

Klik conecta tus ideas

Romano Marín, Ercilia

2025-05-28

<https://hdl.handle.net/20.500.11777/6266>

<http://repositorio.iberopuebla.mx/licencia.pdf>



Klik conecta tus ideas

Ercilia Romano Marín

Diseño Integral III

Primavera 2025



conecta tus ideas

Kiik

Resumen

El proyecto atiende la falta de estimulación mental en adultos mayores con deterioro cognitivo leve y la escasa participación familiar, provocando el aceleramiento del trastorno que afecta la calidad de vida. A través del Diseño Centrado en el Usuario y Design Thinking, se desarrolló Klik, una herramienta lúdica que promueve la estimulación cognitiva y la interacción familiar mediante dinámicas recreativas. Durante la validación, se observó una respuesta positiva de los adultos mayores, quienes mostraron motivación al utilizar la herramienta, contrario a lo esperado. Además, los familiares también disfrutaron la experiencia, describiéndola como divertida, lo que refleja el potencial de Klik como una propuesta efectiva para mejorar el bienestar de los adultos mayores y fortalecer los lazos familiares. Se concluye que el proyecto tiene potencial de escalabilidad, por lo que se contempla el desarrollo de más recursos que amplíen y fortalezcan la herramienta lúdica.

Palabras clave: estimulación mental, deterioro cognitivo leve, participación de la familia, calidad de vida, Klik, herramienta lúdica, dinámicas recreativas y estimulación cognitiva.

Índice

Introducción	7
Antecedentes del problema	8
Justificaciones	10
Descripción del problema	11
Sinopsis del caso	11
Pregunta de investigación	12
Nicho de oportunidad	12
Competencias y/o casos análogos	12
Objetivos generales	13
Objetivos específicos	13
Metodología	13
Marco conceptual	21
Tipos de Deterioro Cognitivo	21
Síntomas	22
Factores de riesgo	22
Beneficios de un diagnóstico temprano	23
Rol activo de la familia	23
Tratamientos para el deterioro cognitivo leve	24
Tratamientos de estimulación cognitiva no farmacológica	24
Tratamientos de estimulación cognitiva farmacológica	25
Test Cognitivo de Montreal (MoCA)	25
Método lúdico de aprendizaje	26
Ejemplos de actividades lúdicas relacionadas con el tema	26
Especificaciones del proyecto	27
Definición del problema	28
Tabla de emisor	29
Análisis FODA	29

Descripción detallada del proyecto	30
Logotipo	30
Paleta de colores	31
Materiales utilizados	31
Contenido	33
Las tarjetas se dividen en 5 categorías	33
5 cubos y 1 dado	34
4 crayones	34
6 stickers	35
Calendario	35
Instructivo	36
Infografía	37
Playlist	37
¿Cómo jugarlo?	38
Tips	38
Redes sociales	39
Herramientas extras	39
Fórmula de Geoff Moore	40
Big Ideal	40
Golden Circle	41
Filosofía	41
Misión	42
Visión	42
Valores	42
Pertinencia	42
Relevancia	42
Viabilidad	43

Modelo de negocios	43
Plan de negocios	46
Inversión inicial	47
Gastos fijos	48
Nómina	48
Costos de producción	49
Punto de equilibrio	50
Retorno de inversión	50
Prototipo 1	50
Prototipo 2	51
Prototipo 3	52
Validación final	53
Conclusiones	57
Anexos	67

Introducción

Según datos mencionados en el apartado de antecedentes de este documento, existen diversas causas que provocan el Desarrollo Cognitivo Leve (DCL), siendo el envejecimiento el más común. Según la Alzheimer's Association del 10% al 20% de los adultos mayores a partir de los 65 años padecen este trastorno. Lamentablemente esta es una condición que avanza con rapidez, y si no se ejercita la parte cognitiva de la mente, puede evolucionar a demencia en un periodo de entre 6 y 12 meses.

En ese mismo apartado, se expone que según una investigación del Policlínico Comunitario de Palma Soriano en Cuba, la participación activa de las familias cumple con un papel primordial como apoyo para la mejora de la calidad de vida para las personas con DCL.

Entre los casos análogos expuestos en el apartado del mismo nombre, destaca una investigación del Centro Universitario Municipal Cumanayagua en Cuba, la cual propuso una serie de ejercicios lúdicos con el fin de estimular la mente de los adultos mayores con DCL. El estudio sostiene que este tipo de herramientas fomenta la agilidad mental, y mejorarla calidad de vida de las personas que padecen esta condición.

Es por eso que en el apartado del objetivo general de la presente investigación, se plantea que la marca busca contrarrestar la decadencia de la memoria de adultos mayores de entre 65 a 80 años, que presentan síntomas de este padecimiento y que viven con su familia en el estado de Puebla, a través de una herramienta lúdica, fomentando simultáneamente la participación del entorno familiar, con el fin de mejorar la calidad de vida de dichos adultos mayores.

