

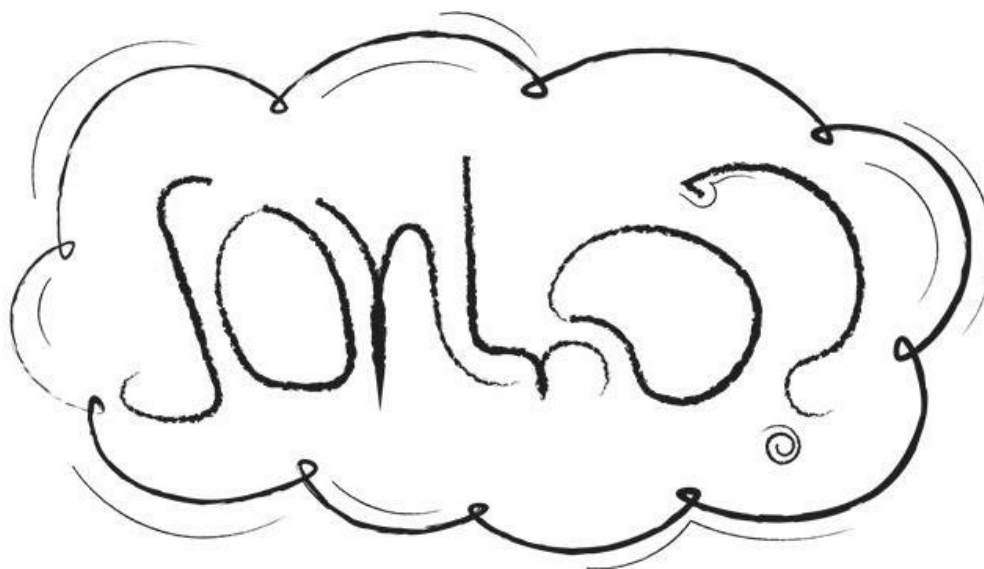
Agrupamento de Escolas de Almeirim

Escola Secundária da Marquesa de Alorna

Curso Profissional de Técnico de Multimédia

Relatório da Prova de Aptidão Profissional

Livro Ilustrado:



Aluno: Paulo Sérgio Alceu de Santana

Professora Orientadora: Teresa Maria Rodrigues Marcelino

Almeirim, 21 de abril de 2026

AGRADECIMENTOS

Gostaria de começar por agradecer, à minha família, que sempre esteve ao meu lado e me apoiou em todos os momentos. Esse apoio constante fez-me sentir mais seguro e confiante em cada etapa deste projeto, tão especial e importante na minha vida atual e futura.

Não posso deixar de agradecer a todos os professores que me acompanharam ao longo desta caminhada e que contribuíram para a pessoa e profissional que hoje me torno. Cada palavra, cada orientação e cada gesto de apoio foram muito importantes.

Quero também deixar um agradecimento muito especial à professora Teresa Marcelino, que marcou profundamente o meu percurso ao longo destes anos. A sua dedicação, paciência e a forma como sempre acreditou em mim foram fundamentais para que eu conseguisse chegar até aqui. A professora Teresa não foi apenas uma orientadora foi também um verdadeiro pilar, alguém que me guiou nos momentos de incerteza, que me motivou quando eu duvidava de mim e que me ensinou com uma generosidade que nunca esquecerei. A sua presença, os seus conselhos e o seu apoio constante deixaram uma marca enorme na minha vida. Sinto uma grande honra e gratidão por tudo o que fez por mim.

Quero ainda agradecer profundamente aos meus colegas de turma, que me ajudaram a crescer, a compreender diferentes formas de convivência e que estiveram ao meu lado durante todo este processo. Aprendi muito convosco, e cada momento partilhado foi importante.

Também quero agradecer aos meus amigos que não fazem parte da minha turma, mas que, mesmo à distância, estiveram presentes neste processo. Foram eles que me ouviram quando precisei, que contribuíram com ideias, que me ajudaram com a criação da história e que me deram força nos dias mais difíceis. A ajuda de cada um de vocês foi fundamental. Muito obrigado.

Por fim, quero deixar um agradecimento especial à professora Teresa Cordeiro, que gostou da minha história, me apoiou, me incentivou e contribuiu com sugestões valiosas para o desenvolvimento do meu trabalho.

Este percurso foi feito de mãos dadas com todos aqueles que acreditaram em mim. A cada pessoa que fez parte desta caminhada, deixo a minha eterna gratidão.

ÍNDICE

ÍNDICE DE FIGURAS	3
GLOSSÁRIO	5
INTRODUÇÃO	7
APRESENTAÇÃO/IDENTIFICAÇÃO DO AUTOR: CV EUROPASS	9
CAPÍTULO I – ENQUADRAMENTO DO PROJETO	12
1.1 – Identificação e Caracterização do Projeto	12
1.2 – Justificação do Tema/Projeto	12
1.3 – Objetivos do Projeto	13
1.4 – Resumo das Principais Etapas do Projeto	14
CAPÍTULO II – ENQUADRAMENTO PROFISSIONAL	16
2.1 – O Perfil e o Papel do Técnico Profissional	16
2.2 – As Funções a desempenhar no Projeto pelo Técnico Profissional	17
CAPÍTULO III – DESENVOLVIMENTO DO TEMA	18
3.1 – Ideia	18
3.2 – Trabalho Desenvolvido	19
3.3 – Objetivos Específicos	51
3.4 – Público-Alvo	51
3.5 – Equipamento/ Hardware	52
3.6 – Tecnologias Utilizadas	52
3.7 – Cronograma	53
4.1 – Objetivos	54
4.2 – Apreciação Final	54
Referências Bibliográficas	56
Anexos	59

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1: Principais etapas do projeto.....	15
Figura 2: Brainstorming do projeto	18
Figura 3: Idealização do livro em formato físico	22
Figura 4: Imagem da capa do relatório	22
Figura 5: Primeira imagem de Polo.....	29
Figura 6: Personagem: Polo	30
Figura 7: Personagem: Guardiã.....	30
Figura 8: Imagem para a capa do livro.....	32
Figura 9: Outra imagem para a capa do livro	32
Figura 10: Outra imagem para a capa do livro	33
Figura 11: Outra imagem para a capa do livro	34
Figura 12: Imagem para ficar entre a capa do livro e as primeiras páginas.....	34
Figura 13: Imagem para a página 1 da história	35
Figura 14: Imagem para a página 2 da história	35
Figura 15: Imagem para a página 3 da história	36
Figura 16: Imagem para a página 4 da história	36
Figura 17: Imagem para a página 5 e 6 da história	37
Figura 18: Imagem para a página 7 da história	37
Figura 19: Imagem para a página 8 da história	38
Figura 20: Imagem para a página 9 da história	38
Figura 21: Imagem para a página 10 da história	39
Figura 22: Imagem para a página 11 da história	39
Figura 23: Imagem para a página 12 da história	40
Figura 24: Imagem para a página 13 da história	40
Figura 25: Imagem para a página 14 da história	41
Figura 26: Imagem para a página 15 da história	41
Figura 27: Imagem para a página 16 da história	42

Figura 28: Imagem para a página 17 da história	42
Figura 29: Imagem para a página 18 da história	43
Figura 30: Imagem para a página 19 da história	43
Figura 31: Imagem para a página 20 da história	44
Figura 32: Imagem para a página 21 da história	44
Figura 33: Imagem para a página 22 da história	45
Figura 34: Imagem para a página 23 da história	45
Figura 35: Imagem para o final do livro	46
Figura 36: Edição do livro no Adobe InDesign	47
Figura 37: Edição do livro no Adobe InDesign	47
Figura 38: Edição do livro no Adobe InDesign	48
Figura 39: Cartaz do projeto	50

GLOSSÁRIO

Design gráfico: Área da comunicação visual responsável pela criação de soluções gráficas que transmitem ideias, informações ou emoções, utilizando elementos como imagens, tipografia, cores e formas.

Ebook interativo: Livro digital que permite a interação do leitor com elementos multimédia, como sons, animações, vídeos ou links, proporcionando uma experiência de leitura mais dinâmica e envolvente.

Edição de som: Processo de tratamento e manipulação de ficheiros de áudio, incluindo o ajuste de volumes, cortes, limpeza de ruído e aplicação de efeitos, com o objetivo de melhorar a qualidade sonora.

Fantasia: Género criativo que apresenta elementos imaginários, mágicos ou irreais, sendo frequentemente utilizado para estimular a imaginação e transportar o leitor para mundos alternativos.

Ilustração digital: Imagem criada através de ferramentas digitais, como tablets gráficos ou softwares de desenho, utilizada para comunicar visualmente ideias, histórias ou conceitos.

Layout editorial: Organização visual dos elementos de uma publicação, como texto, imagens e espaços, com o objetivo de facilitar a leitura e tornar o conteúdo visualmente atrativo.

Narração: Ato de contar ou descrever uma história em voz alta, geralmente utilizado para acompanhar vídeos, apresentações multimédia ou livros digitais interativos.

Narrativa infantil: História escrita para um público mais jovem, com linguagem acessível, personagens cativantes e mensagens educativas ou de entretenimento.

Renderização: Processo de geração da imagem final a partir de um modelo ou composição digital, aplicando luz, texturas, cores e sombras para obter um resultado realista ou estilizado.

Storyboard: Sequência de ilustrações ou esboços que representa as principais cenas de um projeto audiovisual ou editorial, utilizada para planear a narrativa visual e a organização das páginas.

Tipografia: Arte e técnica de selecionar e organizar letras e textos de forma legível e harmoniosa, através da escolha de fontes, tamanhos, espaçamentos e alinhamentos.

INTRODUÇÃO

Como finalista do Curso Profissional de Técnico de Multimédia do Agrupamento de Escolas de Almeirim, na Escola Secundária da Marquesa de Alorna, desenvolvo a presente Prova de Aptidão Profissional (PAP) com o objetivo de demonstrar as competências técnicas, criativas e conceptuais adquiridas ao longo do meu percurso formativo. O tema central do meu projeto abrange três áreas fundamentais da Multimédia: Design Gráfico, Ilustração e Edição Digital, que sempre despertaram o meu interesse, tanto pelo gosto pessoal como pelo contacto direto com ferramentas e processos criativos ao longo do curso.

O projeto que desenvolvo, intitulado “Sonho?”, nasceu de uma experiência pessoal e de uma reflexão sobre a ausência, ou esquecimento dos sonhos. A ideia surgiu durante uma conversa casual entre amigos, onde percebi que há algum tempo deixara de me lembrar dos meus próprios sonhos. Esta constatação levou-me a questionar o impacto que a falta do sonho pode ter na criatividade e no bem-estar emocional. A partir dessa reflexão, decidi explorar esse universo através de uma abordagem simbólica e poética.

A narrativa criada acompanha Polo, um personagem que embarca numa caminhada interna para reencontrar os seus sonhos esquecidos. Esta procura representa um caminho de autoconhecimento, superação de medos e redescoberta criativa. O propósito é transmitir uma mensagem inspiradora sobre a importância de preservar a imaginação e de nunca renunciar aos próprios sonhos, mesmo quando parecem distantes ou difíceis de alcançar.

Com este projeto, procuro integrar escrita criativa, ilustração, design gráfico e edição digital, aprofundando competências essenciais na área da Multimédia. O processo de desenvolvimento envolve várias fases: pesquisa e recolha de referências, criação de *storyboards*, elaboração da narrativa, conceção visual, ilustração final, design editorial e preparação do produto em formato digital.

Além do seu carácter pessoal, acredito que “Sonho?” pode também incentivar outras pessoas a refletirem sobre a sua própria relação com a imaginação e com o universo interno. Sonhar não é apenas uma atividade involuntária, é também uma forma de compreender, curar e evoluir enquanto seres humanos que somos.

Assim, esta PAP materializa não só as aprendizagens técnicas do curso, mas também uma expressão artística e emocional que reflete a minha identidade enquanto criador multimédia.

APRESENTAÇÃO/IDENTIFICAÇÃO DO AUTOR: CV EUROPASS

INFORMAÇÃO PESSOAL

Paulo Sérgio Alceu de Santana



Rua Vasco da Gama, LT 15, 2ª - 2º ESQ | 2080-165 Almeirim, Portugal

+351 937 125 947

Paulosergioalc94@gmail.com

Sexo Masculino | Data de nascimento 28/02/2006 | Nacionalidade Brasileiro

POSTO DE TRABALHO A QUE SE CANDIDATA PROFISSÃO EMPREGO PRETENDIDO ESTUDOS A QUE SE CANDIDATA DECLARAÇÃO PESSOAL

Técnico de Multimédia / Designer Gráfico/ Produção de Conteúdos Digitais

EXPERIÊNCIA PROFISSIONAL

De abril – até julho 2026 Estágio – Curso Profissional de Técnico de multimédia (390 Horas)

ACES – ASSOCIAÇÃO COMERCIAL, EMPRESARIAL E SERVIÇOS de Santarém - Rua Serpa Pinto, n.º 127-129, 2000-046 Santarém

- Publicidade
- Design
- Fotografia
- Vídeo
- Edição de imagem

ASSOCIAÇÃO COMERCIAL, EMPRESARIAL E SERVIÇOS de Santarém

De 17 de fevereiro– até 3 abril 2026

Estágio – Curso Profissional de Técnico de multimédia (210 Horas)

ACES – ASSOCIAÇÃO COMERCIAL, EMPRESARIAL E SERVIÇOS de Santarém

- Publicidade
- Design
- Fotografia
- Vídeo
- Edição de imagem

ASSOCIAÇÃO COMERCIAL, EMPRESARIAL E SERVIÇOS de Santarém



De 10 de julho— até 16
setembro 2024

Empregado de mesa / Atendimento ao Público - Silas chef

Silas Chef – Almeirim

- Atendimento e apoio ao cliente
- Serviço de mesa
- Colaboração com a equipa em ambiente de restauração

SILAS CHEF – RESTAURANTE DE RESTAURAÇÃO E SERVIÇO AO PÚBLICO

EDUCAÇÃO E FORMAÇÃO

De 15 de setembro 2023 – até
agosto de 2026

Curso Profissional de Técnico de Multimédia – Nível IV

Agrupamento de Escolas de Almeirim

- Principais disciplinas: Técnicas de multimédia; Design, Comunicação e Audiovisuais sistemas de informação e Projeto e Produção Multimédia
- /competências adquiridas: Edição de Imagens; fotografia; Edição e interação multimédia; Gestão de competências multimédia; Programação e desenvolvimento Web

COMPETÊNCIAS PESSOAIS

Língua materna Português (BR)

Outras línguas

	COMPREENDER		FALAR		ESCREVER
	Compreensão oral	Leitura	Interação oral	Produção oral	
Inglês	A2	A1	A1	A1	A1
Espanhol	B1	A2	A2	A2	A2

Níveis: A1/A2: utilizador básico - B1/B2 utilizador independente - C1/C2: utilizador avançado

Competências de
comunicação

- Boa capacidade de comunicação verbal e interpessoal, adquirida através da experiência em atendimento ao público na área da restauração (Silas Chef – Almeirim), lidando diariamente com clientes, esclarecendo pedidos e garantindo um atendimento eficaz e cordial.
- Facilidade em trabalhar em equipa e comunicar com colegas em ambientes dinâmicos e sob pressão.
- Capacidade de transmitir ideias de forma clara, desenvolvida ao longo da formação em Multimédia, através de apresentações de projetos e trabalhos práticos.

Competências de organização

- Boa capacidade de organização e gestão do tempo, adquirida através da conciliação entre formação académica em Multimédia e experiência profissional.
- Capacidade de trabalhar com prazos definidos e organizar tarefas de forma eficiente, desenvolvida na realização de projetos multimédia e no contexto da restauração, onde a rapidez e a coordenação são essenciais.
- Sentido de responsabilidade e autonomia no cumprimento de funções atribuídas.

