

CURSO CIENTÍFICO-HUMANÍSTICO DE CIÊNCIAS E TECNOLOGIAS

Aplicações Informáticas B

Saúde mental e prevenção da violência

por

Daniel Aléxis

Hugo Cordeiro

Mariana Peixoto

Vasco Rego

Introdução à Programação

Projeto

Barcelos 2021/2022

Índice

| | |
|----------------------------------|-----------|
| Introdução | 6 |
| O que é, afinal, a saúde mental? | 6 |
| O que é a violência? | 6 |
| Descrição do projeto | 9 |
| Programação | 9 |
| Questionário/Quiz | 9 |
| Estrutura do Questionário/Quiz | 9 |
| Pontuação | 10 |
| Conclusão | 12 |
| Bibliografia | 13 |

Índice de Figuras

| | |
|--|----|
| ILUSTRAÇÃO 1 – CARTAZ SOBRE A SAÚDE MENTAL | 6 |
| ILUSTRAÇÃO 2 – INICIAÇÃO DO QUIZ | 9 |
| ILUSTRAÇÃO 3 – PONTUAÇÃO | 10 |
| ILUSTRAÇÃO 4 – TABELA DE PONTUAÇÃO | 10 |

Introdução

No âmbito da disciplina de Cidadania e Aplicações Informáticas B, desenvolvemos um trabalho em que é abordado o tema relativo à saúde mental e prevenção da violência. Este tema merece o cuidado e atenção por parte de todas as pessoas, uma vez ser um tópico cada vez mais corrente nos dias de hoje e devemos saber como lidar ou como prevenir tais doenças, assim como saber quais os sintomas iniciais de algum transtorno mental.

O que é, afinal, a saúde mental?

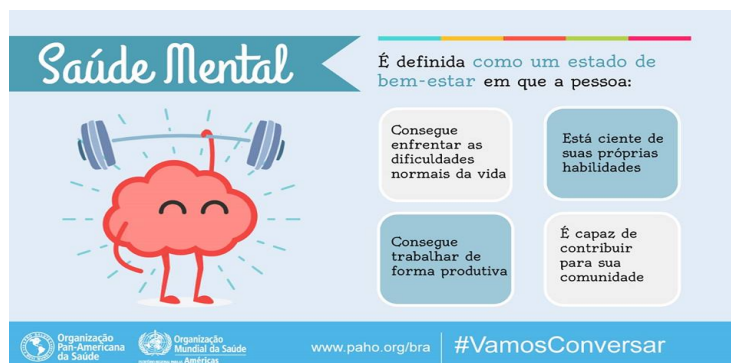
Saúde mental é um conceito vago que engloba desde transtornos como dislexia, esquizofrenia, autismo, trissomia 21, demência senil, depressão, que se manifestam de diferentes formas e com diferentes sintomas, como distúrbios psicológicos e de comportamento – ansiedade, stresse e tristeza por exemplo, que estão diretamente relacionados com as condições de vida impostas pela sociedade atual. Embora seja uma patologia tão abrangente, é longa a tradição de lidar mal com as pessoas que têm “problemas mentais”.

O que é a violência?

Violência é definida pela Organização Mundial da Saúde como "o uso intencional de força física ou poder, ameaçados ou reais, contra si mesmo, contra outra pessoa ou contra um grupo ou comunidade, que resultem ou tenham grande probabilidade de resultar em ferimento, morte, dano psicológico, mau desenvolvimento ou privação", embora o grupo reconheça que a inclusão de "uso do poder" em sua definição expande a compreensão convencional da palavra. Os exemplos mais conhecidos de violência mais conhecidos são:

- violência física
- violência psicológica
- violência moral
- violência sexual
- violência económica
- violência social

Para tal, desenvolvemos um jogo-questionário, em linguagem C, o qual é bastante flexível para a criação deste tipo de jogos, questionários, desafios e até para resolver alguns problemas. Este jogo é constituído por 11 perguntas em que se abordam os temas anteriormente referidos, de forma a dar a conhecer ao jogador alguns conceitos e noções ainda não conhecidas, muitas vezes.



Descrição do projeto

Este projeto desenvolvido nas aulas de Aplicações Informáticas B teve como resultado a elaboração de um quiz/jogo relacionado com o tema “Saúde Mental e Prevenção da Violência” com o objetivo de verificar o conhecimento do jogador em relação a este assunto. Neste projeto, elaboramos questões relativas ao assunto abordado, com diferentes níveis de dificuldade, com respostas de escolha múltipla e ao longo do jogo é indicada a pontuação do jogador.

