no entanto, o princípio de ação é comum a todos. Estes são concebidos de modo a providenciar a retropulsão dos ombros, de forma a reposicionar a coluna vertebral num alinhamento o mais correto possível”.



**Figura 5** -Colete corretor postural cor de pele



**Figura 6** -Colete corretor postural preto



**Figura 7** -Colete corretor postural branco

Tipos de cuidados a ter:

O colete, geralmente, não deve de ser utilizado mais do que 3 a 4 horas por dia, uma vez que o seu objetivo passa pela reeducação postural e uma utilização prolongada seria prejudicial, pois poderia conduzir a atrofia muscular.

Situações em que pode ser utilizado:

- Dorsalgia
- Reeducação Postural
- Tratamento de fraturas de clavícula

As pessoas que têm a necessidade de os usar, devido á sua postura incorreta, enfrentam alguns dilemas no dia-a-dia.

Existe alguma relutância na utilização destes coletes posturais, principalmente em dias mais quentes, pois os utilizadores têm de vestir uma camada de roupa para esconder o produto.

Com este projeto pretende-se apresentar uma coleção “cápsula” de vestuário fresco, de Verão, inspirado nos dias quentes desta estação, para os utilizadores poderem

usar o colete sem passar as dificuldades de o esconder com peças mais quentes e cobertas.

## 4.2 Síntese de ideias

Este projeto inicia-se pela definição do conceito, que é baseado na necessidade, e dificuldade, que os utentes dos coletes corretores de postura sentem no seu dia-a-dia.

No quotidiano, a estética é um fator cada vez mais significativo para a maioria da população, e com este conceito de função-estética, pretende-se unir a utilidade, o conforto e a necessidade à estética e à atração visual do produto.

Esta criação tem como intenção prender o consumidor através de uma ideia, a um nível que transcenda o modo mais comum.

Sendo uma peça inexistente no mercado, pretende-se, com este projeto original, alargar a gama de opções dos utentes dos coletes corretores posturais, tornando este público o público-alvo deste produto - forros removíveis. Estes forros que trazem uma diversidade de escolha para o utente no seu dia-a-dia.

Dentro de todos os elementos temos um elemento em comum, a cor. Na seleção das cores existe uma maior atenção e consideração pelo sentimento que as cores transmitem ao público final. Existe o cuidado de transmitir uma associação entre as cores e a estação do ano para qual a coleção “(Com)Postura” é criada. Pretendendo, assim, transportar o utilizador da peça para um mundo de frescura, leveza, feminilidade e felicidade, sentimentos estes provocados pelos tons, padrões, estampados e pelos cortes dos vestidos criados juntamente com a gama de forros.

## 4.3 Estratégia de Comunicação da Marca

Uma estratégia de comunicação é crucial para a criação de uma marca forte, e é um investimento a longo prazo. Há uma variedade de canais de comunicação para escolher e, a seleção dos mais corretos é tão importante quanto o conceito da marca.

Para esse efeito, é necessário fazer uma pesquisa, um estudo e uma análise de todas as variantes que constituem a marca, tais como:

1. Público-alvo
  - Dirigida ao sexo feminino/utente dos coletes posturais
  - Idades compreendidas entre os 15 e os 45
  
2. Objetivos
  - Alargar as opções de vestuário dos utentes dos corretores posturais
  - Ganhar notoriedade no mercado
  - Demonstrar as vantagens do produto
  - Aumentar o conforto dos utentes
  
3. Comunicação
  - Marketing direto (apresentação do produto e marca ao potencial cliente)
  - Medias digitais (Website)

## Conceção e Desenvolvimento

### 5. Conceito

“(Com)Postura” não é apenas uma coleção de Primavera/Verão, inspirada na brisa das estações, nos tons e nas cores que nestas comparecem, na alegria de ver um raio de sol a trespassar a janela do quarto, “(Com)Postura” é também o nome da marca. Marca esta que tem como intuito e inspiração facilitar a vida, o quotidiano, dos utilizadores dos coletes corretores posturais.

Com a criação destes produtos, os utentes que possuem um mau posicionamento postural, podem deixar de usar camisolas sobre camisolas, podendo finalmente deixar de esconder o seu colete, ou por vergonha, ou por simplesmente não ser um produto esteticamente atrativo, porque esta marca veio trazer a solução para esses fatores.

Esta marca, que pretende lançar a coleção *Spring/Summer 2019*, criou nesta coleção cápsula, de nome igual á marca, não só uma gama de forros divertidos que revestem os coletes posturais, como também, vestidos que condizem e interligam com os forros.

Contudo, a coleção “(Com)Postura” contém, também, peças de roupa que cobrem parte do colete ou até mesmo por inteiro, a gosto do cliente.

Estes forros são removíveis, podendo obter uma diversidade destes produtos e trocá-los conforme o pretendido e escolhido. Sendo os coletes separados das peças de roupa, os utentes podem retirar o colete conforme o desejado, pois a maioria das peças estão desenhadas para salientar o colete, mas não perdem a função de utilidade quando este é retirado.

## 6. Conceção do Projeto

### 6.1 Esboços

Como em qualquer outro trabalho prático, o início da sua concretização contém sempre a exploração de opções para o desenvolvimento do design do produto.

Nesta Unidade Curricular, modelagem foi uma das modalidades que mais contribuiu para o esclarecimento e desenvolvimento do projeto.

Deste modo, iniciou-se a construção da peça através da utilização do molde base do corpo sem pinças e do molde base do vestido sem pinças, ambos em tamanho 36. Em seguida, procederam-se a alterações específicas ao nível da estrutura da peça, de forma a atingir o resultado pretendido.

Através da prototipagem de 2 peças de vestuário com os coletes introduzidos, e baseada no atendimento dos requisitos definidos, foi permitida a descoberta de falhas nos resultados obtidos. Desta forma, uma vez que os protótipos simularam a aparência e a funcionalidade do produto pretendido, todos os presentes perceberam os requisitos do produto final, podendo interagir, avaliar, alterar e aprovar as características mais marcantes do produto têxtil.

Optou-se, inicialmente, por explorar a forma do colete corretor postural e o seu material, de forma a conseguir planejar a forma de envolvimento do tecido no colete e o seu modo de fechamento.