Competências relacionadas
com o trabalho

- Conhecimentos técnicos na área de Multimédia, adquiridos ao longo da formação profissional, incluindo edição de imagem, vídeo e som, criação de conteúdos digitais e noções de design gráfico.
- Experiência na utilização de ferramentas digitais e software multimédia em contexto

escolar.

- Capacidade de adaptação a diferentes contextos de trabalho, desenvolvida através da experiência em atendimento ao público na restauração.
- Noções de atendimento ao cliente, trabalho sob pressão e resolução de situações imprevistas.

Competências digitais

AUTOAVALIAÇÃO				
Processamento de informação	Comunicação	Criação de conteúdos	Segurança	Resolução de problemas
Utilizador básico	Utilizado independente	Utilizador independente	Utilizador independente	Utilizador independente

Níveis: utilizador básico - utilizador independente - utilizador avançado

Indique o(s) certificado(s) TIC

Sistema operativo - Mac, Windows , android)
 Software - Microsoft office (Word, Excel, PowerPoint, publisher)
 Aplicações gráficas - Adobe (Photoshop, Illustrator, Indesign,) Gimp
 2D – Krita,
 Vídeo e Pós produção - adobe Premiere, After Effects, canva
 Web design- word press
 Prototipagem – Canva, Figma
 Linguagem de programação - HTML, Python, PHP e JavaScript
 Sistemas de base de dados

INFORMAÇÃO ADICIONAL

Projetos PAP – Sonho?

CAPÍTULO I – ENQUADRAMENTO DO PROJETO

1.1 – Identificação e Caracterização do Projeto

O presente projeto, intitulado de “Sonho?”, insere-se na área da Multimédia e tem como tema a criação de um livro ilustrado, com uma forte componente narrativa, visual e simbólica.

Nesta fase inicial do desenvolvimento, foi realizado um pré-projecto, no qual se encontram definidos os principais fundamentos do trabalho, nomeadamente a ideia base, os objetivos, a justificação da escolha do tema, as etapas de desenvolvimento e os recursos necessários para a concretização do projeto.

O pré-projecto teve como principal objetivo orientar e estruturar planificação da PAP, servindo assim como base para o desenvolvimento da narrativa, das ilustrações e do design editorial do livro.

O documento correspondente ao pré-projecto encontra-se apresentado no **Anexo I**, constituindo o ponto de partida para a execução do projeto final.

1.2 – Justificação do Tema/Projeto

O projeto “Sonho?” surgiu a partir de uma vivência pessoal. A ideia teve origem numa conversa entre amigos, durante a qual partilhávamos relatos sobre os nossos sonhos da noite anterior. Nesse momento, apercebi-me de que já há algum tempo não sonhava, ou pelo menos não me recordava dos meus sonhos. Esta constatação despertou em mim a curiosidade sobre o que significa “parar de sonhar” e sobre a influência que essa ausência pode exercer na criatividade e no bem-estar emocional.

Com base nessa experiência, optei por desenvolver uma narrativa que abordasse este tema de forma simbólica e poética. Assim nasceu a história de Polo, um personagem que inicia uma jornada para redescobrir os seus sonhos esquecidos. Esta narrativa representa uma caminhada interior, simbolizando o processo de autoconhecimento, a superação de medos e a redescoberta da criatividade.

Neste projeto, procuro integrar a escrita criativa com o universo da Multimédia, aprofundando competências relacionadas com a narrativa, a criação de ambientes visuais e a comunicação gráfica, fundamentais nesta área profissional. A intenção é transmitir uma mensagem motivadora sobre a importância de cultivar a imaginação e de nunca abdicar dos próprios sonhos, mesmo quando parecem distantes ou difíceis de alcançar.

Para além do seu significado pessoal, considero que este trabalho pode também incentivar outras pessoas a refletirem sobre si próprias, promovendo uma reconexão com o seu universo interno e com a capacidade de sonhar.

Em síntese, optei por este projeto por acreditar que os sonhos representam uma dimensão fundamental do ser humano e que, através desta narrativa, é possível demonstrar que sonhar é também uma forma de compreender, curar e evoluir.

1.3 – Objetivos do Projeto

Com este projeto pretendo:

- Demonstrar as competências técnicas e criativas adquiridas ao longo dos três anos do Curso Profissional de Técnico de Multimédia, através da integração das áreas de design gráfico, ilustração, edição digital e escrita criativa.
- Desenvolver um produto multimédia original, combinando narrativa, ilustração e design editorial, que represente de forma poética e simbólica o tema dos sonhos e do autoconhecimento.
- Explorar a relação entre imaginação, criatividade e bem-estar emocional, através da construção da narrativa “Sonho?”, refletindo sobre o impacto da ausência ou esquecimento dos sonhos.

- Criar uma narrativa visual coerente, acompanhando a caminhada do personagem Polo e traduzindo a sua evolução interna por meio de elementos gráficos, estéticos e simbólicos.
- Aprofundar competências de conceção visual e produção digital, aplicando metodologias profissionais como recolha de referências, *moodboards*¹, storyboard, ilustração, design editorial e finalização para formato digital.
- Produzir um projeto com identidade autoral, que reflita a sensibilidade artística, a maturidade criativa e a capacidade de expressão multimédia do autor.
- Promover a reflexão e identificação do público, transmitindo uma mensagem inspiradora sobre a importância de preservar a imaginação e de não desistir dos próprios sonhos.
- Consolidar aprendizagens essenciais para a integração no ensino superior ou mercado criativo, apresentando um produto final tecnicamente consistente e esteticamente cuidado para portefólio.

1.4 – Resumo das Principais Etapas do Projeto

O projeto “Sonho?” será desenvolvido em várias etapas que unem a escrita, a ilustração e o design editorial:

- Pesquisa e inspiração: levantamento de referências visuais e literárias sobre o universo dos sonhos e da imaginação.
- Criação de *moodboard*: definição da paleta de cores, estilos visuais e a atmosfera poética da obra.
- Desenvolvimento da narrativa: escrita do texto principal, focando a caminhada do personagem Polo e a simbologia dos sonhos.
- Conceção visual: criação de esboços de personagens, cenários e elementos oníricos.
- Ilustração final: produção das imagens utilizando técnicas digitais e, se necessário, tradicionais, explorando texturas e efeitos visuais.

¹ É uma ferramenta visual estratégica utilizada por criativos para traduzir conceitos abstratos em elementos visuais tangíveis. É diferente de um simples rascunho, ele funciona como uma colagem organizada que reúne a “essência” de um projeto antes da sua execução técnica. O seu objetivo principal é estabelecer uma linguagem visual comum, garantindo a coerência estética e emocional da obra.

- Design editorial: organização das páginas, escolha da tipografia e de uma composição equilibrada entre texto e imagem.
- Criação da uma capa e elementos gráficos: como o índice, a dedicatória e os créditos.
- Edição e finalização: revisão geral, montagem do livro em formato digital (PDF) e preparação de *mockups* de apresentação.

Após refletir sobre as etapas do meu projeto fui à tecnologia NotebookLM² e realizei a imagem seguinte (cf. Figura 1):



Figura 1: Principais etapas do projeto

² Ferramenta experimental da Google que utiliza inteligência Artificial analisar e organizar informação. É baseado exclusivamente no conteúdo que nós fornecemos, garantindo assim resposta precisas.

CAPÍTULO II – ENQUADRAMENTO PROFISSIONAL

2.1 – O Perfil e o Papel do Técnico Profissional

O Técnico de Multimédia é um profissional qualificado para planejar, desenvolver e executar projetos multimédia integrando várias áreas da comunicação digital e visual, tais como design gráfico, edição de imagem e produção digital. Esta definição corresponde ao perfil profissional descrito na Qualificação 7367 – Técnico/a de Multimédia do Catálogo Nacional de Qualificações (CNQ), um documento oficial que identifica e regula as competências essenciais para o exercício profissional nesta área.

De acordo com esta qualificação, o Técnico de Multimédia é capaz de aplicar conhecimentos técnicos e criativos em contextos reais de trabalho, respetivamente nas áreas de design de comunicação, produção de conteúdos multimédia, utilização de ferramentas digitais, organização de processos e soluções técnicas para diferentes suportes. Estas competências refletem a necessidade atual do mercado de trabalho em profissionais versáteis que consigam responder a desafios tanto técnicos como criativos.

O papel deste profissional engloba a capacidade de interpretar briefings, conceber estratégias visuais, executar produções gráficas e digitais e gerir projetos multimédia desde a fase de planeamento até à entrega final do produto. Além disso, o Técnico de Multimédia deve demonstrar autonomia na utilização de software específico (como ferramentas de edição de imagem, design e vídeo) e capacidade de adaptação às exigências dos clientes e às tendências tecnológicas.

Assim, o perfil profissional é marcado por competências técnicas, criatividade, pensamento crítico e organização, características fundamentais para a produção eficiente de projetos multimédia contemporâneos e para a inserção sustentável no mercado de trabalho.

2.2 – As Funções a desempenhar no Projeto pelo Técnico Profissional

No âmbito do projeto “Sonho?”, eu como Técnico de Multimédia vou desempenhar um conjunto de funções que estão diretamente alinhadas com as competências definidas na Qualificação 7367 – Técnico/a de Multimédia.

Uma das principais funções vai ser a conceção e planificação da ideia central do projeto, incluindo a definição do conceito narrativo, o desenvolvimento das personagens, a estrutura da história e a mensagem estética que se pretende transmitir. Esta fase exige capacidades de comunicação, criatividade e organização, todas referenciadas como essenciais para o perfil profissional.

Segue-se a criação visual, que envolve o desenvolvimento de ilustrações digitais, escolha de um estilo gráfico, definição de uma paleta cromática e da harmonia visual do livro ilustrado. Este processo baseia-se nas competências de design de comunicação e de produção gráfica que fazem parte das funções do Técnico de Multimédia.

Outra função de relevo é o design editorial, que consiste em organizar as páginas, selecionar tipografias e equilibrar os textos e as imagens, de modo a garantir uma apresentação atrativa e funcional no formato final. Esta atividade envolve o domínio de ferramentas digitais de layout e conhecimentos na área da comunicação visual, também associados à qualificação profissional deste curso.

Vou ainda ter a responsabilidade de utilizar e gerir as ferramentas tecnológicas necessárias ao projeto, assegurando não só a qualidade técnica dos conteúdos produzidos, como também a adequada exportação e finalização dos ficheiros em formatos digitais.

Desta forma, como técnico de Multimédia vou assumir um papel central no desenvolvimento do projeto “Sonho?”, integrando competências técnicas, criativas e organizacionais para a concretização de um produto final coerente, funcional e com identidade própria, em conformidade com os perfis profissionais definidos oficialmente para a área.

CAPÍTULO III – DESENVOLVIMENTO DO TEMA

3.1 – Ideia

A ideia do projeto “Sonho?” surgiu a partir de uma reflexão sobre o significado dos sonhos e da imaginação na vida humana. Nesta fase inicial, estive a explorar os conceitos, as sensações e as palavras-chave associadas ao ato de sonhar, à criatividade e ao mundo interior.

Para organizar o pensamento criativo, realizei um brainstorming (cf. Figura 2), que permitiu reunir ideias, emoções e símbolos relacionados com o tema central do projeto. A partir deste processo, foram identificados conceitos como: sonho, imaginação, medo, memória, esquecimento, luz, escuridão, autoconhecimento, superação, fantasia, crescimento e esperança.



Figura 2: Brainstorming do projeto³

³ Nuvem de palavras realizada na tecnologia wordart (<https://wordart.com/create>)

Este levantamento conceptual ajudou a definir o tom poético e introspetivo do projeto, bem como a sua atmosfera emocional. A ideia base assenta na relação entre o mundo dos sonhos e o universo interior do ser humano, encarando os sonhos como uma metáfora da criatividade, das emoções e do processo de crescimento pessoal.

O brainstorming e a organização destas ideias vão servir como ponto de partida para as fases seguintes do projeto, nomeadamente o desenvolvimento da narrativa, a definição do conceito visual e a criação das ilustrações.

3.2 – Trabalho Desenvolvido

O desenvolvimento deste projeto iniciou-se com uma fase de pesquisa e reflexão teórica sobre o tema dos sonhos, procurando compreender a sua natureza multifacetada enquanto fenómeno simultaneamente biológico e psíquico. Nesta etapa, explorei ainda o papel fundamental que o sonhar desempenha na manutenção do equilíbrio humano, funcionando como um laboratório noturno onde o cérebro processa emoções, consolida memórias e organiza a experiência subjetiva. Mais do que um simples subproduto do descanso, os sonhos revelam-se como um mecanismo de autorregulação emocional, permitindo que os indivíduos simulem ameaças e resolvam conflitos internos num ambiente seguro, desprovido das limitações impostas pela lógica racional da vida humana.

Esta investigação aprofundou também a importância do sonho no domínio da criatividade e do desenvolvimento pessoal, interpretando-o como uma manifestação do pensamento divergente na sua forma mais pura. O ato de sonhar transcende a esfera individual para influenciar o futuro da sociedade, uma vez que a esperança e o progresso coletivo dependem diretamente da nossa aptidão para visualizar realidades que ainda não existem.

A dimensão psicológica do sonho é inseparável da sua capacidade de gerar novas perspetivas e existenciais, servindo de ponte entre o passado vivido e as aspirações futuras. Esta base teórica revelou-se muito importante para sustentar o conceito do projeto, permitindo que a narrativa a desenvolver não seja apenas uma exploração estética, mas uma reflexão profunda sobre como o mundo invisível dos sonhos molda a nossa identidade e a nossa vontade de transformar o amanhã.

A leitura desempenha um papel fundamental no desenvolvimento das crianças e dos jovens. Desde os primeiros anos de vida, o contacto com livros contribui, não só para a aprendizagem da linguagem, mas também para o crescimento emocional, social e intelectual.

Quando uma criança lê ou ouve uma história, começa a desenvolver o vocabulário, a capacidade de expressão e a compreensão do mundo que a rodeia. A leitura estimula o pensamento, a curiosidade e a imaginação, permitindo que a criança explore realidades diferentes da sua e compreenda novas perspetivas.

Nos jovens, a leitura continua a ser muito importante. Nesta fase da vida, marcada por mudanças e com a construção da identidade, os livros podem funcionar como apoio emocional e uma fonte de inspiração. Ao identificarem-se com personagens que enfrentam desafios, dúvidas ou conflitos, os jovens sentem-se compreendidos e aprendem que as dificuldades fazem parte do crescimento.

Para além do desenvolvimento emocional, a leitura fortalece as competências cognitivas importantes, como a concentração, o pensamento crítico e a capacidade de interpretação. Jovens leitores tendem a apresentar maior facilidade na comunicação, melhor desempenho académico e uma maior autonomia na construção do seu próprio conhecimento.

A leitura também promove a empatia. Ao acompanhar diferentes histórias e culturas, crianças e jovens aprendem a respeitar diferenças, a compreender sentimentos alheios e a desenvolver a sensibilidade social.

Assim, ler não é apenas uma atividade escolar, mas também pode ser uma ferramenta de formação pessoal que todos os pais, avós e educadores em geral deveriam de incentivar e preservar em face da corrente utilização de ecrãs por parte de crianças e jovens. Através da leitura, as crianças e os jovens tornam-se mais criativos, mais conscientes e mais preparados para enfrentar os desafios do futuro. É um hábito que contribui diretamente para a formação de indivíduos mais informados, equilibrados e capazes de pensar de forma autónoma.

Após esta fase inicial, avancei para a criação da história original, inspirada nas conclusões retiradas da pesquisa e na reflexão pessoal sobre a ausência de sonhos. A história completa encontra-se apresentada no Anexo II, constituindo o núcleo narrativo do projeto.