Programação

Este projeto foi desenvolvido na Linguagem C, esta linguagem de programação é uma das linguagens mais antigas e mais famosas devido ao facto de ter capacidades de baixo nível e ao seu grande suporte nas várias plataformas (Windows, Linux, Unix, etc...). É também a linguagem usada para a criação de outras linguagens como Java, Python, C# e entre outras.

Questionário/Quiz

Para este questionário foram elaboradas 11 perguntas de resposta de escolha múltipla, cada uma com 4 opções de resposta sendo uma a opção correta. As perguntas estão guardadas num ficheiro de texto com o seguinte formato:

```
pergunta|Resposta1|Resposta2|Resposta3|Resposta4|OpcaoCorreta
```

Exemplo:

```
demos curar as doenças mentais?|Sim, todas.|Não, só se podem tratar.|Não, nenhuma.|Sim, com  
acompanhamento de um psicólogo.|2
```

Estrutura do Questionário/Quiz

O questionário é iniciado após o jogador introduzir o seu nome e pressionar a tecla ENTER para avançar, de seguida das 11 perguntas são seleccionadas 10 aleatoriamente para serem respondidas pelo jogador.

```
|-----|  
|      Quiz de Cidadania      |  
|-----|  
Nome: Daniel  
  
Pressiona ENTER para começar a jogar
```

Ilustração 2 - Iniciação do quiz

Ao terminar o questionário o é perguntado ao jogador se ele deseja tentar outra vez e aparece 3 opções de escolha sendo estas “Sim”, “Não” e “Mostrar tabela dos melhores resultados”. Caso o jogador escolha a opção “Sim” o questionário recomeça e são escolhidas 10 novas perguntas, caso o jogador escolha “Não” o programa terminará e caso o jogador escolha “Mostrar tabelas dos melhores resultados” será apresentada a tabela com as pontuações individuais.

Pontuação

Sendo a pontuação máxima 100% ou 10 pontos, cada pergunta vale 10% ou 1 ponto.

```
Acertaste 10% das perguntas!  
Conseguiste 1 pontos.  
  
Queres tentar outra vez?  
  
1. Sim  
2. Nao  
3. Mostrar tabela dos melhores resultados
```

Ilustração 3 - Pontuação

A tabela de pontuação (que pode ser visualizada no final do questionário) mostra as 10 melhores pontuações, estas são guardadas num ficheiro. Sempre que o jogador atingir uma pontuação que se enquadra nas 10 melhores, o programa percorrerá a tabela e introduzirá a pontuação na respetiva posição, de seguida o programa elimina a pontuação mais baixa na tabela ficando, outra vez, com 10 posições na tabela.

```
---      -----      ---  
Pos      Nome          Pts  
---      -----      ---  
1         Hugo          9  
2         Joaquim       1  
---      -----      ---  
  
Queres tentar outra vez?  
  
1. Sim  
2. Nao  
3. Mostrar tabela dos melhores resultados
```

Ilustração 4 - Tabela de Pontuação

Conclusão

O nosso projeto consistiu em criarmos um quiz ou questionário que aborda o tema “Saúde Mental e Prevenção da Violência” para testar o conhecimento dos jogadores. Com a realização deste, o grupo foi capaz de adquirir e de expandir os seus conhecimentos relativos a este tópico que é tão relevante.

No decorrer da realização do projeto conseguimos aplicar e aprimorar os nossos conhecimentos em linguagem C bem como desenvolver a nossa autonomia e espírito crítico.

Em suma pudemos refletir sobre a versatilidade de opções que a linguagem C nos oferece e adaptá-la a códigos úteis no desenvolvimento de aplicações.

Bibliografia

Estes foram alguns dos materiais utilizados para facilitar a realização do projeto:

- Fatos rápidos: Depressão - Manual MSD Versão Saúde para a Família : www.msdmanuals.com
- O que é a Demência? | Associação Alzheimer Portugal : alzheimerportugal.org
- Almeida, Bárbara, Saúde mental e prevenção da violência: prezi.com
- Escola Básica e Secundária de Vilar Formoso, Saúde Mental e Prevenção da Violência : prezi.com
- Tammingo, Carol, Esquizofrenia, Manual MSD Versão Saúde para a Família : www.msdmanuals.com
- Adições/ Dependências : saudemental.pt