Inicialmente, este projeto tinha como intuito a criação de uma peça de roupa onde fosse possível incluir o colete postural, através de vistas fechadas com velcro, podendo assim serem abertas e fechadas.

Contudo, esta forma de chegar ao objetivo pretendido não foi a melhor e acabou por ser uma tentativa-erro.



Figura 8 - Esboço 1º coordenado



Figura 9 - Esboço 2º coordenado



Figura 10 - Esboço 3º coordenado



Figura 11 - Esboço 4º coordenado



Figura 12 - Esboço da peça pretendida, inicialmente, como final

## 6.2. Conceção de Prototipagem



Figura 13 - Protótipo da peça, tentativa-erro



Figura 14 - Protótipo da peça, tentativa-erro. Cava esquerda



Figura 15 - Protótipo da peça, tentativa-erro, avesso da peça.

Após a percepção do erro, tomou-se outro rumo. Este que foi a confecção de uma espécie de forro para revestir o colete, se possível de forma removível.



**Figura 16** - Protótipo do forro final



**Figura 17** - Protótipo do forro final



**Figura 18** - Protótipo do forro final colocado no manequim

### 6.3 Produto e peça de vestuário final

Com a prototipagem feita, percebeu-se que finalmente encontrou-se a melhor forma para alcançar o objetivo da marca pretendido.



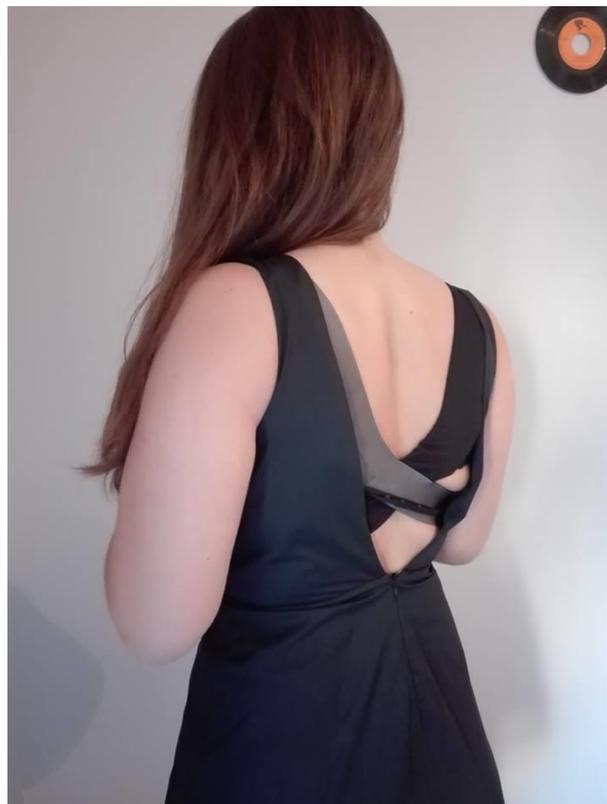
Figura 19 - Produto final, forro removível por molas de pressão



Figura 20 - Produto final, forro translúcido removível por molas de pressão



**Figura 21** - Produto final 2, forro removível por molas de pressão, tecido opaco e translúcido



**Figura 22** - Peça de Vestuário final, vestido que harmonia com o colete

## 7. Desenvolvimento do Produto

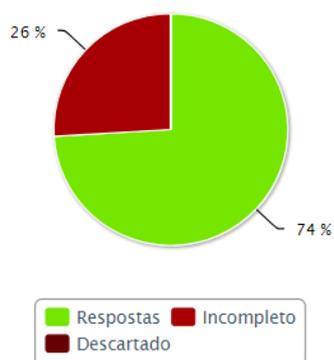
### 7.1 Inquérito

Para este projeto obter uma maior credibilidade e conhecimento foi realizado um breve inquérito sobre a postura corporal.

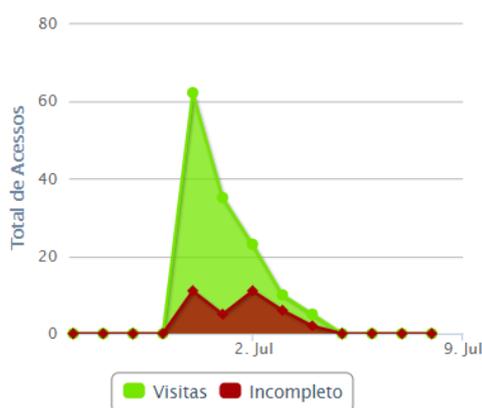
Obtendo respostas de 100 pessoas, de idades diferentes e géneros diferentes, realizou-se as percentagens da conclusão do questionário efetuado.