De seguida, foi elaborado um resumo da narrativa, com o objetivo de sintetizar os principais acontecimentos da história e facilitar a sua compreensão global. Este resumo pode ser consultado no Anexo III.

Posteriormente, procedi à criação do guião da história por página, onde o texto foi organizado de acordo com a estrutura do livro ilustrado, definindo o conteúdo narrativo de cada página. Este guião permitiu planear a relação entre texto e imagem e encontra-se apresentado no Anexo IV.

Com base no guião, foi desenvolvido o storyboard, que serviu para visualizar graficamente a sequência da narrativa, a composição das páginas e a disposição dos elementos visuais. O storyboard permitiu antecipar decisões gráficas e narrativas antes da fase de ilustração final, encontrando-se incluído no Anexo V.

Após a fase de planificação da história, foi realizada a idealização do livro em formato físico (cf. Figura 3), definindo o número de páginas, a organização do conteúdo, o formato do livro e a hierarquia visual entre texto e imagem. Esta etapa foi muito importante para garantir a coerência e o equilíbrio no produto final.



Figura 3: Idealização do livro em formato físico

Depois comecei por realizar a imagem para a capa do relatório (cf. Figura 4), esta imagem foi realizada no Adobe Illustrator.

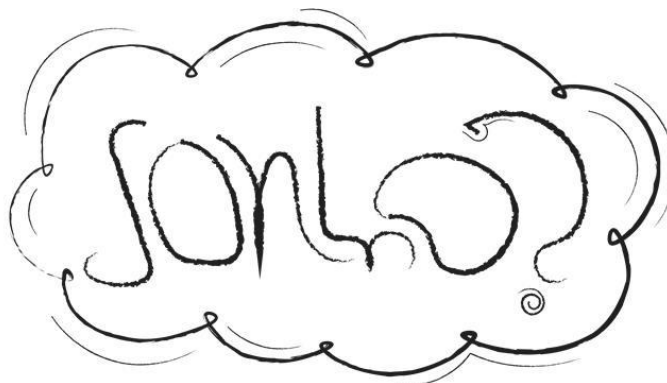
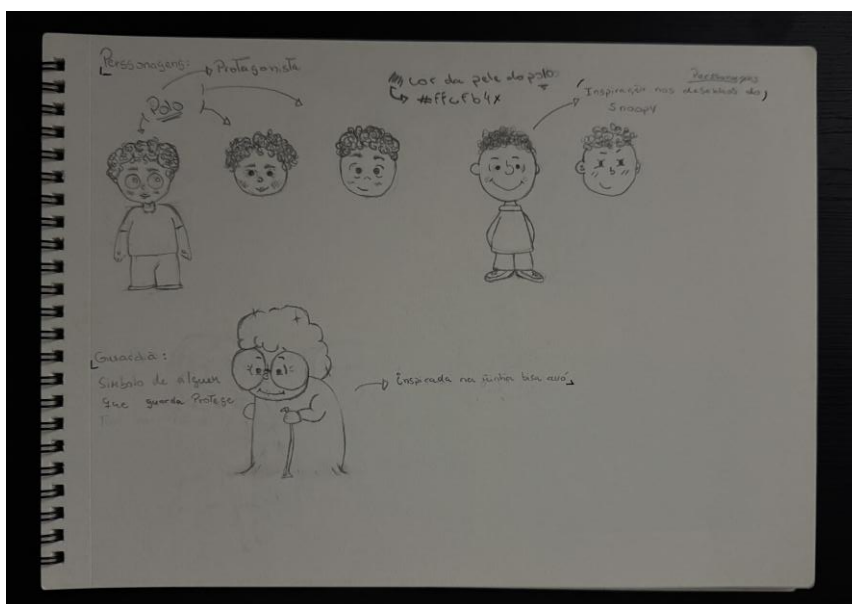
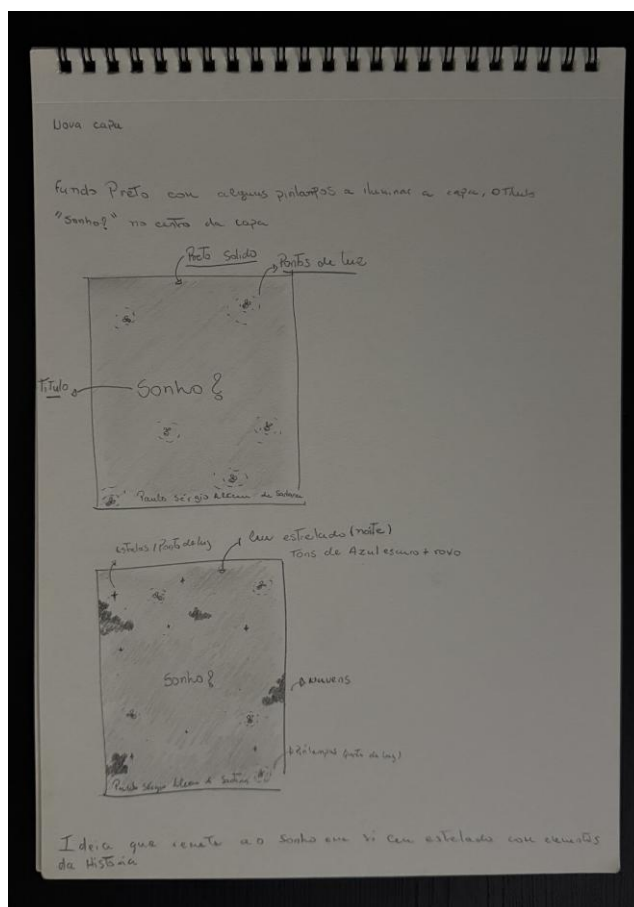
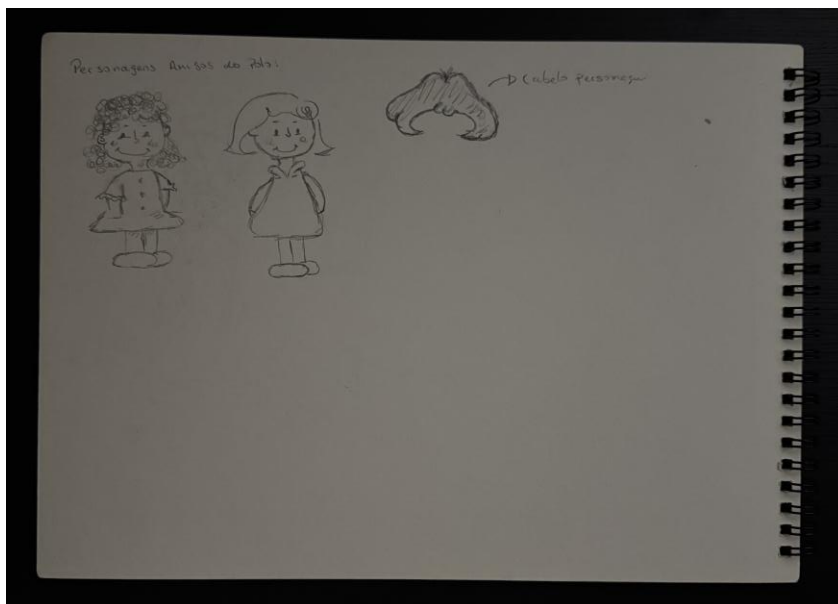


Figura 4: Imagem da capa do relatório

Antes de iniciar o processo de criação das minhas ilustrações, considerei importante compreender o papel do livro como um suporte de histórias ao longo do tempo. O livro não é apenas um conjunto de folhas, ele é um dos objetos mais importantes da humanidade para a partilha de conhecimento e imaginação. Assim iniciei uma pesquisa na internet para obter informação sobre isto.

A história do livro começou muito antes do papel que conhecemos hoje. Desde as tábuas de argila na Mesopotâmia e os rolos de papiro no Antigo Egito, o ser humano sempre sentiu necessidade de registar as suas memórias. Com a invenção da prensa de Gutenberg no século XV, o livro tornou-se acessível a mais pessoas, deixando de ser um objeto de luxo.



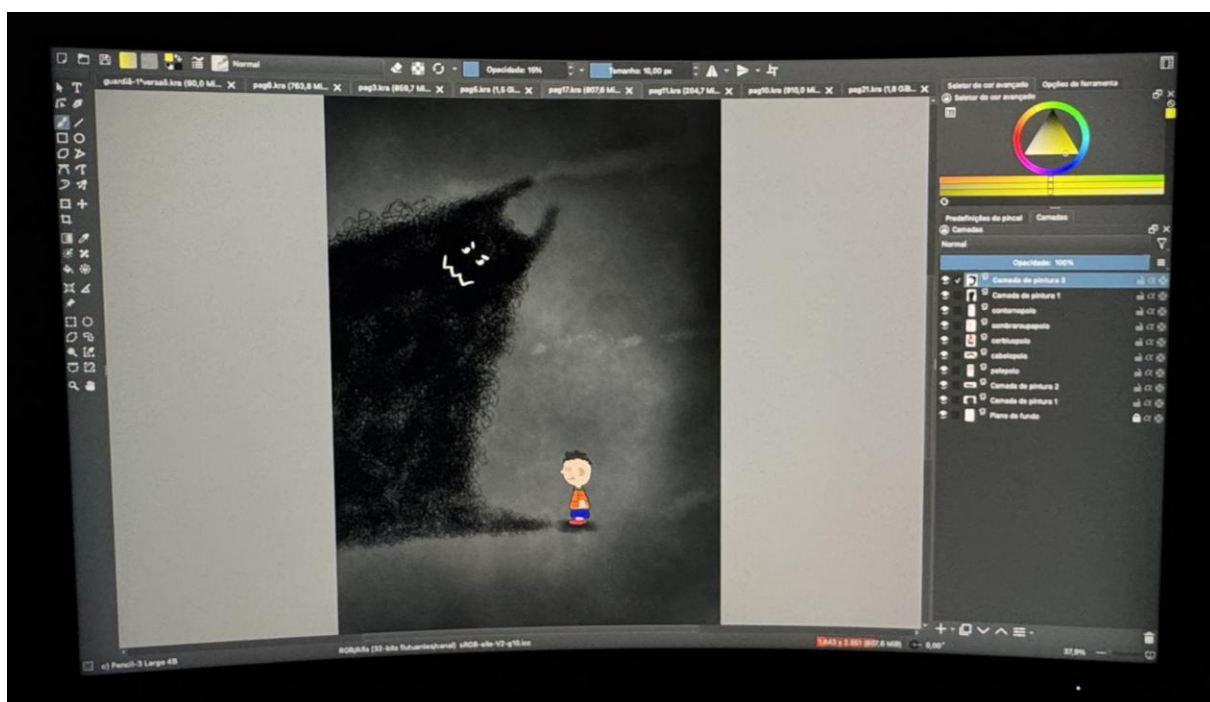
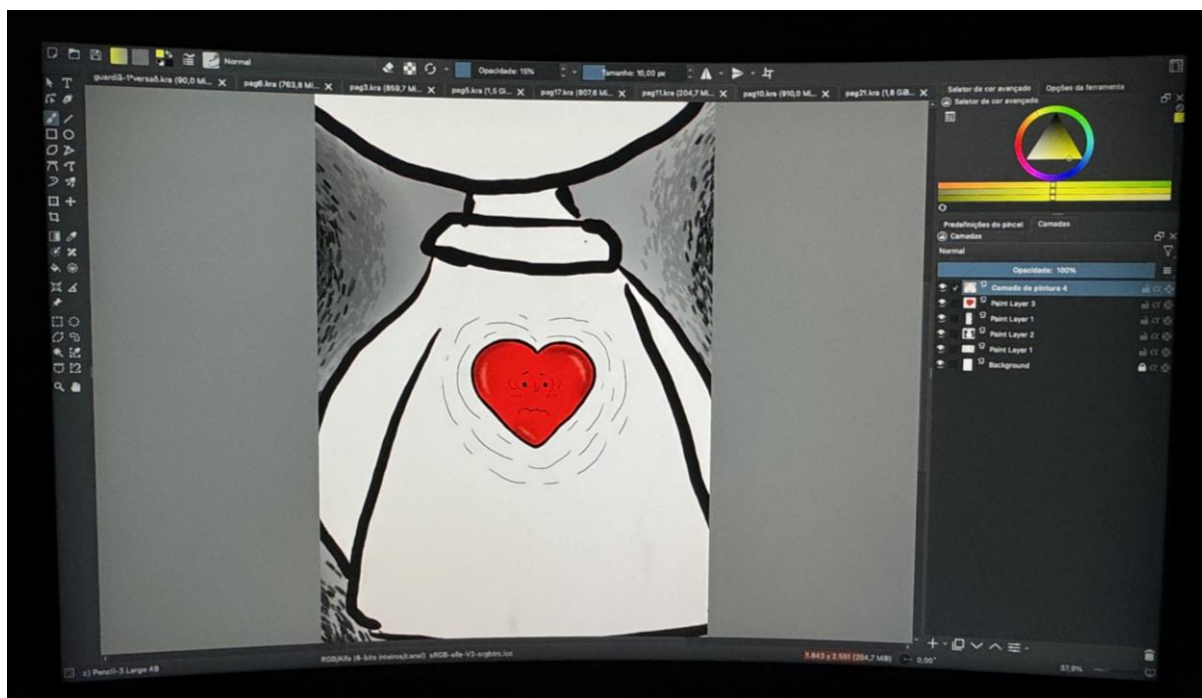


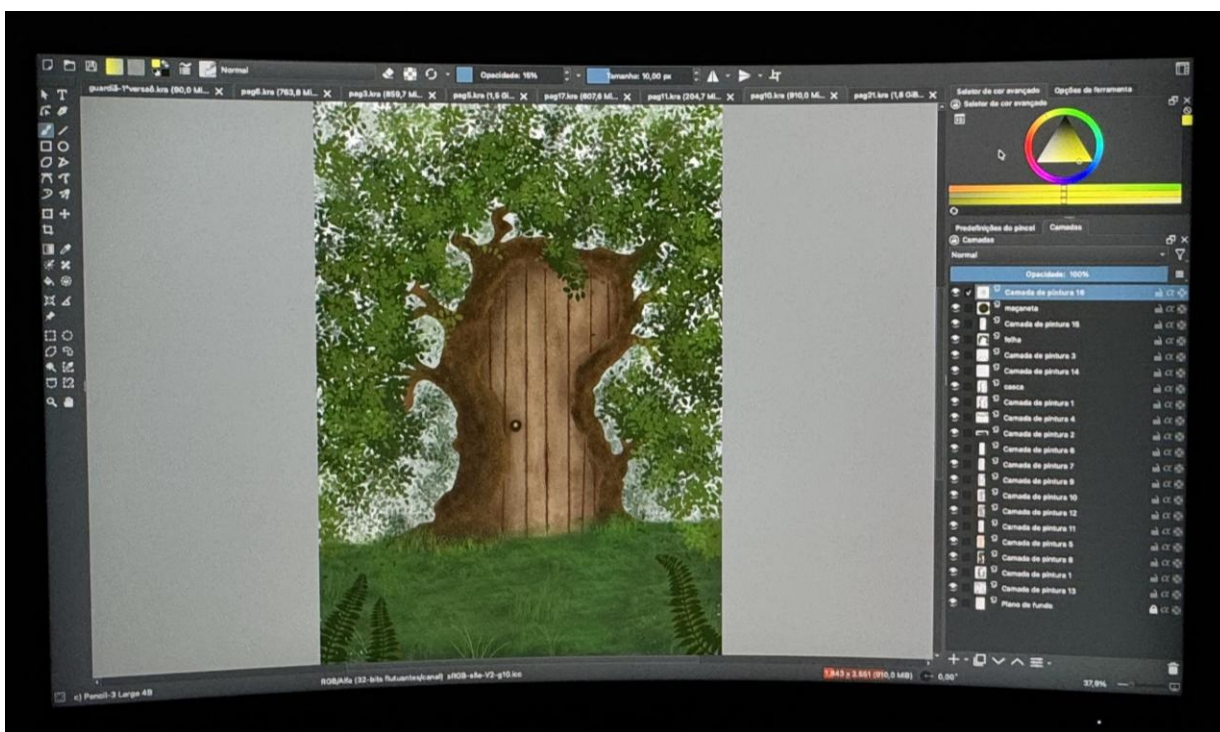
No início, os livros eram maioritariamente compostos por texto. No entanto, a ilustração sempre teve um papel fundamental. Antigamente, os livros eram ilustrados à mão com ouro e cores vibrantes. Com o passar dos séculos, percebeu-se que a imagem não servia apenas para decorar, mas sim para ajudar a contar a história, especialmente para as crianças ou para transmitir emoções que as palavras, por vezes, não conseguem alcançar.

