



# Simpósio de Integração Acadêmica

## “Ciências Básicas para o Desenvolvimento Sustentável”

SIA UFV 2023



### PROJETO CAFÉ COM BORDADO: TECENDO A ARTE DO BEM COMUM



Vidal, R. V. UFV/CRP. E-mail: rayane.vidal@ufv.br

Gomes, K. O. UFV/CRP. E-mail: karine.gomes@ufv.br

Dias, M. L. Companhia de Saneamento de Minas Gerais. E-mail: martaluizadiaz@gmail.com

Marques, G. S. Prefeitura Municipal de Patos de Minas. E-mail: geizecallas@yahoo.com.br

Ansiedade, Educação popular, Participação social  
Saúde coletiva - Ciências biológicas e da saúde - Extensão

#### Introdução

A produção artística através do bordado está associada a uma diminuição da ansiedade, tendo em vista que a atenção é voltada para a liberdade de escolher um desenho, montar uma combinação de cores e executar os pontos; desviando assim a atenção de problemas rotineiros que estejam causando a inquietação mental.

#### Objetivos

O objetivo do projeto foi reunir pessoas para praticar a arte de bordar. Entretanto, o projeto vai muito além do simples ato de bordar, ao redor da mesa são trocadas experiências de vida, são feitas reflexões sobre as dificuldades vivenciadas pelos participantes e trabalhando possíveis melhorias. Dessa forma, melhorando o bem estar e qualidade de vida dos participantes.

#### Descrição das Principais Ações

O projeto foi implantado em Rio Paranaíba - MG, em 2020, e contou com o financiamento do Fundo Nacional de Solidariedade, o que viabilizou a aquisição dos materiais necessários como tecido, agulha, tesoura e linhas. Como estávamos no meio da pandemia da COVID 19, os materiais foram organizados em formato de kits e distribuídos aos participantes. Também foi criado um grupo no WhatsApp e um perfil no Instagram (@cafecombordadoufvcrp) para facilitar a comunicação, oferecer suporte e incentivo, esclarecer dúvidas e impulsionar a interação e a troca de saberes entre os participantes. Neste espaço também foram compartilhados vídeos tutoriais sobre vários tipos de pontos de bordado. Em 2022, com o fim do isolamento social, foi possível retomar as atividades no formato presencial e novos participantes foram selecionados. No primeiro encontro os kits foram entregues e os participantes responderam a Escala Generalized Anxiety Disorder (GAD-7) para diagnóstico da ansiedade. Vale destacar que o projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa com Seres Humanos da Universidade Federal de Viçosa (UFV).

#### Apoio financeiro



#### Resultados Alcançados Até o Momento

Ao todo, foram entregues 125 kits de bordados e o principal resultado foi a confecção de uma colcha com os bordados elaborados durante o período de isolamento social. Essa colcha foi exposta no evento de comemoração dos 15 anos do Campus da UFV em Rio Paranaíba (UFV/CRP). A análise da ansiedade revelou que 31,8% dos participantes apresentaram indicadores positivos de sinais e sintomas de transtorno de ansiedade, dos quais 13,6% alcançaram nível moderado e 18,2% nível severo de ansiedade. Foram realizados 4 encontros presenciais e os participantes tiveram a oportunidade de compartilhar qual foi a motivação para a escolha do bordado, de trocar experiências sobre as facilidades e dificuldades relacionadas à técnica de bordar e destacaram o quanto a prática do bordado estava gerando bem-estar. Além disso, os bordados confeccionados pelos participantes foram divulgados na Exposição de Arte Popular realizada na UFV/CRP.



#### Conclusões

Os resultados sugerem que o bordado contribuiu para melhorar o bem-estar dos participantes, conforme podemos perceber em alguns relatos. Cumprindo, portanto, os objetivos propostos.

“Projeto lindo e super necessário. Além de aprender a bordar, tivemos trocas maravilhosas! obrigada”

Participante 1

“Foi ótimo participar do projeto, com muitos aprendizados e realizações. Adorei poder fazer um bordado e ser exposto!”

Participante 2