## ■ Visitas do Inquérito 100

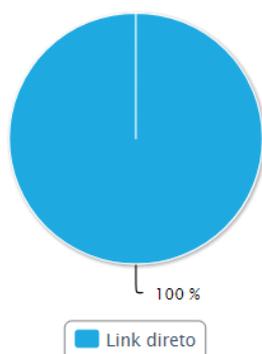
Total de Acessos



Visitar História



Visitar Fontes



O tempo médio de realização

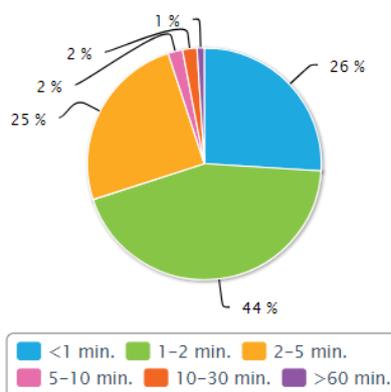


Figura 23 - Imagem dos gráficos do inquérito concretizado online

### 1. Género

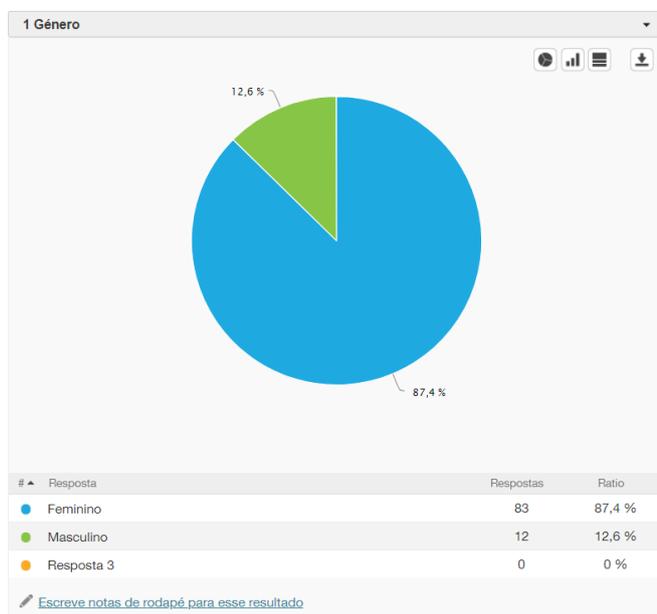


Figura 24 - Imagem dos gráficos do inquérito concretizado online

### 2. Idade

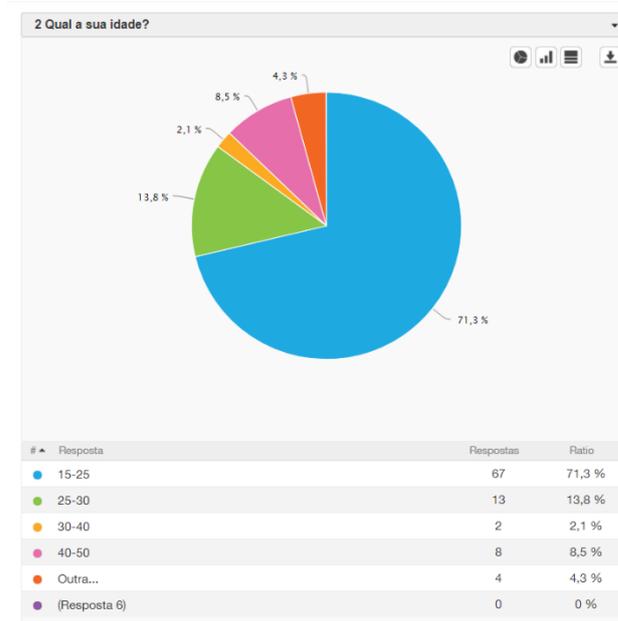


Figura 25 - Imagem dos gráficos do inquérito concretizado online

### 3. Postura Correta/Incorreta

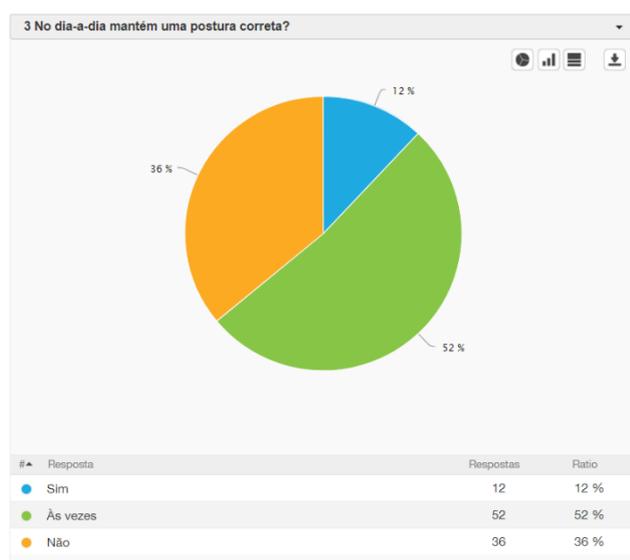


Figura 26 - Imagem dos gráficos do inquérito concretizado online

### 4. Preocupação Postura

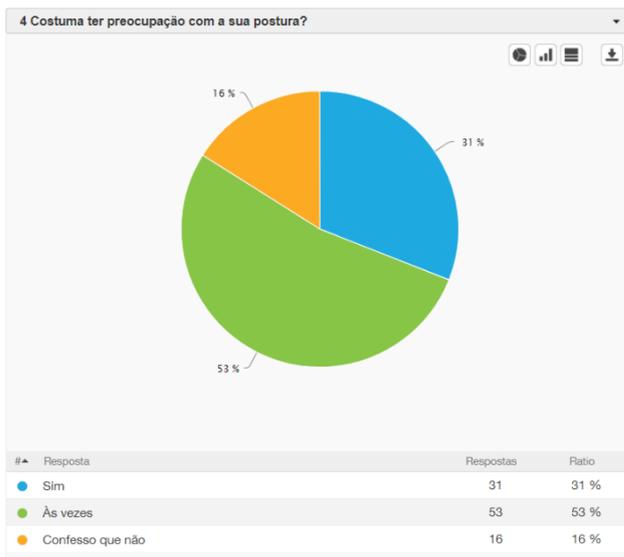


Figura 27 - Imagem dos gráficos do inquérito concretizado online

## 5. Influência da “corcunda” quotidiano

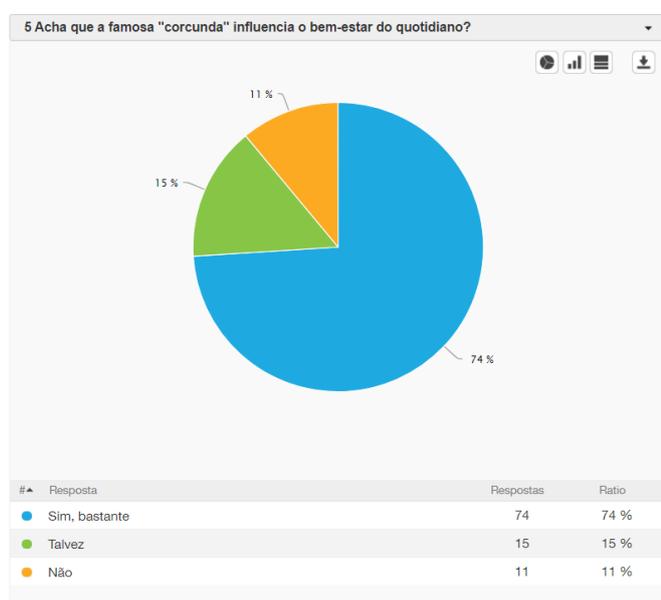