Atualmente, como aluno de Multimédia, vejo que o conceito do livro se expandiu. Podemos ter livros físicos, que gostamos de tocar e folhear, mas também livros digitais (e-books) que mantêm a essência, ou seja, a ligação entre quem escreve e quem lê. No meu projeto, procurei unir a tradição de contar histórias com as ferramentas tecnológicas modernas, criando uma obra que respeita esta herança histórica, mas que é feita com as técnicas do século XXI.

De seguida, iniciei então o processo de ilustração digital, recorrendo ao software Krita e a uma mesa de digitalização. Esta fase representou um desafio pessoal, uma vez que não possuo formação base em desenho tradicional. No entanto, este processo permitiu-me desenvolver novas competências, melhorar a coordenação manual, explorar estilos visuais próprios e ganhar confiança na expressão gráfica. A prática constante revelou-se fundamental para a evolução do traço e para a concretização das ilustrações do livro.









Durante a fase de ilustração, foram desenhadas cerca de 24 páginas. O processo não foi linear, tendo sido necessário a realização de várias revisões e de vários ajustes ao longo do desenvolvimento. Algumas ilustrações passaram por diversas versões, permitindo aperfeiçoar a composição.

O personagem principal, Polo, sofreu também várias alterações. Inicialmente, o seu aspeto apresentava algumas semelhanças com a personagem Charlie Brown, da banda desenhada Peanuts, criada por Charles M. Schulz, que serviu como uma das minhas inspirações visuais iniciais (cf. Figura 5). No entanto, após reflexão e análise, considerei importante reformular o design da personagem para garantir uma maior originalidade e uma identidade própria para o projeto.



Figura 5: Primeira imagem de Polo

Assim, foram feitas algumas modificações ao formato do rosto, às expressões faciais e a alguns elementos visuais distintivos, de forma a afastar a semelhança e a reforçar a autenticidade do protagonista. Este processo revelou-se muito importante para o amadurecimento do meu estilo gráfico e para a consolidação de uma linguagem visual coerente com o conceito do livro.

Para dar vida à narrativa, foram concebidas as personagens que personificam a caminhada emocional e o conflito central da história. Abaixo, apresento as figuras principais que guiam o leitor através desta experiência:

- Polo (cf. Figura 6): É o protagonista da história, um personagem que atravessa uma crise criativa e existencial ao perceber que se esqueceu dos sonhos. Passa por uma caminhada interna de autoconhecimento, onde enfrenta medos, falhas passadas e rejeições para redescobrir a sua própria imaginação.
- A Guardiã (cf. Figura 7): Surge como uma figura orientadora no mundo dos sonhos. É ela quem explica a Polo que os seus sonhos não foram roubados, mas sim escondidos pelos

seus próprios medos e inseguranças. Ela desempenha o papel fundamental de ajudar o protagonista a recuperar a "chave" para as suas histórias perdidas.

Estas personagens foram desenvolvidas para transmitir uma mensagem de superação e para incentivar o público-alvo a refletir sobre a importância de preservar o seu universo interno e a sua capacidade de sonhar.



Figura 6: Personagem: Polo



Figura 7: Personagem: Guardiã

Após a definição das personagens, procedi à criação das páginas que compõem a narrativa visual. O objetivo foi garantir que o estilo gráfico acompanhasse a evolução emocional do protagonista.

A nível do estilo visual e da composição, optei por um traço limpo e expressivo, utilizando cenários que alternam entre o minimalismo (para focar na introspeção de Polo) e ambientes detalhados (para representar a imensidão do mundo dos sonhos).

Também tive em conta a psicologia das cores⁴ nas páginas iniciais, as tonalidades são mais contidas, refletindo a crise criativa e o "vazio" do personagem. À medida que Polo interage com a Guardiã e redescobre os seus sonhos, a paleta de cores expande-se para tons vibrantes, azuis profundos e dourados, simbolizando a magia e a esperança recuperada.

A narrativa é sequencial, ou seja, cada página foi desenhada para guiar o olhar do leitor de forma fluída. Por exemplo, na cena do "espelho de água", utilizei reflexos e transparências para separar o mundo real do mundo interior, criando uma ponte visual entre os medos de Polo e as suas memórias felizes.

Todas as ilustrações foram finalizadas digitalmente, o que permitiu um controlo rigoroso sobre a iluminação e as texturas, elementos fundamentais para transmitir uma atmosfera onírica (de sonho) da história.

Apresento de seguida a sequência de páginas que compõem o livro (cf. Figura 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24

⁴ É o estudo que analisa como o cérebro humano identifica e interpreta as cores, transformando-as em sensações, sentimentos ou desejos. No design e na ilustração, é utilizada para influenciar a perceção do espectador e transmitir emoções específicas (como o azul para a calma ou melancolia, e tons vibrantes para a energia e criatividade).

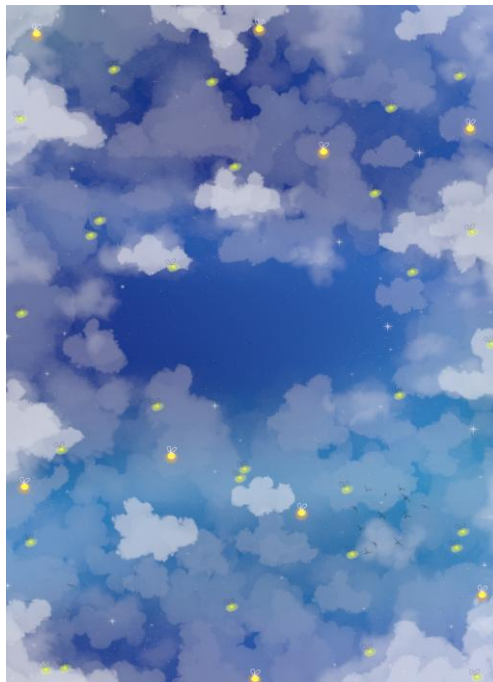


Figura 8: Imagem para a capa do livro



Figura 9: Outra imagem para a capa do livro

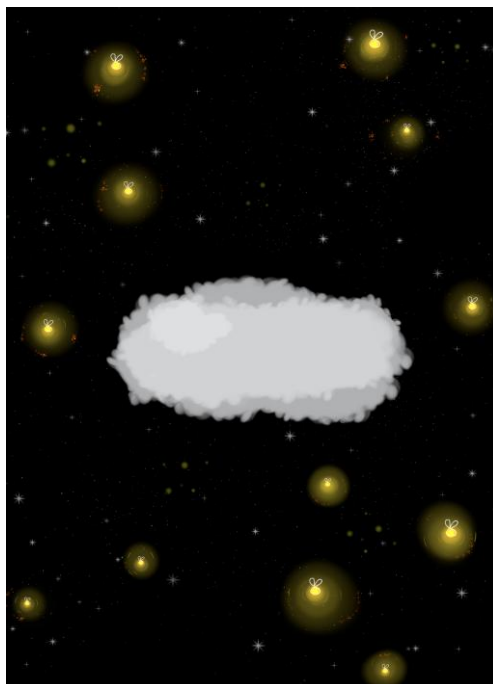


Figura 10: Outra imagem para a capa do livro



Figura 11: Outra imagem para a capa do livro⁵



Figura 12: Imagem para ficar entre a capa do livro e as primeiras páginas

⁵ Esta imagem foi realizada no Krita e depois ainda foi trabalhada no Adobe Illustrator e Photoshop para ter esta aparência final



Figura 13: Imagem para a página 1 da história



Figura 14: Imagem para a página 2 da história



Figura 15: Imagem para a página 3 da história



Figura 16: Imagem para a página 4 da história



Figura 17: Imagem para a página 5 e 6 da história



Figura 18: Imagem para a página 7 da história

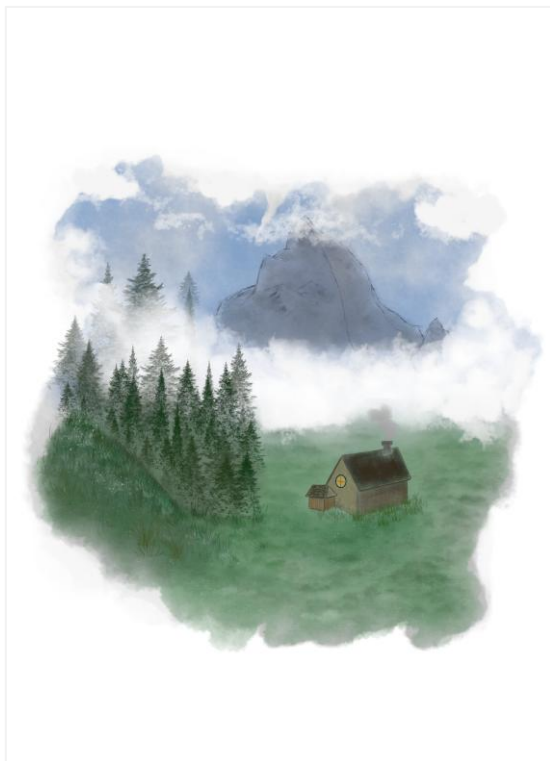


Figura 19: Imagem para a página 8 da história



Figura 20: Imagem para a página 9 da história

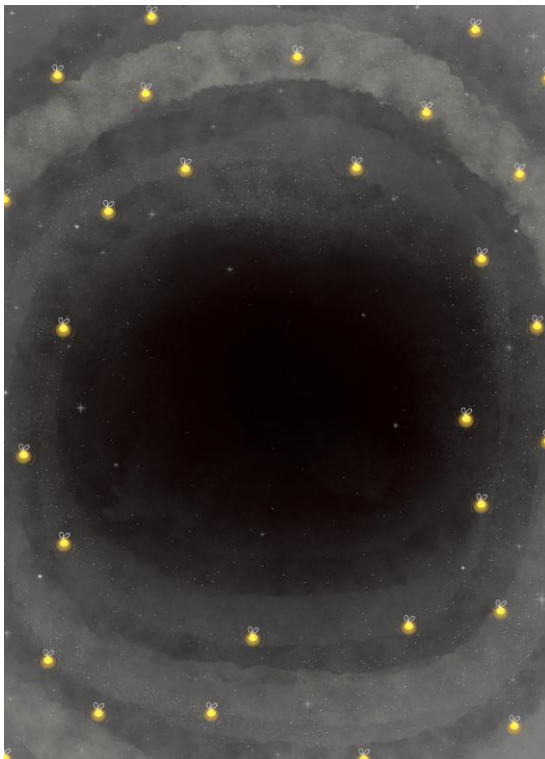


Figura 21: Imagem para a página 10 da história



Figura 22: Imagem para a página 11 da história

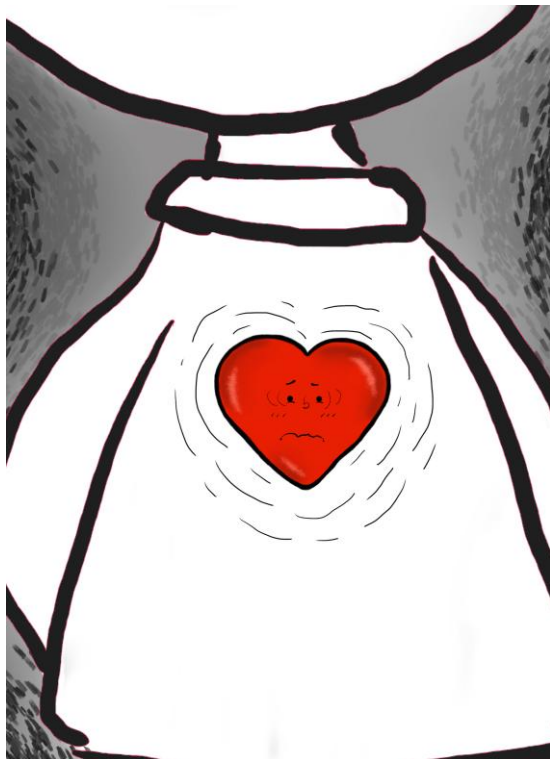


Figura 23: Imagem para a página 12 da história



Figura 24: Imagem para a página 13 da história



Figura 25: Imagem para a página 14 da história



Figura 26: Imagem para a página 15 da história



Figura 27: Imagem para a página 16 da história



Figura 28: Imagem para a página 17 da história



Figura 29: Imagem para a página 18 da história



Figura 30: Imagem para a página 19 da história



Figura 31: Imagem para a página 20 da história



Figura 32: Imagem para a página 21 da história



Figura 33: Imagem para a página 22 da história



Figura 34: Imagem para a página 23 da história



Figura 35: Imagem para o final do livro

Após a conclusão das ilustrações de cada página, procedi à montagem do livro, utilizando o software Adobe InDesign. O Adobe InDesign é um software de paginação e design editorial, desenvolvido pela Adobe. Esta ferramenta foi especificamente concebida para a criação de documentos destinados tanto à impressão como ao meio digital, tais como livros, revistas, jornais e panfletos. A sua principal função neste projeto foi permitir o controlo total sobre a composição visual, facilitando a organização de elementos gráficos e textuais em várias páginas. Ao contrário de softwares de edição de imagem, o InDesign oferece algumas ferramentas avançadas de gestão de grelhas, estilos de parágrafo e exportação de ficheiros para pré-impressão, garantindo que o produto final apresenta uma qualidade profissional e uma estrutura organizada.

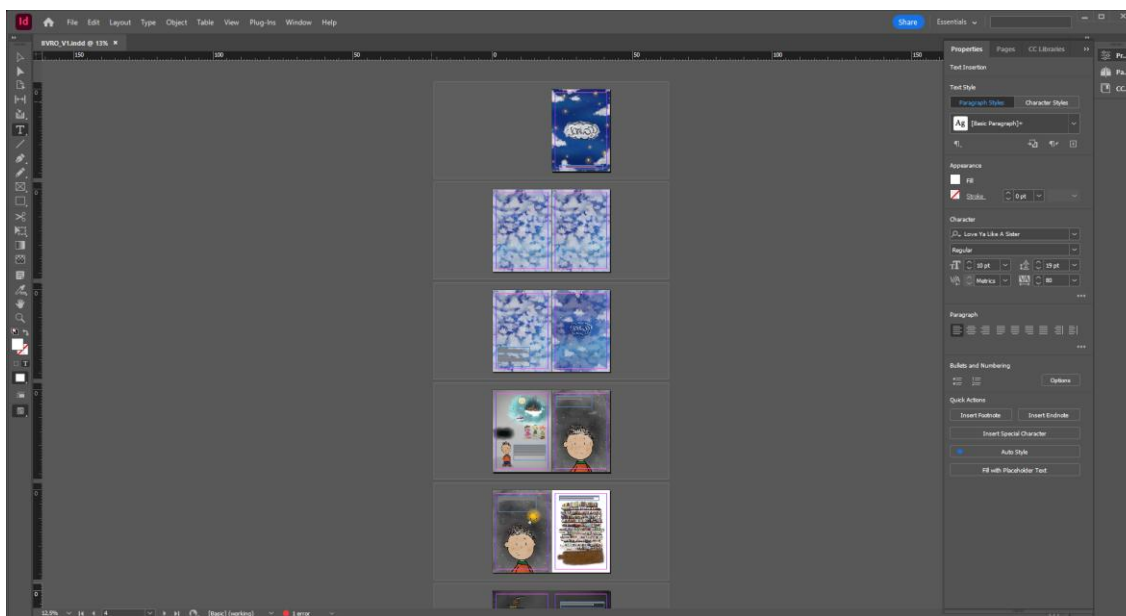


Figura 36: Edição do livro no Adobe InDesign

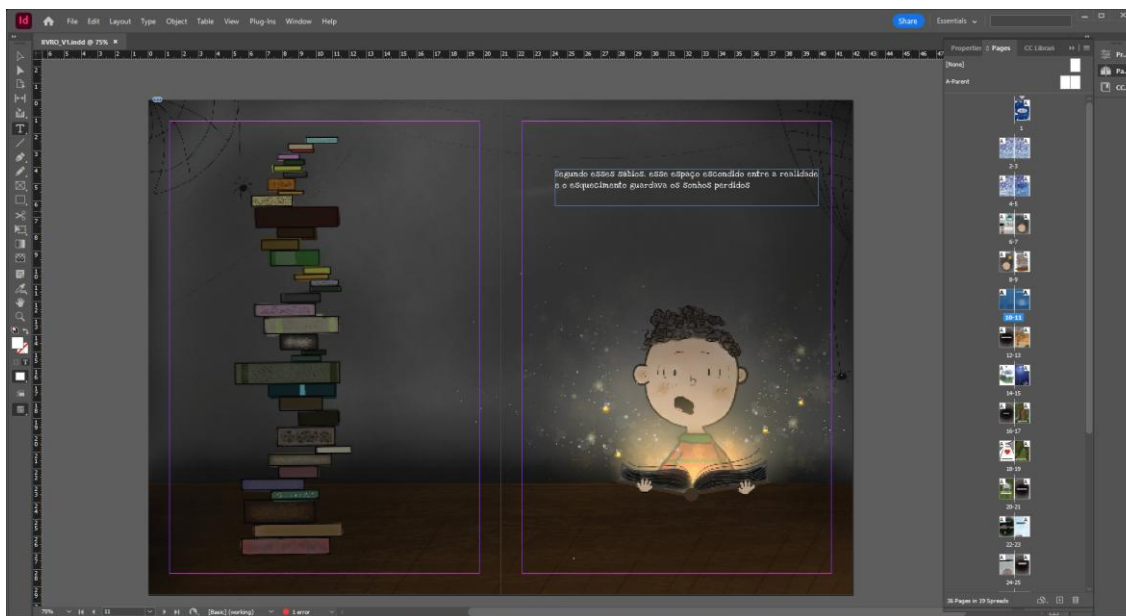


Figura 37: Edição do livro no Adobe InDesign

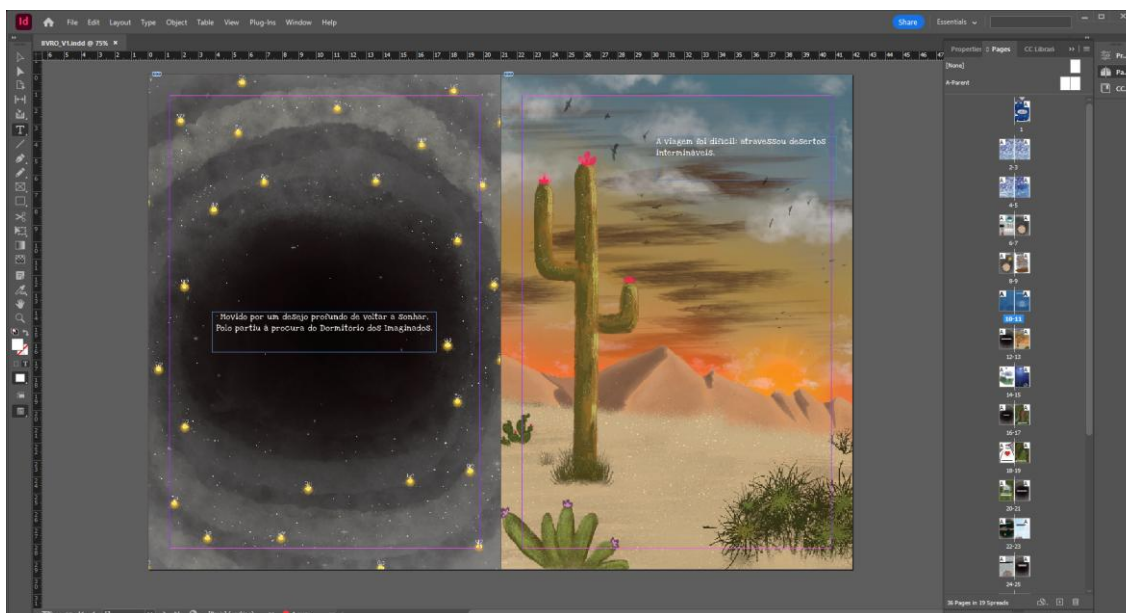


Figura 38: Edição do livro no Adobe InDesign

Nesta fase, foram organizadas as páginas, integrando texto e imagem de forma harmoniosa, definindo margens, alinhamentos e tipografia, de modo a garantir uma leitura fluida e um aspeto visual coerente com o conceito do projeto.

Assim, o trabalho desenvolvido ao longo deste projeto envolveu várias etapas interligadas, desde a pesquisa inicial até à produção final do livro ilustrado, permitindo a aplicação prática de conhecimentos adquiridos ao longo do curso e o desenvolvimento de novas competências na área da Multimédia.

O projeto culminou na criação de um livro ilustrado intitulado 'Sonho?', cujo conteúdo integral, incluindo a narrativa e as ilustrações finais, se encontra disponível para consulta no Anexo VI deste relatório.

Os livros e as ilustrações desempenham um papel fundamental no desenvolvimento do imaginário infantil, funcionando como janelas para mundos desconhecidos. A narrativa literária estimula a capacidade cognitiva e a empatia, enquanto a ilustração atua como um suporte visual que facilita a compreensão e enriquece a experiência sensorial da criança. Juntos, texto e imagem despertam a curiosidade, permitindo que os pequenos leitores explorem emoções complexas de forma lúdica e segura. Ao dar forma visual aos sonhos e aventuras, as ilustrações

consolidam a memória visual e incentivam a criatividade própria de cada criança. Assim, este projeto procura valorizar essa união, utilizando o desenho para transformar palavras em universos tangíveis e inspiradores.

Como complemento visual à narrativa, foi desenvolvida uma animação para dar vida aos personagens e ambientes da história. O processo técnico envolveu a criação e animação dos elementos individuais utilizando o software Krita, sendo a montagem final, sonorização e exportação realizadas na plataforma Canva. Pode visualizar a animação final através do seguinte link: <https://canva.link/31fqyxpejokmqnu>.

A animação funciona como uma extensão dinâmica da narrativa, permitindo que os personagens e cenários ganhem vida através do movimento e do som. Esta ferramenta visual capta a atenção de forma imediata, facilitando a imersão do público na atmosfera da história e tornando a mensagem mais memorável. Ao transformar ilustrações estáticas em sequências fluidas, a animação consegue transmitir emoções e detalhes que o texto isolado nem sempre alcança. Assim, torna-se um recurso valioso para enriquecer a experiência do espectador e dar uma nova dimensão criativa ao projeto literário.

Para concluir a vertente de promoção e comunicação do projeto, foi desenhado um cartaz de divulgação. Este elemento gráfico visa sintetizar a identidade visual da obra 'Sonho?' e despertar o interesse do público-alvo, utilizando os conceitos de design e composição explorados ao longo do curso.



Figura 39: Cartaz do projeto

3.3 – Objetivos Específicos

Para a concretização deste projeto os objetivos específicos foram os seguintes:

- Desenvolver uma história original onde se explora temas como a superação de bloqueios criativos, a importância da imaginação e o enfrentar de inseguranças pessoais;
- Conceber visualmente as personagens principais, garantindo que o seu aspeto físico e expressividade transmitam as emoções pretendidas na narrativa;
- Aplicar técnicas de desenho e pintura digital, utilizando ferramentas para criar cenários e atmosferas oníricas e envolventes;
- Utilizar a cor de forma estratégica ao longo das páginas para guiar a progressão emocional da história e distinguir os diferentes estados de espírito do protagonista;
- Dominar o software Adobe InDesign para a montagem final do livro, assegurando a correta hierarquia visual entre texto e imagem, bem como a preparação do ficheiro para impressão;
- Produzir um objeto final (livro ilustrado) que seja capaz de comunicar uma mensagem profunda de forma acessível e apelativa para o público-alvo.

3.4 – Público-Alvo

O projeto foi pensado para um público variado, mas foca-se principalmente em dois grupos:

- Crianças e jovens: Por ser um livro ilustrado com uma componente visual forte, a história atrai os mais novos. No entanto, como o tema central é o enfrentar os medos e a recuperação da imaginação que são problemas de que os jovens sentem bastante, especialmente quando têm de lidar com as pressões do dia-a-dia, considere este tema também de interesse para os jovens.
- Pessoas com bloqueios criativos ou inseguranças: A caminhada do personagem principal serve de inspiração para qualquer pessoa que sinta que "perdeu a sua voz" ou que tem

medo de falhar. O livro tenta mostrar que todos temos sonhos guardados dentro de nós, basta termos coragem para os enfrentar.

Em resumo, este livro destina-se a todos os que gostam de histórias visuais e que procuram uma mensagem de esperança e autoconhecimento. Pretendo que seja uma obra para quem acredita que nunca é tarde para voltar a sonhar.

3.5 – Equipamento/ Hardware

Para a realização deste projeto, utilizei um conjunto de equipamentos que permitiram passar as ideias do papel para o formato digital com qualidade. Os principais recursos foram:

- Computador (Portátil/Desktop)
- Mesa Digitalizadora
- Monitor
- Rato e Teclado

3.6 – Tecnologias Utilizadas

Para transformar a ideia do livro num produto final, utilizei diversas ferramentas digitais que permitiram trabalhar a imagem, o desenho e a organização das páginas. As principais tecnologias foram:

- Adobe Photoshop
- Adobe InDesign
- Adobe Illustrator
- Sistema Operativo Windows/macOS
- Microsoft Word

- Microsoft PowerPoint
- Canva
- WordArt
- Notebook KLM

3.7 – Cronograma

Fase	Descrição	Descrição
1ª Fase	Entrega do Pré-Projeto	10 a 14 de novembro
2ª Fase	Desenvolvimento do Projeto – Capítulo I	12 de dezembro
	Desenvolvimento do Projeto – Capítulo II	16 de janeiro
	Desenvolvimento do Projeto – Capítulo III	20 de fevereiro
	Entrega dos capítulos I, II e III	27 de fevereiro
3ª Fase	Reflexão do Projeto – Capítulo IV	6 de março
Trabalho Final	Entrega final do relatório da PAP	27 de março
Defesa da PAP	Apresentação e defesa do projeto	13 a 24 de abril

Durante o desenvolvimento do projeto foram também realizadas várias atividades práticas, como a pesquisa de referências, a criação da narrativa, a elaboração do storyboard, o processo de ilustração e a montagem final do livro.

O processo de ilustração teve início durante as férias de Natal, período em que começaram a ser produzidas as primeiras imagens do livro, e foi concluído durante as férias de Carnaval, momento em que todas as ilustrações ficaram finalizadas para a fase de design editorial e montagem do livro.

CAPÍTULO IV – Conclusão

4.1 – Objetivos

No início deste projeto foram definidos vários objetivos relacionados com o desenvolvimento de competências técnicas, criativas e conceptuais na área da Multimédia.

Ao longo da realização da PAP foi possível aplicar conhecimentos adquiridos durante o curso, nomeadamente nas áreas de design gráfico, ilustração digital, narrativa visual e design editorial. A criação do livro ilustrado permitiu integrar diferentes competências e demonstrar a capacidade de desenvolver um projeto multimédia completo, desde a conceção da ideia até à produção final.

Outro objetivo importante foi explorar a relação entre imaginação, criatividade e desenvolvimento pessoal, através da narrativa do personagem Polo. A história procurou transmitir uma mensagem simbólica sobre a importância de enfrentar medos, preservar a imaginação e valorizar os sonhos como parte essencial da experiência humana.

Para além disso, o projeto permitiu desenvolver novas competências, especialmente na área da ilustração digital, uma vez que esta foi uma área que exigiu prática, experimentação e evolução ao longo do processo.

Desta forma, considero que os objetivos definidos inicialmente foram cumpridos, resultando num projeto que reflete tanto as aprendizagens adquiridas ao longo do curso como a minha evolução enquanto criador na área da Multimédia.

4.2 – Apreciação Final

A realização deste projeto representou um desafio significativo, mas também uma experiência extremamente enriquecedora, tanto a nível académico como pessoal.

Durante o desenvolvimento da PAP tive a oportunidade de aprofundar conhecimentos técnicos, experimentar novas ferramentas e desenvolver competências criativas fundamentais para a área da Multimédia. Cada etapa do processo, desde a conceção da ideia até à finalização do livro, exigiu dedicação, organização e capacidade de adaptação a diferentes desafios.

Um dos aspetos mais marcantes deste projeto foi o processo de criação das ilustrações. Apesar de não possuir uma formação base sólida em desenho, encarei esta etapa como uma oportunidade de aprendizagem e evolução. Ao longo do processo fui desenvolvendo maior confiança na expressão gráfica e na utilização de ferramentas digitais de ilustração.

Para além do desenvolvimento técnico, este projeto teve também uma dimensão pessoal importante. A história criada reflete uma reflexão sobre os sonhos, os medos e o processo de autoconhecimento, temas que considero relevantes tanto a nível individual como coletivo.

Em conclusão, considero que a realização da PAP “Sonho?” foi uma experiência muito positiva, pois permitiu consolidar aprendizagens adquiridas ao longo do curso, desenvolver novas competências e criar um projeto com significado pessoal e artístico. Este trabalho representa não apenas o final de uma etapa do meu percurso académico, mas também um ponto de partida para futuros desafios na área da Multimédia e do Design.

Referências Bibliográficas

Anton, K. K., & Cruise, J. (2015). *Adobe InDesign CC 2015 Release: Classroom in a Book*. Adobe Press.

Barbosa, J. (2012). *A Evolução do Livro: Do Papiro ao Digital*. Editorial Caminho.

Ciadip – Centro de Investigação em Análise do Desenvolvimento Integral e Processos (s.d.). *Sonhos: a chave para decifrar o inconsciente e moldar a sua realidade*. Recuperado em [dia mês ano], de <https://ciadip.pt/sonhos-a-chave-para-decifrar-o-inconsciente-e-moldar-a-sua-realidade/>

Ciadip – Centro de Investigação em Análise do Desenvolvimento Integral e Processos. (s.d.). *Sonhos: a chave para decifrar o inconsciente e moldar a sua realidade*. Recuperado em 5 de fevereiro de 2026, de <https://ciadip.pt/sonhos-a-chave-para-decifrar-o-inconsciente-e-moldar-a-sua-realidade/>

Enciclopédia Britânica. (2024). *Johannes Gutenberg and the Printing*

Freely, P. (2022, 25 de janeiro). *Sonhos: origem e funções*. Psicologia Free. Recuperado em 5 de fevereiro de 2026, de <https://psicologiafree.com/2022/01/25/sonhos-origem-e-funcoes/>

Heller, E. (2013). *A Psicologia das Cores: Como as cores afetam a emoção e a razão*. Gustavo Gili.