Figura 28 - Imagem dos gráficos do inquérito concretizado online

## 6. Conhecimento Colete

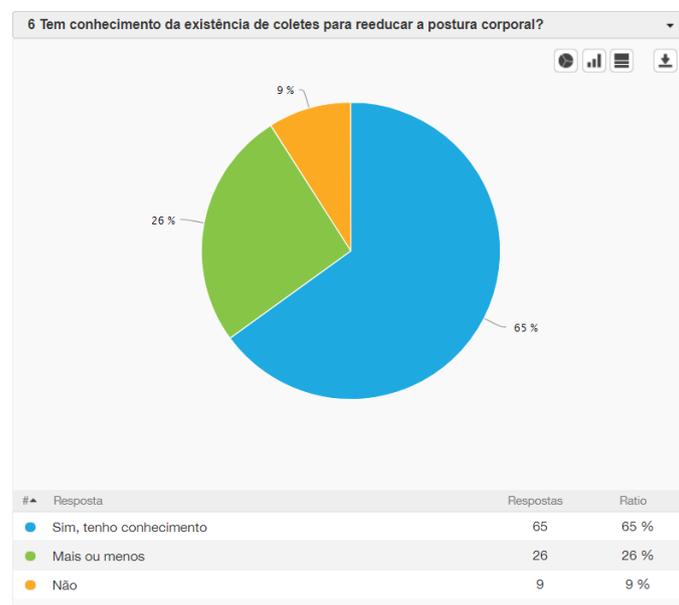


Figura 29 - Imagem dos gráficos do inquérito concretizado online

## 7. Conhecimento sobre o colete

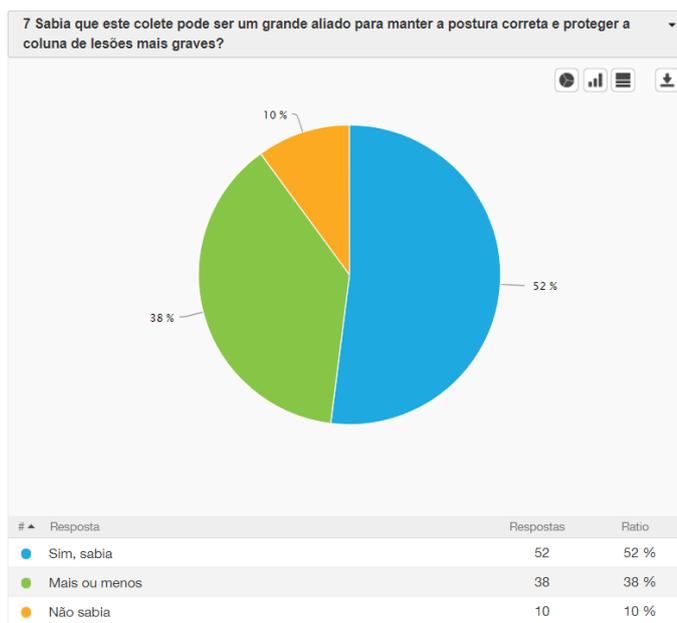


Figura 30 - Imagem dos gráficos do inquérito concretizado online

## 8. Utiliza/não utiliza o colete

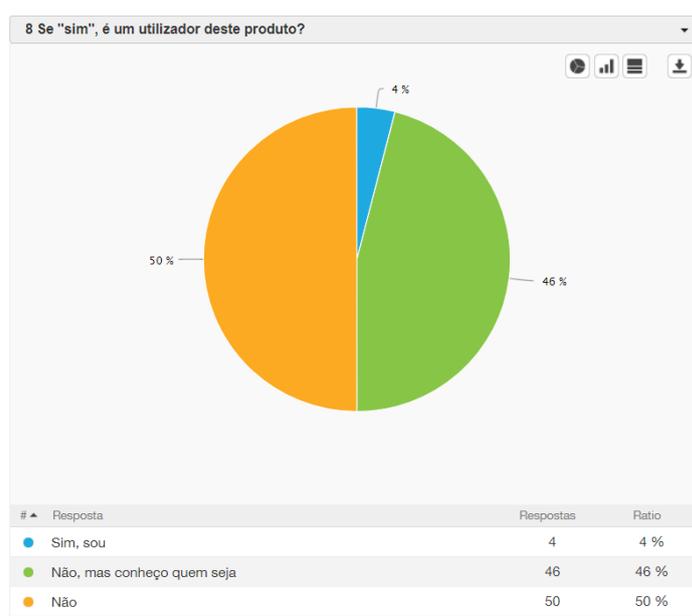


Figura 31 - Imagem dos gráficos do inquérito concretizado online

## 9. Opinião sobre a peça

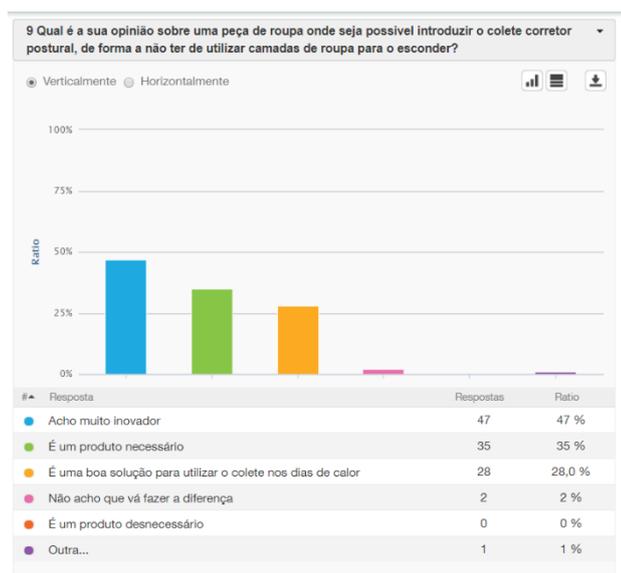


Figura 32 - Imagem dos gráficos do inquérito concretizado online

## 10. Utilização da peça

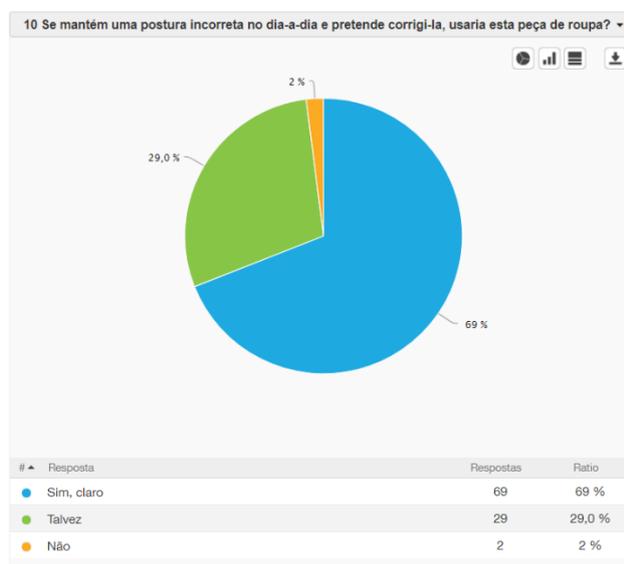


Figura 33 - Imagem dos gráficos do inquérito concretizado online

Este inquérito transmite a informação da existência de uma percentagem considerável de pessoas que adotam uma má postura corporal.