Lélis, C. (2006). *InDesign CS2: Curso Completo*. FCA – Editora de Informática.

Lusiadas Saúde. (s.d.). *Importância da leitura*. Recuperado em 5 de fevereiro de 2026, de <https://www.lusiadas.pt/blog/criancas/idade-escolar/importancia-leitura>

National Geographic Portugal. (s.d.). *National Geographic Portugal*. Recuperado em 5 de fevereiro de 2026, de <https://www.nationalgeographic.pt/>

OECD. (2019). *PISA 2018 results (Volume I): What students know and can do*. OECD Publishing. <https://doi.org/10.1787/5f07c754-en>

PNL2027 – Programa Nacional de Leitura. (s.d.). *Contributos para a leitura*. Recuperado em 5 de fevereiro de 2026, de <https://www.pnl2027.gov.pt/np4/entreler/contributos.html>

pt.wikipedia.org. (s.d.). *Pensamento divergente*. Recuperado em 5 de fevereiro de 2026, de https://pt.wikipedia.org/wiki/Pensamento_divergente

Pumpkin. (s.d.). *Benefícios da leitura para crianças*. Recuperado em 5 de fevereiro de 2026, de <https://pumpkin.pt/familia/crescer-criancas/desenvolvimento-crescer-criancas/beneficios-da-leitura/>

RepositóriUM – Universidade do Minho. (s.d.). *Entidade de publicação relacionada com educação e leitura/desenvolvimento* [Repositório]. Recuperado em 5 de fevereiro de 2026, de <https://repositorium.uminho.pt/entities/publication/53a58813-ba48-4018-be89-07715f3da89d>

Revonsuo, A. (2000). The reinterpretation of dreams: An evolutionary hypothesis of the function of dreaming. *Behavioral and Brain Sciences*, 23(6), 877–901. <https://doi.org/10.1017/S0140525X00004015>

Runco, M. A., & Jaeger, G. J. (2012). The standard definition of creativity. *Creativity Research Journal*, 24(1), 92–96. <https://doi.org/10.1080/10400419.2012.650092>

Up to Kids. (s.d.). *Incentivar a leitura das crianças: como, porque, para quê e quando?* Recuperado em 5 de fevereiro de 2026, de <https://uptokids.pt/incentivar-a-leitura-das-criancas-como-porque-para-que-e-quando/>

Vidasimples.co. (s.d.). *Leitura na infância: como o hábito de ler transforma crianças*. Recuperado em 5 de fevereiro de 2026, de <https://vidasimples.co/morar/leitura-na-infancia-como-o-habito-de-ler-transforma-criancas/>

Anexos

Anexo I

Curso Profissional Técnico

De Multimédia

PRÉ PROJETO

CONDUCENTE À P.A.P.

Ano: 12º Turma:

Aluno: Paulo Sérgio Alceu de Santana Nº 7

Ano Letivo: 2025/2026

TÍTULO/TEMA

Título: Sonho?

Tema: Criação de um livro ilustrado

FUNDAMENTAÇÃO DA ESCOLHA DO PROJETO/ATIVIDADE

O projeto "Sonho?" surgiu a partir de uma vivência pessoal. A proposta veio de uma conversa entre amigos, enquanto trocávamos relatos sobre os nossos sonhos da noite anterior. No instante, notei que já fazia algum tempo que eu mesmo não sonhava, ou pelo menos, não me lembrava dos meus sonhos. Essa reflexão despertou em mim a curiosidade sobre o que implica "parar de sonhar" e a influência que isso pode exercer sobre a nossa criatividade e o nosso bem-estar emocional.

Com base nessa vivência, optei por desenvolver uma narrativa que abordasse esse assunto de maneira simbólica e lírica. Assim surgiu a narrativa de Polo, um personagem que inicia uma procura para redescobrir os seus sonhos esquecidos. A narrativa expressa uma caminhada interna, simbolizando o caminho de autoconhecimento, a superação dos medos e a reinterpretação da criatividade.

Neste projeto, vou procurar integrar a escrita criativa com o mundo da Multimédia, aperfeiçoando as minhas competências de narrativa, criação de ambiente e comunicação visual, que são fundamentais na área. A intenção é passar uma mensagem motivadora sobre a relevância de cultivar a imaginação e de nunca abrir mão dos próprios sonhos, mesmo quando parecem inalcançáveis.

Além do seu significado pessoal, este trabalho pode também motivar outras pessoas a pensarem sobre si mesmas, incentivando-as a se reconectar-se com o seu universo interno e a apreciar a habilidade de sonhar.

Em resumo, optei por este projeto porque considero que os sonhos simbolizam uma parte fundamental do ser humano, e por meio desta narrativa desejo ilustrar que sonhar é igualmente uma maneira de entender, curar e evoluir.

ATIVIDADE A DESENVOLVER

O projeto “Sonho?” será desenvolvido em várias etapas que unem a escrita, a ilustração e o design editorial:

- Pesquisa e inspiração: levantamento de referências visuais e literárias sobre o universo dos sonhos e da imaginação.
- Criação de *moodboard*: definição da paleta de cores, estilos visuais e a atmosfera poética da obra.
- Desenvolvimento da narrativa: escrita do texto principal, focando a caminhada do personagem Polo e a simbologia dos sonhos.
- Conceção visual: criação de esboços de personagens, cenários e elementos oníricos.
- Ilustração final: produção das imagens utilizando técnicas digitais (e, se necessário, tradicionais), explorando texturas e efeitos visuais.
- Design editorial: organização das páginas, escolha da tipografia e de uma composição equilibrada entre texto e imagem.
- Criação da uma capa e elementos gráficos: como o índice, a dedicatória e os créditos.
- Edição e finalização: revisão geral, montagem do livro em formato digital (PDF) e preparação de *mockups* de apresentação.

RECURSOS

Recursos humanos:

- Revisor de texto: Uma pessoa que possa apoiar na revisão ortográfica e gramatical da história.
- Orientador/Professor: Acompanhamento, feedback ao longo do processo e validação do desenvolvimento do projeto.
- Leitores: Um pequeno grupo de pessoas (amigos, colegas ou professores) que possam ler e avaliar a obra antes da versão final e dando opiniões para o seu melhoramento.

Recursos materiais:

- Mesa digitalizadora;
- Bibliografia e referências visuais;
- Computador;
- Adobe Illustrator;
- Adobe Photoshop;
- Adobe Indesign;
- Canva;
- Microsoft Word;
- Microsoft PowerPoint;

OBSERVAÇÕES

Data : ____/____/____

Aluno: _____

Anexo II

Polo não se lembrava da última vez que tinha sonhado. Enquanto os seus amigos e familiares narravam histórias de aventuras vividas durante a noite, ele acordava sempre num silêncio vazio. Era como se a sua mente se recusasse a criar fantasias, condenando-o à escuridão.

Os relatos vívidos das pessoas à sua volta faziam com que Polo se sentisse incompleto. Determinado a descobrir por que razão os seus sonhos tinham desaparecido, decidiu procurar aquilo que lhe faltava.

Durante meses, mergulhou em livros de lendas antigas e conversou com sábios de várias partes do mundo. Foi então que descobriu a existência de um lugar misterioso chamado “O Dormitório dos Imaginados”. Segundo esses sábios, esse espaço escondido entre a realidade e o esquecimento guardava os sonhos perdidos.

Movido por um desejo profundo de voltar a sonhar, Polo partiu à procura do Dormitório dos Imaginados. A viagem foi difícil: atravessou desertos intermináveis, escalou montanhas imponentes, enfrentou tempestades e criaturas das profundezas. Mas nunca perdeu a esperança.

Finalmente, após muitos anos de procura, chegou ao limiar desse lugar secreto. A entrada era uma simples porta de madeira, erguida num campo de flores silvestres. O coração de Polo acelerou ao rodar a maçaneta e entrar.

O espaço transformou-se numa clareira iluminada por mil e um pirilampos. As luzes dançavam no ar, desenhando formas e histórias efémeras que desapareciam tão depressa quanto surgiam. No centro da clareira, uma figura feminina de cabelos prateados aguardava serenamente.

— Cá estás — disse ela, com uma voz suave que ecoava entre as árvores. — Sou a guardiã deste lugar. Todos os que desejam recuperar os seus sonhos acabam por chegar até mim.

Polo contou-lhe o que sentia, partilhou o vazio que o acompanhava e a sua longa procura por respostas. A guardiã sorriu com compreensão e fez sinal para que se aproximasse. Tocou-lhe

suavemente na testa e, de repente, o chão sob os seus pés transformou-se num espelho de água cristalina.

— Os teus sonhos não te foram roubados — explicou ela. — Estão escondidos dentro de ti, reprimidos por medos e inseguranças que não querem revelar as suas histórias. Mas aqui, podes enfrentá-los.

De imediato, imagens começaram a surgir na superfície da água. Polo viu fragmentos dos seus próprios medos: falhas passadas, rejeições dolorosas, esperanças desfeitas. Com coragem, enfrentou cada uma dessas sombras e, pouco a pouco, começou a perdoar-se.

A cada perdão, o espelho de água transformava-se num mar de estrelas, revelando sonhos esquecidos que emergiam das profundezas da sua mente. Viu-se a navegar por rios encantados, a explorar os confins do universo e a dançar sob céus multicoloridos.

A guardiã suspirou, satisfeita por ver Polo recuperar as suas histórias perdidas.

— Agora tens a chave dos teus sonhos — disse ela. — Usa-a com sabedoria e nunca temas enfrentá-los.

Quando regressou ao mundo real, Polo trazia consigo a força dos sonhos recuperados. Todas as noites adormecia com a certeza de que novas aventuras o esperavam. E, ao acordar, as suas manhãs eram preenchidas com narrativas vibrantes e imaginações sem fim.

Naquela viagem, Polo não recuperou apenas os seus sonhos, redescobriu também a coragem de enfrentar os próprios medos. E assim percebeu que a verdadeira magia dos sonhos não está apenas em vivê-los, mas em aprender e crescer através deles.

Anexo III

Versão Resumida:

Polo vivia sem sonhos, enquanto os que o rodeavam partilhavam aventuras noturnas. Sentindo-se incompleto, decidiu procurar os seus sonhos perdidos. Após meses de leitura e conversas com sábios, descobriu a existência de um lugar mágico: O Dormitório dos Imaginados, onde os sonhos esquecidos podiam ser reencontrados.

Determinado, enfrentou uma longa e difícil viagem até chegar a uma porta de madeira num campo florido. Ao atravessá-la, encontrou uma clareira iluminada por pirilampos e uma guardiã de cabelos prateados. Ela revelou-lhe que os seus sonhos estavam escondidos dentro de si, reprimidos pelos seus medos.

Num espelho de água cristalina, Polo viu os seus receios e mágoas. Enfrentou-os com coragem e, ao perdoar-se, os seus sonhos começaram a emergir como estrelas. Viu-se a viver aventuras maravilhosas e a recuperar a sua imaginação.

Ao regressar ao mundo real, Polo voltou a sonhar todas as noites. Descobriu que a verdadeira magia dos sonhos está em enfrentá-los, aprender com eles e crescer.

Anexo IV

Estrutura do livro

Entre 16 e 24 páginas:

- Capa – Título e ilustração principal.
- Página 1 – Polo não se lembra da última vez que sonhou.
- Página 2 – Os amigos e familiares falam dos seus sonhos.
- Página 3 – Polo sente-se incompleto e decide procurar respostas.
- Página 4 – Pesquisa em livros e conversa com sábios.
- Página 5 – Descobre o “Dormitório dos Imaginados”.
- Página 6 – Decide partir para procurar os seus sonhos.
- Página 7 – A viagem difícil: desertos, montanhas, tempestades.
- Página 8 – Chega à porta de madeira no campo florido.
- Página 9 – Entra na clareira iluminada por pirilampos.
- Página 10 – Encontra a guardiã de cabelos prateados.
- Página 11 – Explica o seu vazio e a procura.
- Página 12 – A guardiã toca-lhe na testa.
- Página 13 – O chão transforma-se num espelho de água.
- Página 14 – Polo vê os seus medos e começa a enfrentá-los.
- Página 15 – O espelho transforma-se num mar de estrelas.
- Página 16 – Polo vive aventuras nos seus sonhos.
- Página 17 – A guardiã entrega-lhe a chave dos sonhos.
- Página 18 – Polo regressa ao mundo real e volta a sonhar.
- Página 19-20 – Conclusão: a magia dos sonhos está em crescer com eles.

Divisão da história por página (20 páginas)

Página 1

Polo não se lembrava da última vez que tinha sonhado. Enquanto os seus amigos e familiares narravam histórias de aventuras vividas durante a noite, ele acordava sempre num silêncio vazio. Era como se a sua mente se recusasse a criar fantasias, condenando-o à escuridão.

Página 2

Os relatos vívidos das pessoas à sua volta faziam com que Polo se sentisse incompleto. Determinado a descobrir por que razão os seus sonhos tinham desaparecido, decidiu procurar aquilo que lhe faltava.

Página 3

Durante meses, mergulhou em livros de lendas antigas e conversou com sábios de várias partes do mundo. Foi então que descobriu a existência de um lugar misterioso chamado “O Dormitório dos Imaginados”.

Página 4

Segundo esses sábios, esse espaço escondido entre a realidade e o esquecimento guardava os sonhos perdidos.

Página 5

Movido por um desejo profundo de voltar a sonhar, Polo partiu à procura do Dormitório dos Imaginados.

Página 6

A viagem foi difícil: atravessou desertos intermináveis, escalou montanhas imponentes, enfrentou tempestades e criaturas das profundezas. Mas nunca perdeu a esperança.

Página 7

Finalmente, após muitos anos de procura, chegou ao limiar desse lugar secreto. A entrada era uma simples porta de madeira, erguida num campo de flores silvestres.

Página 8

O coração de Polo acelerou ao rodar a maçaneta e entrar.

Página 9

O espaço transformou-se numa clareira iluminada por mil e um pirilampos. As luzes dançavam no ar, desenhando formas e histórias efémeras que desapareciam tão depressa quanto surgiam.

Página 10

No centro da clareira, uma figura feminina de cabelos prateados aguardava serenamente.

— Cá estás — disse ela, com uma voz suave que ecoava entre as árvores. — Sou a guardiã deste lugar. Todos os que desejam recuperar os seus sonhos acabam por chegar até mim.

Página 11

Polo contou-lhe o que sentia, partilhou o vazio que o acompanhava e a sua longa procura por respostas.

Página 12

A guardiã sorriu com compreensão e fez sinal para que se aproximasse. Tocou-lhe suavemente na testa e, de repente, o chão sob os seus pés transformou-se num espelho de água cristalina.

Página 13

— Os teus sonhos não te foram roubados — explicou ela. — Estão escondidos dentro de ti, reprimidos por medos e inseguranças que não querem revelar as suas histórias. Mas aqui, podes enfrentá-los.

Página 14

De imediato, imagens começaram a surgir na superfície da água. Polo viu fragmentos dos seus próprios medos: falhas passadas, rejeições dolorosas, esperanças desfeitas.

Página 15

Com coragem, enfrentou cada uma dessas sombras e, pouco a pouco, começou a perdoar-se.

Página 16

A cada perdão, o espelho de água transformava-se num mar de estrelas, revelando sonhos esquecidos que emergiam das profundezas da sua mente.

Página 17

Viu-se a navegar por rios encantados, a explorar os confins do universo e a dançar sob céus multicoloridos.

Página 18

A guardiã suspirou, satisfeita por ver Polo recuperar as suas histórias perdidas.

— Agora tens a chave dos teus sonhos — disse ela. — Usa-a com sabedoria e nunca temas enfrentá-los.