## 7. 2 Processo Criativo

### Moodboard

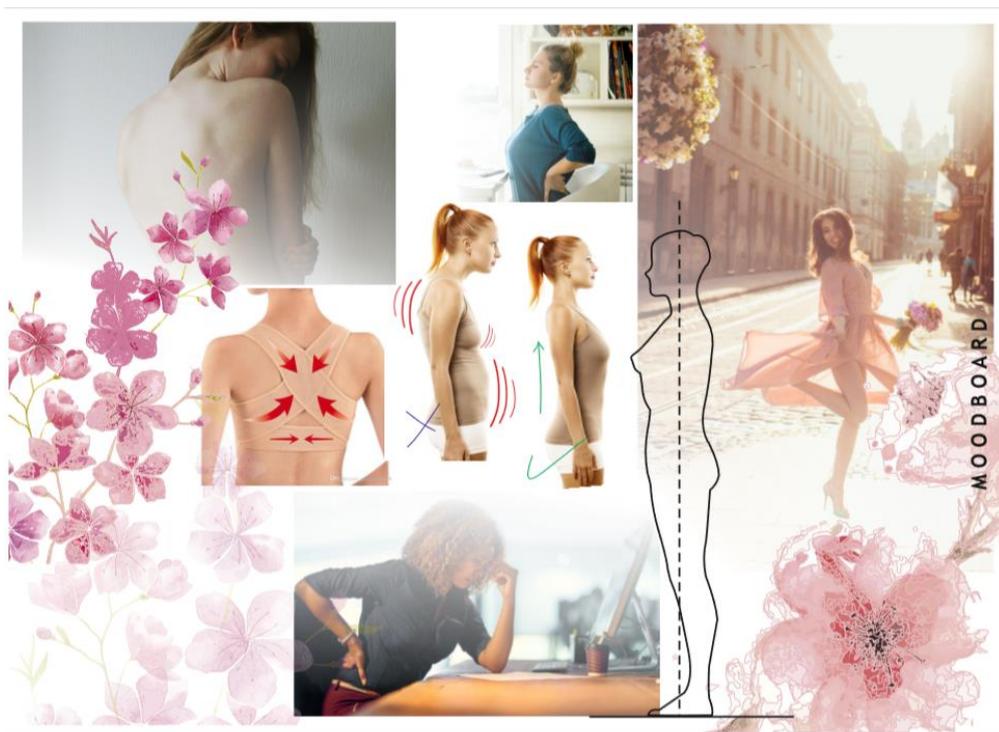


Figura 34 - Painel do conceito

### Público-Alvo



Figura 35 - Painel do público-alvo

## Painel de Tendências

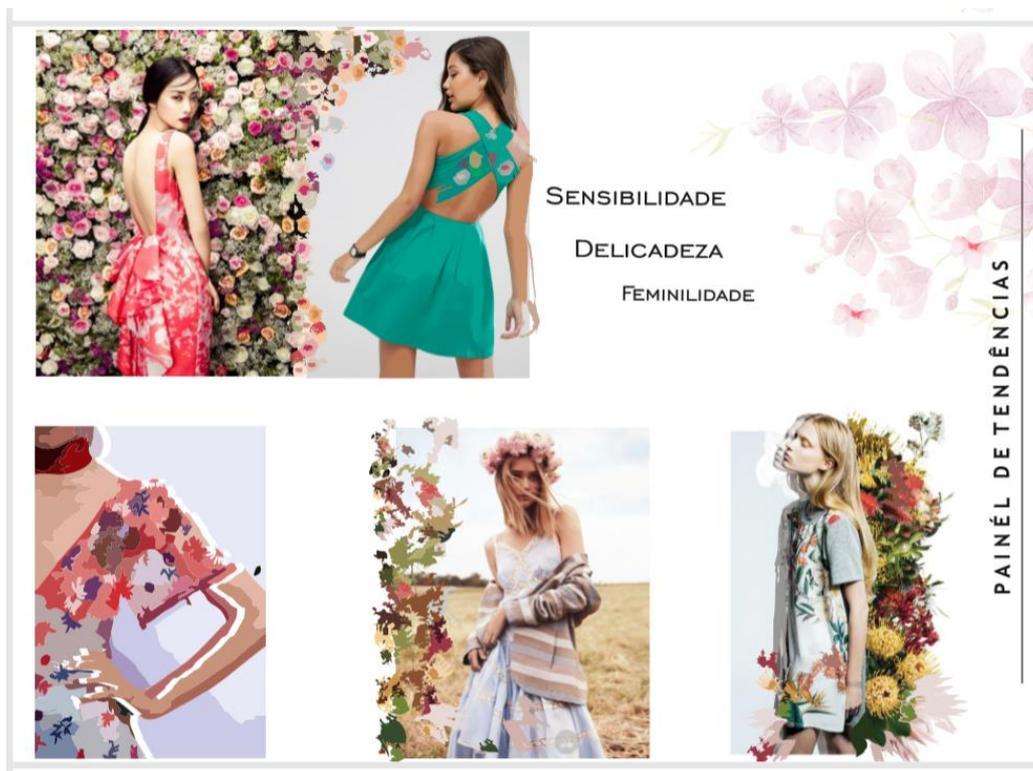


Figura 36 - Painel de tendências

## Pantone

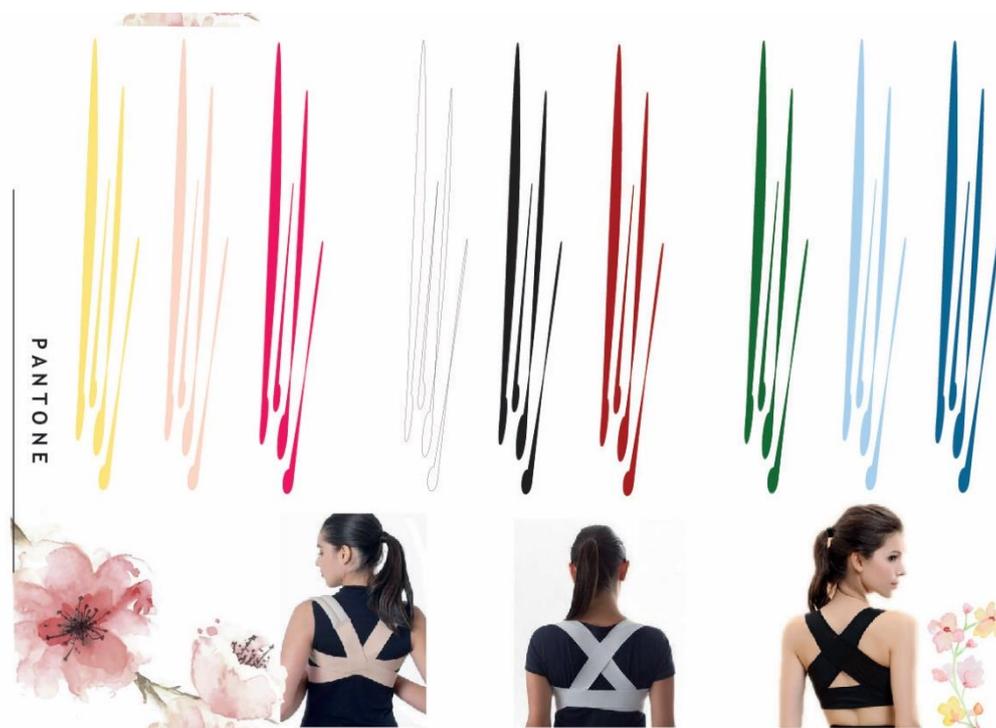


Figura 37 - Painel das cores

## Painel de Materiais



Figura 38 - Painel de materiais

## 7.3 Produção da Peça de Vestuário

### 7.3.1 Ilustrações Coleção “(Com)Postura”



Figura 39 - Ilustração coordenado 1



Figura 40 - Ilustração coordenado 2 - Vestido confeccionado



Figura 41 - Ilustração coordenado 3



Figura 42 - Ilustração coordenado 4



Figura 43 - Ilustração coordenado 5



Figura 44 - Ilustração coordenado 6, peça que cobre parte frontal do colete

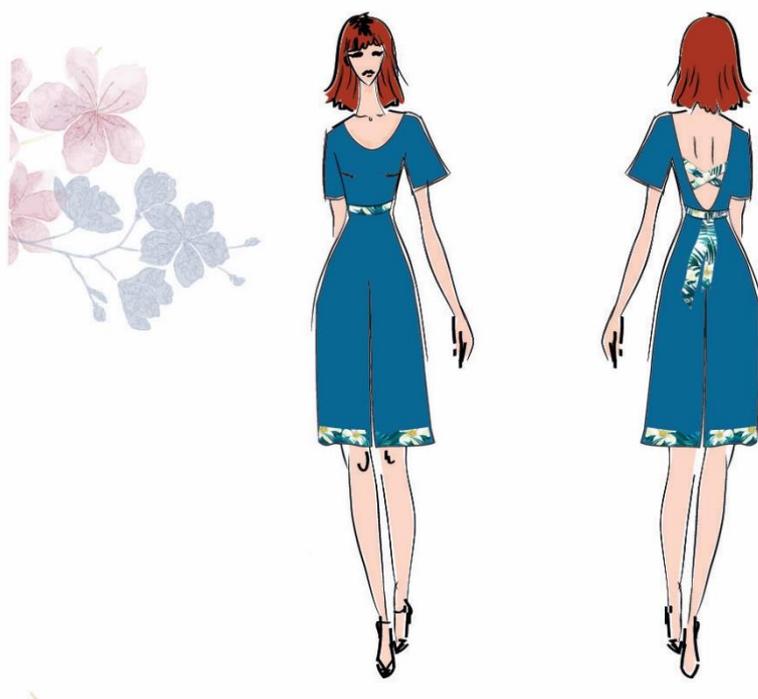


Figura 45 - Ilustração coordenado 7, peça que cobre a parte frontal do colete



Figura 46 - Ilustração coordenado 8, peça que cobre totalmente o colete



Figura 47- Ilustração coordenado 9, total cobrimento do colete

### 7.3.2

## Fichas Técnicas

| Ficha Técnica de Produção   |  |   |  |
|---|--|---|--|
|    | Designer: Inês Rodrigues Gonçalves   | Data: 27 junho 2018   |  |
|   | Sexo: Feminino   | Tamanho: 36   |  |
|   | Referência: 01   | Quantidade: 1 peça  |  |
|   | Coloção: Primavera/Verão   | Memória Descritiva: Vestido composto de casaco com decote em "V", Costas abertas e de costas estampado floral. Faixa na frente esquerda e fecho invisível na lateral. |  |
|   | Frente<br> | Designo Técnico<br>   | Costas<br> |
| Tecido:<br>FORNECEDOR: TECIDOS CASTELO<br>PREÇO: 1,0€/METRO<br>COR: ROSA CLARO<br>AVANÇADOS: FECHO INVISÍVEL COR DE ROSA - 0,75€ - 25CM |  |   |  |
| Pontos: Ponto 104<br>Ponto 400<br>Ponto 300   |  | Costuras: Costura simples<br>Costuras: Costura e costura  | Condições:<br>Intenções de Lavagem:  |

Figura 48 - ficha técnica coordenado 1

| Ficha Técnica de Produção   |   |   |   |
|---|---|---|---|
|    | Designer: Inês Gonçalves  | Data: 30 Agosto 2018  |   |
|   | Sexo: Feminino  | Tamanho: 36   |   |
|   | Referência: 02  | Quantidade: 1 peça  |   |
|   | Coloção: Primavera/Verão  | Memória Descritiva: Forro removível com velcro. Tecido estampado com padrão floral. |   |
|  | Designo Técnico<br> |   | Tecido:<br>FORRO: MALHA<br>FORNECEDOR:<br>PREÇO: 1,2€/METRO<br>COR: PRETO ESTAMPADO FLORAL<br>AVANÇADOS: VELCRO<br>COR: PRETO<br>PREÇO: |
| Pontos: Ponto 400<br>Ponto 300  |   | Costuras: Costura simples   | Condições:<br>Intenções de Lavagem:   |