Página 19

Quando regressou ao mundo real, Polo trazia consigo a força dos sonhos recuperados. Todas as noites adormecia com a certeza de que novas aventuras o esperavam.

Página 20

E, ao acordar, as suas manhãs eram preenchidas com narrativas vibrantes e imaginações sem fim.

Naquela viagem, Polo não recuperou apenas os seus sonhos, redescobriu também a coragem de enfrentar os próprios medos. E assim percebeu que a verdadeira magia dos sonhos não está apenas em vivê-los, mas em aprender e crescer através deles.

Anexo V

Anexo VI

The background is a deep blue night sky filled with soft, white, fluffy clouds. A large, bright yellow moon with a simple face (two dots for eyes and a curved line for a smile) is positioned in the upper left. Several glowing yellow stars of various sizes are scattered across the sky, some with a soft white glow. Small, glowing yellow circles with a white outline and a small bow-like shape at the top are also visible. In the center, the word "Sonho" is written in a stylized, white, cursive font, enclosed within a white, cloud-like outline. To the right of the word, a small cartoon boy with curly brown hair, wearing a red and green striped shirt and blue pants, is sitting on a white cloud, looking towards the left.

Sonho

Paulo Sérgio Alceu de Santana







Titulo: Sonho?

Autor: Paulo Sérgio Alceu de Santana

Ilustrações: Paulo Sérgio Alceu de Santana

FICHA TÉCNICA

Edição e copyright: ©2026

Agrupamento de Escolas de Almeirim

Curso Profissional de Técnico de Multimédia





Polo não se lembrava da última vez que tinha sonhado...

Enquanto os seus amigos e familiares narravam histórias de aventuras vividas durante a noite, ele acordava sempre num silêncio vazio. Era como se a sua mente se recusasse a criar fantasias, condenando-o à escuridão.

Os relatos vívidos das pessoas à sua volta
faziam com que Polo se sentisse incompleto.

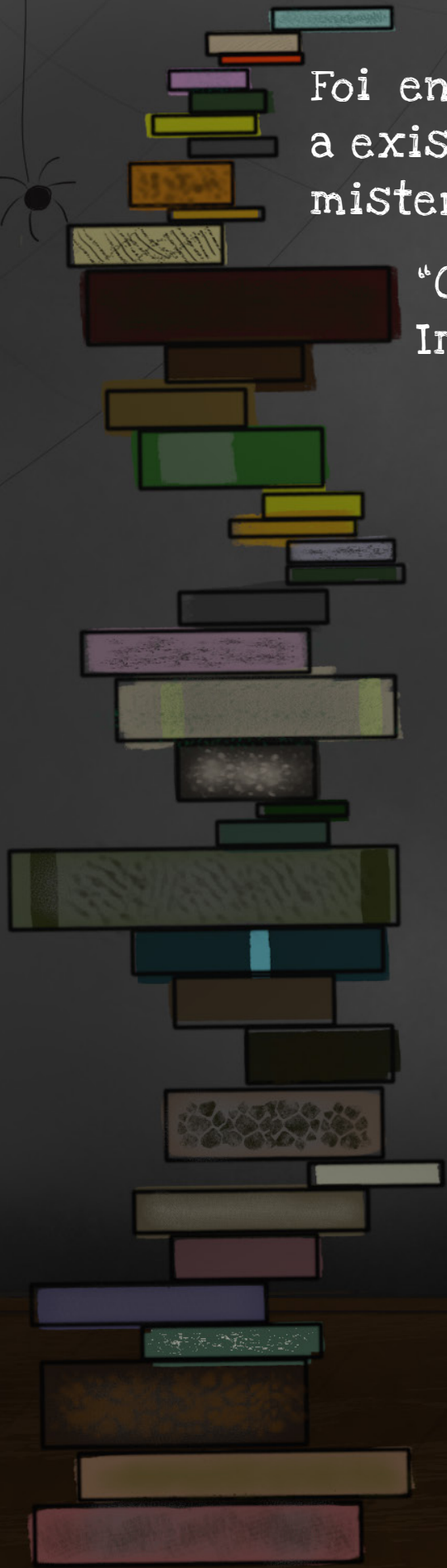


Determinado a descobrir por que razão os seus sonhos tinham desaparecido, decidiu procurar aquilo que lhe faltava.



Durante meses, mergulhou em livros de lendas antigas e conversou com sábios de várias partes do mundo.



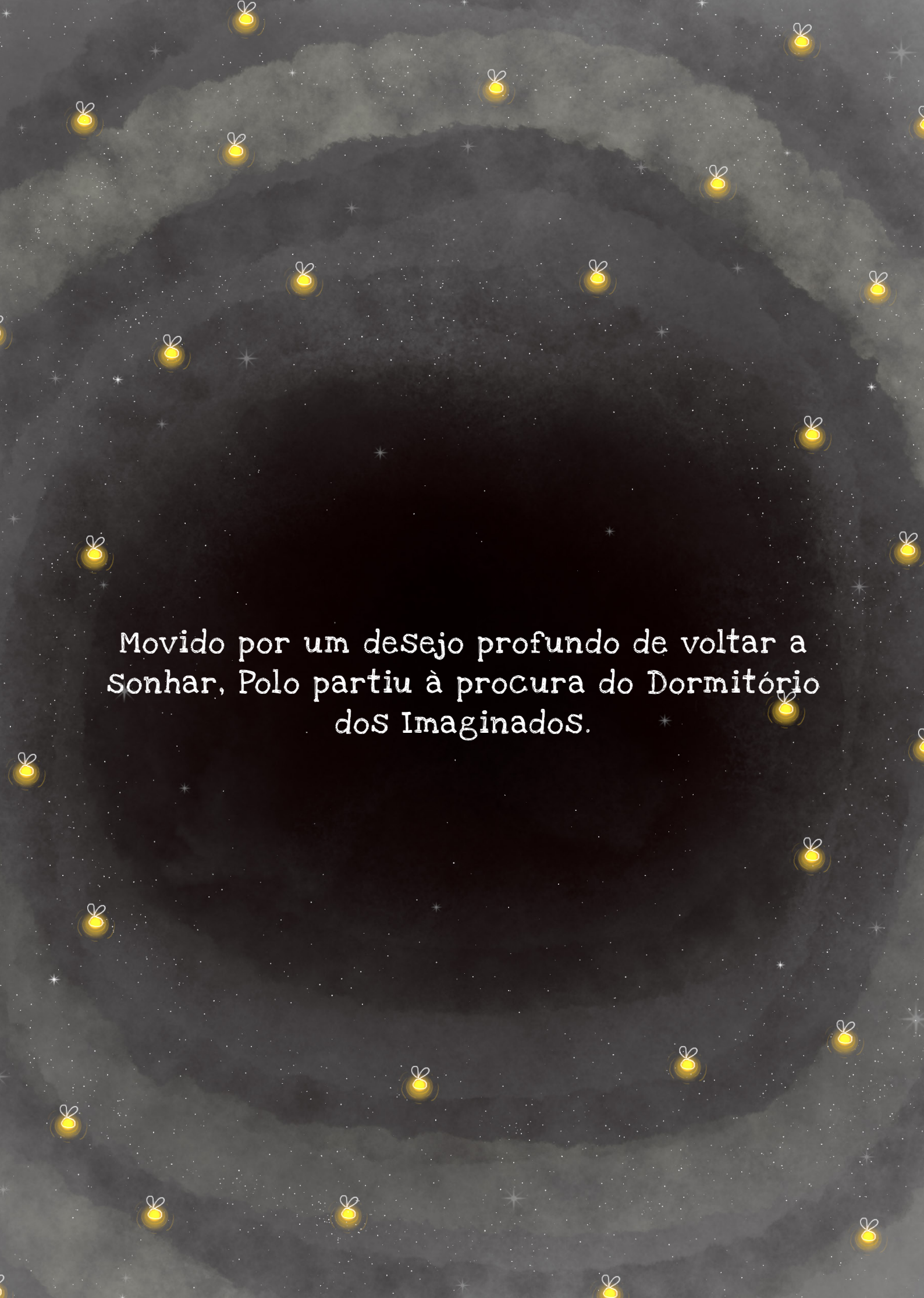


Foi então que descobriu
a existência de um lugar
misterioso chamado:

“O Dormitório dos
Imaginados”.

Segundo esses sábios, esse espaço escondido
entre a realidade e o esquecimento guardava
os sonhos perdidos.





Movido por um desejo profundo de voltar a
sonhar, Polo partiu à procura do Dormitório
dos Imaginados.

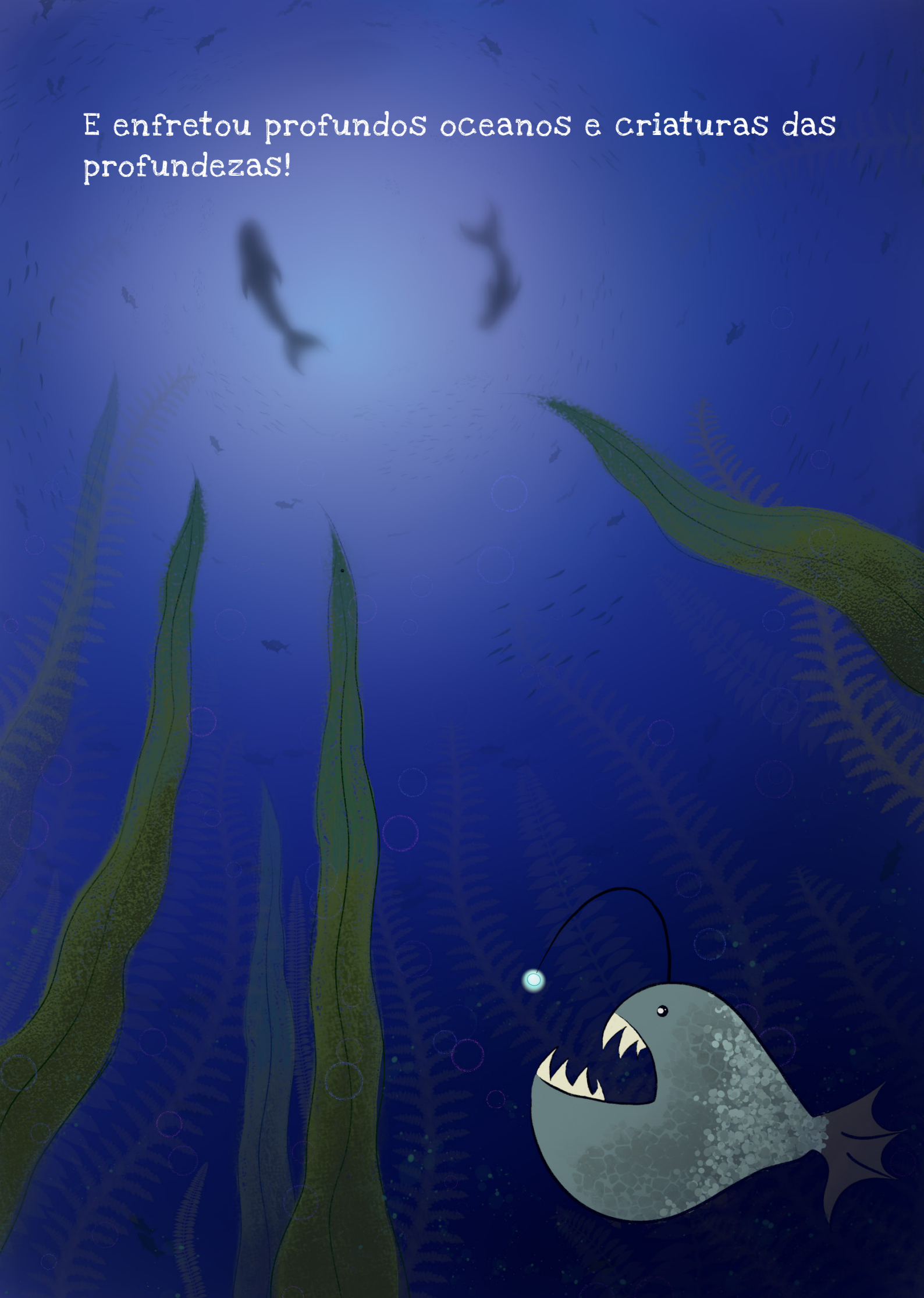
A viagem foi difícil: atravessei
desertos intermináveis...



... Escalou montanhas imponentes...



E enfrentou profundos oceanos e criaturas das profundezas!

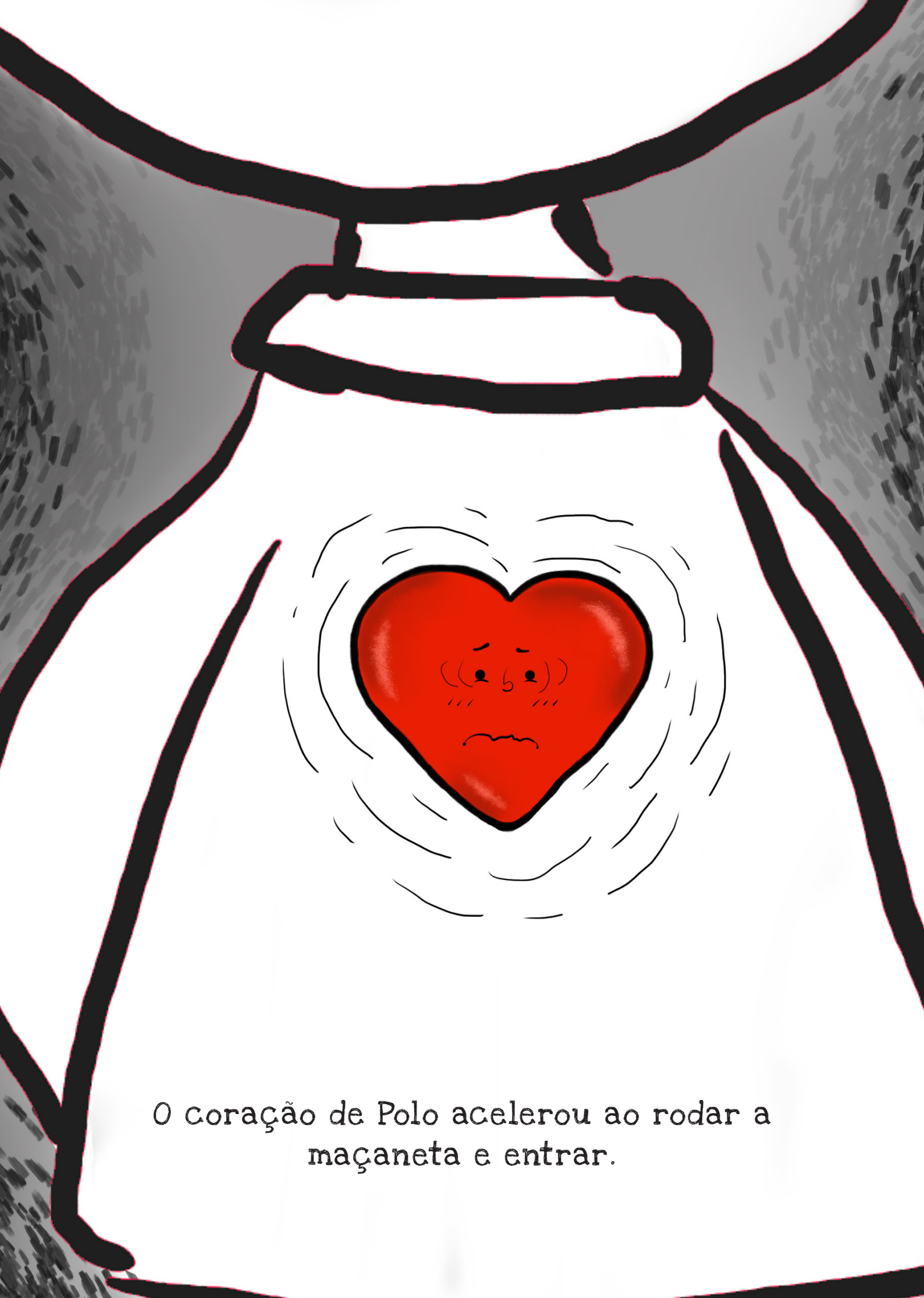




Mas nunca perdeu a esperança...