Figura 49 - ficha técnica forro coordenado 1

| Ficha Técnica de Produção  |   |  |   |
|--|---|--|---|
|   | Designer: Inês Gonçalves  | Data: 30 Agosto 2018   |   |
|  | Sexo: Feminino  | Tamanho: 36  |   |
|  | Referência: 02  | Quantidade: 1 peça   |   |
|  | Coloção: Primavera/Verão  | Memória Descritiva: Vestido com busto de comprimento até ao peito, manga curta e decote em V. Decote largo nas costas e fecho na lateral esquerda. Preço no preço para um maior detalhe do tipo de tecido. |   |
|   | Frente<br> | Designo Técnico<br>   | Costas<br> |
| Tecido:<br>FORNECEDOR: TECIDOS CASTELO<br>PREÇO: 1,0€/METRO<br>COR: AMARELO<br>AVANÇADOS: FECHO INVISÍVEL AMARELO - 0,75€ - 25CM |   |  |   |
| Pontos: Ponto 104<br>Ponto 400<br>Ponto 300  |   | Costuras: Costura simples<br>Costuras: Costura e costura   | Condições:<br>Intenções de Lavagem:   |

Figura 50 - ficha técnica coordenado 2

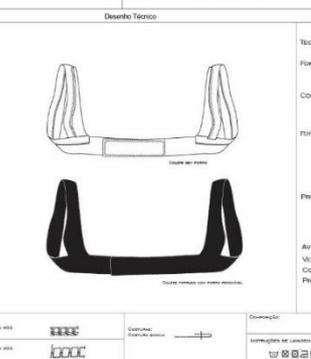
| Ficha Técnica de Produção  |  |   |  |
|--|--|---|--|
|   | Designer: Inês Gonçalves   | Data: 30 Agosto 2018                            |  |
|  | Sexo: Feminino   | Tamanho: 36                                     |  |
|  | Referência: 02   | Quantidade: 1 peça                              |  |
|  | Coloção: Primavera/Verão   | Memória Descritiva: Forro removível com velcro. |  |
|  | Designo Técnico<br> |   | Tecido:<br>FORRO: MALHA<br>COR: PRETO<br>FORNECEDOR:<br>PREÇO: 1,2€/METRO<br>AVANÇADOS: VELCRO<br>COR: PRETO<br>PREÇO: |
| Pontos: Ponto 400<br>Ponto 300   |  | Costuras: Costura simples                       | Condições:<br>Intenções de Lavagem:  |

Figura 51 - ficha técnica forro coordenado 2

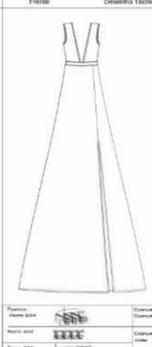
| Ficha Técnica de Produção  |   |   |   |
|--|---|---|---|
|   | Designer: Inês Rodrigues Gonçalves  | Data: 30 Agosto 2018  |   |
|  | Sexo: Feminino  | Tamanho: 36   |   |
|  | Referência: 01  | Quantidade: 1 peça  |   |
|  | Coloção: Primavera/Verão  | Memória Descritiva: Vestido composto de casaco com decote em "V", Costas abertas e de costas estampado floral. Faixa na frente esquerda e fecho invisível na lateral. |   |
|   | Frente<br> | Designo Técnico<br>  | Costas<br> |
| Tecido:<br>FORNECEDOR: TECIDOS CASTELO<br>PREÇO: 1,0€/METRO<br>COR: BRANCO FURGIA<br>AVANÇADOS: FECHO INVISÍVEL COR DE ROSA - 0,75€ - 25CM |   |   |   |
| Pontos: Ponto 104<br>Ponto 400<br>Ponto 300  |   | Costuras: Costura simples<br>Costuras: Costura e costura  | Condições:<br>Intenções de Lavagem:   |

Figura 52 - ficha técnica coordenado 3

| Ficha Técnica de Produção  |  |   |   |
|--|--|---|---|
|   | Designer: Inês Gonçalves   | Data: 30 Agosto 2018  |   |
|  | Sexo: Feminino   | Tamanho: 36   |   |
|  | Referência: 02   | Quantidade: 1 peça  |   |
|  | Coloção: Primavera/Verão   | Memória Descritiva: Forro removível com velcro. Tecido estampado com padrão floral. |   |
|  | Designo Técnico<br> |   | Tecido:<br>FORRO: MALHA<br>FORNECEDOR:<br>PREÇO: 1,2€/METRO<br>COR: PRETO ESTAMPADO FLORAL<br>AVANÇADOS: VELCRO<br>COR: PRETO<br>PREÇO: |
| Pontos: Ponto 400<br>Ponto 300   |  | Costuras: Costura simples   | Condições:<br>Intenções de Lavagem:   |

Figura 53 - ficha técnica forro coordenado 3



Ficha Técnica de Produção

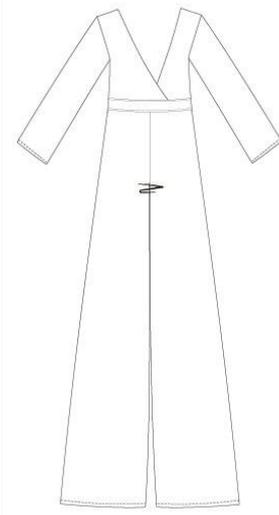
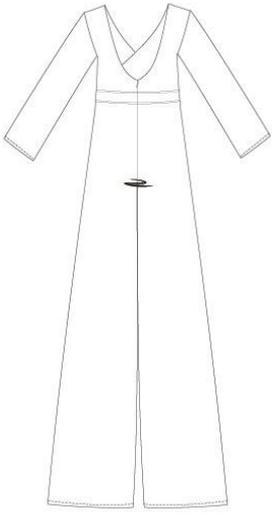
|  |   |   |  |   |
|--|---|---|--|---|
|   | <b>Designer:</b> Inês Gonçalves   | <b>Data:</b> 27 agosto 2018   |  |   |
|  | <b>Sexo:</b> Feminino   | <b>Tamanho:</b> 36  |  |   |
|  | <b>Referência:</b> 09   | <b>Quantidade:</b> 1 peça   |  |   |
|  | <b>Coleção:</b> Primavera/Verão   | <b>Memória Descritiva:</b> Macacão de calça comprida com decote fundo trespassado. Manga comprida e costas decote em "U". Peça criada para cobrir o colete na zona frontal e cavas. |  |   |
| <b>Ilustração</b>  | <b>Frente</b>   | <b>Desenho Técnico</b>  | <b>Costas</b>  | <b>TECID:</b><br>CAMBRAIA<br>ESPAMPADO FLORAL<br><br><b>FORNECEDOR:</b><br>TECIDOS CASTELO<br><br><b>PREÇO:</b> 1 OÉ/METRO<br><br><b>COR:</b> BRANCO<br><br><b>AVIAMENTOS:</b><br>FECHO INVISÍVEL<br>BRANCO - 0,75€<br>- 25CM |
|  |    |   |    |   |
| PONTOS:<br>PONTO 504   |   | COSTURAS:<br>COSTURA BARRA  |   | COMPOSIÇÃO:   |
| PONTO 402  |  | COSTURA CORTE E<br>CORDE  |  | INSTRUÇÕES DE LAVAGEM:  |
| PONTO 302  |  |   |  |    |

Figura 60 - ficha técnica coordenado 9

## 7.4. Orçamentação

Tabela 1 - Orçamentação (custo preço/hora e Custo Projeto)

| Calculo do preço/hora |       |                    | Calculo do custo Projeto      |                |
|-----------------------|-------|--------------------|-------------------------------|----------------|
|                       | 400   | seguros            | Atividades                    | horas          |
|                       | 600   | deslocações        | Pesquisa                      | 50             |
|                       | 8400  | remuneração mensal | Painéis/temas/paletas         | 25             |
|                       | 23940 | impostos           | Escolha de materiais          | 8              |
|                       | 600   | Luz                | Esboços                       | 10             |
|                       | 480   | comunicações       | Ilustrações                   | 30             |
|                       | 240   | agua               | Fichas Técnicas               | 25             |
| total gastos ano      | 34660 |                    | Modelagem                     | 25             |
| horas/dia             | 8     |                    | Simulação tecido de testes    | 25             |
| dias uteis            | 230   |                    | Total de horas de trabalho    | 198            |
| horas/ano             | 1840  |                    | Preço/hora                    | 18,84          |
| Preço/hora            | 18,84 |                    | <b>Semi-total projeto</b>     | <b>3729,72</b> |
|                       |       |                    | Material diverso              | 30             |
|                       |       |                    | Impressão                     | 50             |
|                       |       |                    | Prototipagem                  | 20             |
|                       |       |                    | <b>Semi-Total de Material</b> | <b>100</b>     |
|                       |       |                    | <b>Total do projeto</b>       | <b>3829,72</b> |

| Calculo do custo do produto |                      |
|-----------------------------|----------------------|
| Corte                       | 1                    |
| Confeção                    | 4                    |
| Total horas                 | 5                    |
| Preço/hora                  | 18,84                |
| <b>Semi-total confeção</b>  | <b>94,18</b>         |
| Materias                    | 5                    |
| <b>Preço produção</b>       | <b>99,18</b>         |
| <b>Lucro</b>                | <b>30,00</b>         |
| <b>Preço final</b>          | <b>129,18</b>        |
|                             |                      |
| <b>Amortização Projeto</b>  | <b>Projeto/Lucro</b> |
| <b>Numero de artigos</b>    | <b>127,66</b>        |

Tabela 2 - Orçamentação (Cálculo do custo do produto)

## Conclusão

Com a realização deste projeto, concluiu-se que, após várias tentativas e erros, não se alcançou o objetivo da forma pretendida inicialmente, pelo que, através da metodologia de experimentação, surgiram alternativas viáveis, de forma a alcançar o objetivo proposto.

Uma das causas que inviabilizaram o conceito projetado foi a matéria prima, inadequada ao propósito da peça de vestuário, pois esta não possuía elasticidade suficiente, que pudesse permitir a mobilidade e o conforto necessários. 2

Desta forma, a alternativa apresentada é a utilização de um tecido que possua na sua composição fibrosa um mínimo de 5% de elastano.

Outro motivo que contribuiu para a não concretização da meta apresentada foi o défice de vestibilidade e praticidade. Posto isto, a solução final passou por apresentar uma gama de forros com diferentes cores e estampados, removíveis, que, através de determinados aviamentos, como velcro ou molas de pressão, permitiram retirar e colocar o forro, conforme o desejado. Estes têm a função de revestir os elásticos do colete.

Em suma, através do inquérito e da pesquisa, ambos realizados no âmbito da Unidade Curricular de Projeto, foi possível concluir que uma grande parte da população possui uma postura corporal inadequada.

## Webgrafia

<https://www.cirurgiadacoluna.com.br/cifose>

[http://www.gestaoescolar.diaadia.pr.gov.br/arquivos/File/producoes\\_pde/md\\_reginal  
do\\_dimas\\_raimundo\\_longo.pdf](http://www.gestaoescolar.diaadia.pr.gov.br/arquivos/File/producoes_pde/md_reginal_do_dimas_raimundo_longo.pdf)

<http://educaterra.terra.com.br/educacao/voltasaulas/ajuda2.htm>

[http://pt-br.infomedica.wikia.com/wiki/Desvios de Coluna](http://pt-br.infomedica.wikia.com/wiki/Desvios_de_Coluna)

<http://medical-dictionary.thefreedictionary.com/kyphosis>

<https://osegredo.com.br/ma-postura-e-suas-consequencias-para-saude/>

[http://fisionet.com.br/biblioteca/dor-lombar-pacientes-estao-recebendo-tratamento-  
errado](http://fisionet.com.br/biblioteca/dor-lombar-pacientes-estao-recebendo-tratamento-errado)

<https://minutosaudavel.com.br/problemas-de-saude-causados-pela-ma-postura/>

## Anexos

## Esboços