Finalmente, após muitos anos de procura, chegou ao limiar desse lugar secreto. A entrada era uma simples porta de madeira, erguida num campo de flores silvestres.



O coração de Polo acelerou ao rodar a
maçaneta e entrar.

A whimsical illustration of a forest clearing at night. The scene is framed by dark, silhouetted tree trunks on the left and right. The ground is covered in lush green grass and foliage. Numerous glowing fireflies, depicted as small yellow spheres with white outlines and wings, are scattered throughout the scene, creating a magical atmosphere. In the center, a bright, starburst-like light source emanates rays of light, illuminating the surrounding area. The overall color palette is dominated by deep greens, browns, and the warm yellow of the fireflies and central light.

O espaço transformou-se numa clareira iluminada por mil e um pirilampos. As luzes dançavam no ar, desenhando formas e histórias efêmeras que desapareciam tão depressa quanto surgiam.



No centro da clareira, uma figura feminina de cabelos prateados aguardava serenamente.

- Cá estás - disse ela, com uma voz suave que ecoava entre as árvores. - Sou a guardiã deste lugar. Todos os que desejam recuperar os seus sonhos acabam por chegar até mim.



Polo contou-lhe o que sentia, partilhou o vazio
que o acompanhava e a sua longa procura por
respostas.

A guardiã Sorriu com compreensão e fez sinal para que se aproximasse. Tocou-lhe suavemente na mão.





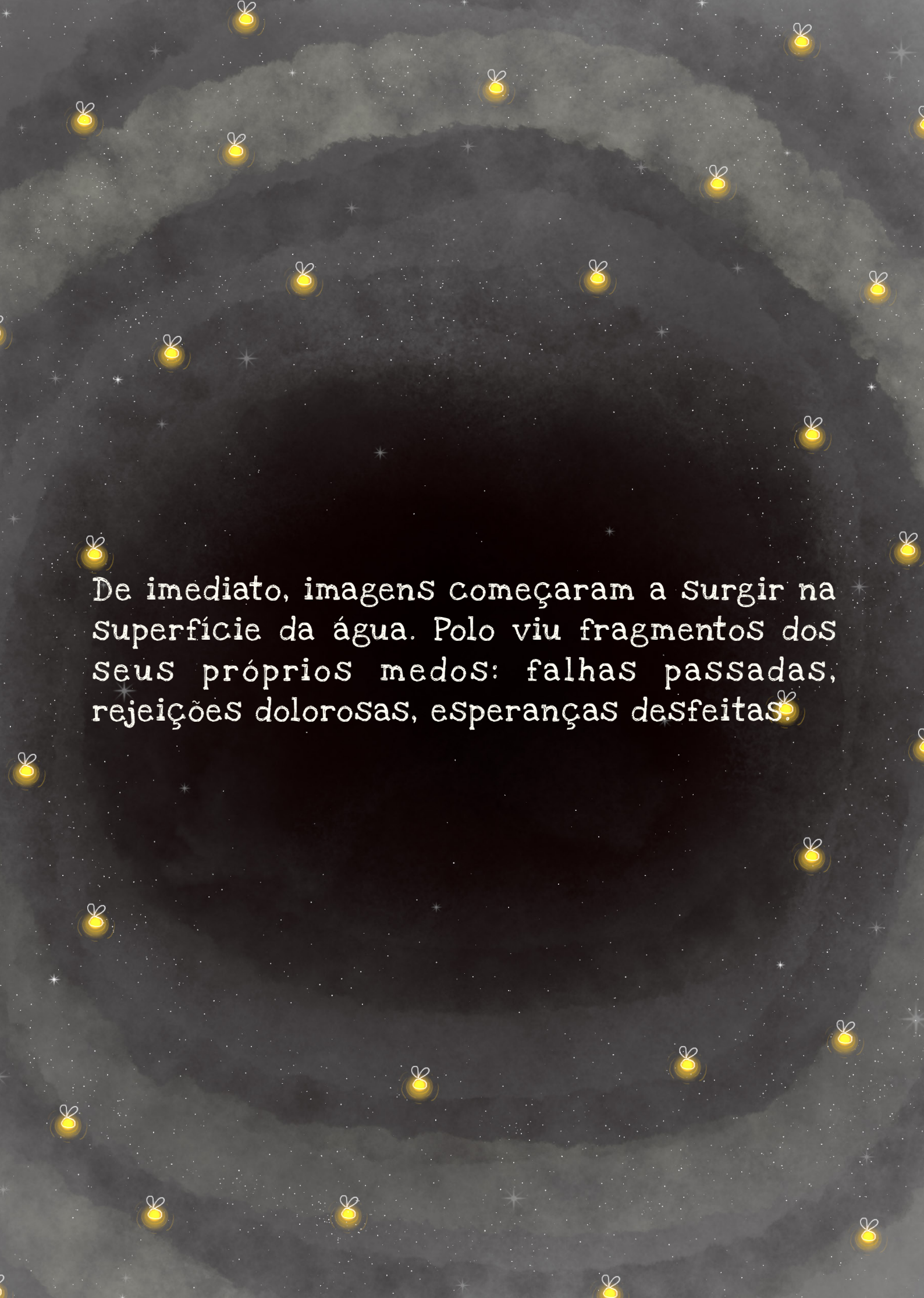
E, de repente, o chão sob os seus pés transformou-se num espelho de água cristalina.



- Os teus sonhos não te foram roubados - explicou ela.

- Estão escondidos dentro de ti, reprimidos por medos e inseguranças que não querem revelar as suas histórias. Mas aqui, podes enfrentá-los.





De imediato, imagens começaram a surgir na superfície da água. Polo viu fragmentos dos seus próprios medos: falhas passadas, rejeições dolorosas, esperanças desfeitas.

Com Coragem, enfrentou
cada uma dessas Sombras...



E, pouco a pouco, começou a perdoar-se.

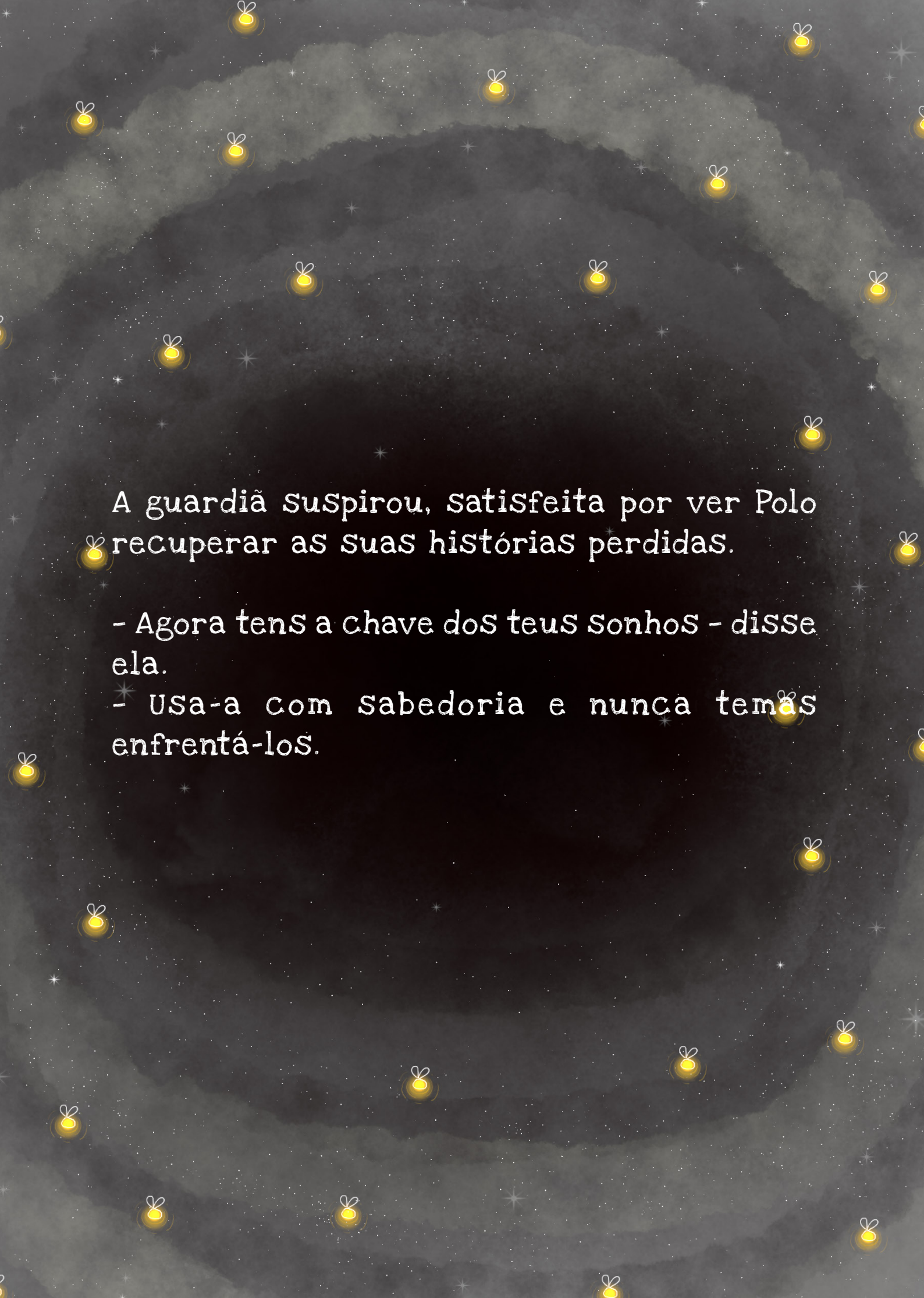


A cada perdão, o espelho de água transformava-se num mar de estrelas, revelando sonhos esquecidos que emergiam das profundezas da sua mente.





Viu-Se a navegar por rios encantados,
a explorar os confins do universo e a
dançar sob céus multicoloridos.



A guardiã suspirou, satisfeita por ver Polo recuperar as suas histórias perdidas.

- Agora tens a chave dos teus sonhos - disse ela.

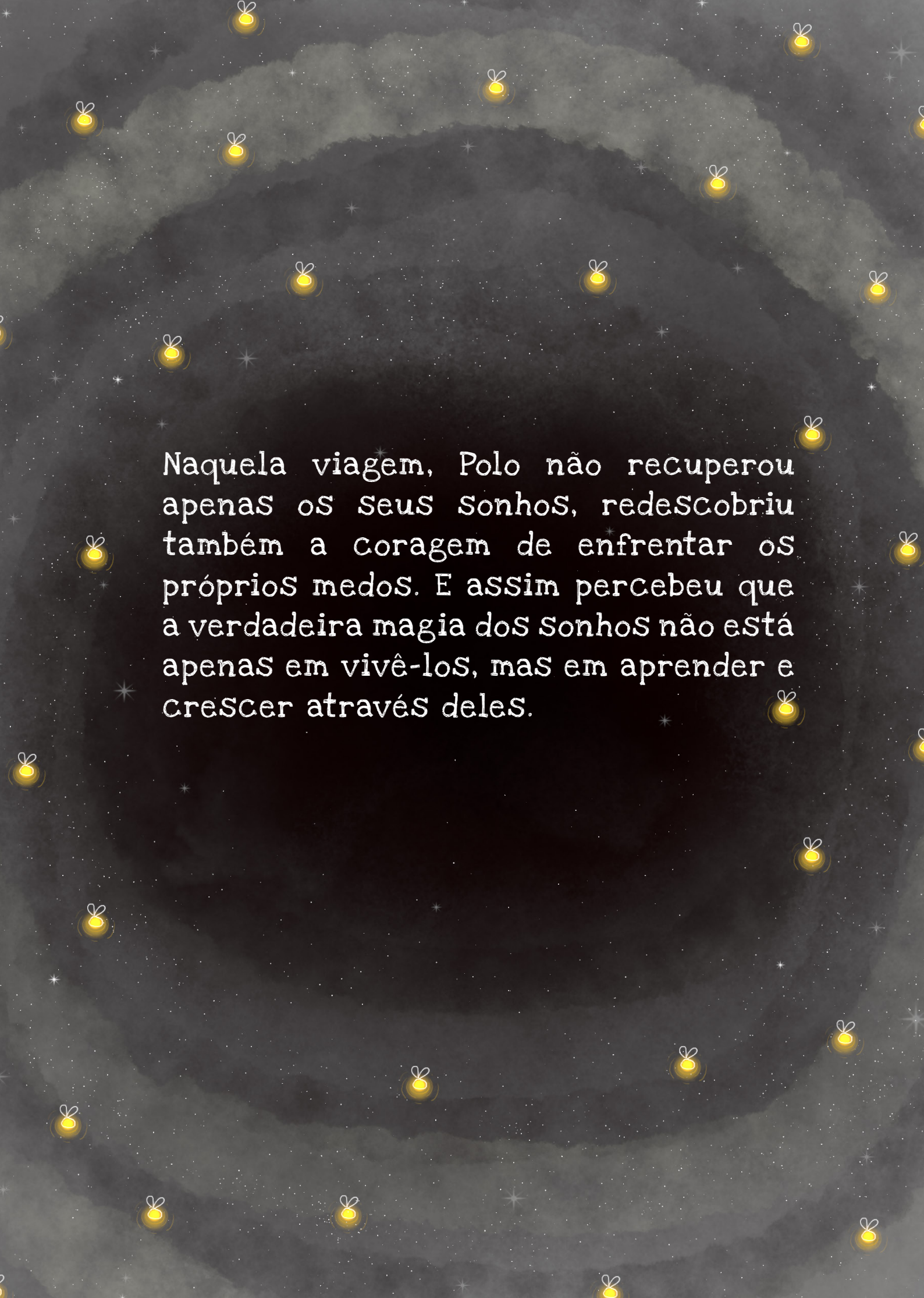
- Usa-a com sabedoria e nunca temas enfrentá-los.

Quando regressou ao mundo real, Polo trazia consigo a força dos sonhos recuperados. Todas as noites adormecia com a certeza de que novas aventuras o esperavam.



E, ao acordar, as suas manhãs eram preenchidas com narrativas vibrantes e imaginações sem fim.





Naquela viagem, Polo não recuperou apenas os seus sonhos, redescobriu também a coragem de enfrentar os próprios medos. E assim percebeu que a verdadeira magia dos sonhos não está apenas em vivê-los, mas em aprender e crescer através deles.





Polo vivia Sem Sonhos, enquanto todos à sua volta acordavam com histórias mágicas para contar. Sentindo-se diferente e incompleto, decide partir para procurar aquilo que lhe falta. É então que ouve falar do enigmático Dormitório dos Imaginados, um lugar onde os Sonhos esquecidos podem ser reencontrados.

Após uma longa viagem, chega a uma misteriosa porta no meio de um campo florido e conhece uma guardiã que lhe revela que a resposta pode estar mais perto do que imagina. Entre medos, dúvidas e descobertas, Polo terá de enfrentar algo que sempre evitou.

Mas será que está preparado para descobrir onde realmente se escondem os seus Sonhos?

Autor: Paulo Sérgio Alceu de Santana

Orientação: Professora Teresa Maria Rodrigues Marcelino

Prova de Aptidão Profissional de Técnico de Multimédia

2025-2026

Agrupamento de Escolas de Almeirim