Por lo que, en la sección de la descripción detallada del proyecto, se expone que como solución se diseñó la marca Klik; una herramienta lúdica que busca mejorar la calidad de vida de las personas con deterioro cognitivo leve en compañía de su familia, esto con el fin de agilizar la mente de los adultos mayores, fomentar la conexión humana y conseguir que los familiares tengan la información necesaria para conocer más sobre la condición de su pariente que padece esta condición.

Antecedentes

El deterioro cognitivo leve (DCL) es una fase inicial en el que las personas comienzan a experimentar una ligera pérdida de memoria, habilidades cognitivas, y en ciertos casos, la percepción visual. Aunque muchos de los síntomas coinciden con el envejecimiento, es primordial prestarles atención ya que algunos factores pueden brindar señales entre la diferencia de uno y otro (CSJN, 2023).

Como cualquier otra condición, el deterioro cognitivo leve tiene factores de riesgo que podrían provocar el desarrollo de este trastorno. El más común es la edad avanzada, ya que el cerebro al igual que el cuerpo envejece por lo que suelen haber ciertos olvidos, otra razón habitual es tener un tipo de gen dominante APOE e4, ya que este se relaciona con el Alzheimer (Mayo Clinic, 2024).

Además existen otros factores que se pueden evitar desde un inicio como fumar, presión arterial alta, colesterol alto, obesidad, depresión, apnea obstructiva del sueño, falta de actividad física, pocas actividades estimulantes, poca educación académica o incluso el aislamiento social son unas de las probables causas de este trastorno (Mayo Clinic, 2024).

Al haber varias causas para el desarrollo del deterioro cognitivo leve, la más común como ya se había mencionado es el envejecimiento, por lo que existen algunos cálculos que dicen que del 10% al 20% de los adultos mayores de 65 años en adelante tienen este trastorno; e incluso no se descarta el riesgo de que aumente conforme la persona vaya envejeciendo (Alzheimers.gov, 2024).

Es por eso que El National Institute on Aging y Alzheimers.gov, afirma que es primordial que se diagnostique a tiempo a las personas afectadas, ya que no existe algún medicamento o tratamiento en específico para el deterioro cognitivo leve, por lo que es primordial mantenerse saludable y activo tanto física como mentalmente. Incluso, al ser este un signo de un trastorno más avanzado, es importante visitar al médico cada 6 o 12 meses para que esté informado del avance o del desgaste del paciente (Alzheimers.gov, 2024).

Para comprender más a fondo este trastorno, es primordial saber que existen cuatro tipos de deterioro cognitivo leve con distintos síntomas. Aunque en ninguno de los casos existen tratamientos en específico para detenerlos, pero sí los hay para retrasarlos (Fundación pasqual Maragall, 2024).

- Deterioro cognitivo leve amnésico: afecta principalmente a la memoria, se relaciona con el Alzheimer y la persona puede seguir con su vida aunque los familiares noten la desorientación.
- Deterioro cognitivo leve con múltiples dominios no amnésicos: los síntomas suelen ser poco notorios pero este afecta principalmente a sus funciones cognitivas como el lenguaje, atención y la elaboración de actividades, tienden a tener dificultades para la organización y toma de decisiones (Fundación pasqual Maragall, <https://blog.fpmaragall.org>, 2024).
- Deterioro cognitivo leve con múltiples dominios amnésicos: afecta a la parte cognitiva y conductual de la persona y, en muchos casos puede acabar en enfermedades más graves como el Alzheimer si no se trata a tiempo.
- Deterioro cognitivo leve único dominio no amnésico: afecta a un solo dominio cognitivo evitando el lenguaje, habilidades ejecutivas o habilidades visoespaciales, en algunos casos, este tipo de deterioro puede progresar a demencia frontotemporal, demencia con cuerpos de Lewy, DV, o enfermedad de Parkinson. (Custodio et al., <http://www.scielo.org>, 2019)

Al tratarse de trastornos neurodegenerativos, además de acudir al médico, se recomienda realizar algunas actividades que funcionan como un tratamiento recreativo para el familiar, mantener una vida social activa, juegos mentales, lectura, música, una buena alimentación, incluso ejercicio físico (Fundación pasqual Maragall, 2024).

Para llevar a cabo estos aspectos, es primordial reconocer que la familia desempeña un papel significativo en el apoyo hacia el adulto mayor, ya que esta cuenta con un ambiente que conoce e incluso le genera confianza.

Al tratarse de una enfermedad degenerativa, la persona afectada no es el único integrante que puede llegar a experimentar miedo, sino también su mismo círculo familiar, debido al cambio drástico que tendrán, pero deberán enfrentarse a dos objetivos principales, conseguir el bienestar de la persona afectada y seguir con su vida (Johnson, 2022).

A partir del primer síntoma, una de las alteraciones más significativas de este trastorno es el cambio en la dinámica familiar, conforme esta enfermedad avanza, quien lo padece comienza a tener actitudes como olvidar palabras o se pierde durante la conversación, por lo que suele ser muy difícil tanto para el paciente como para los que lo rodean (Torrecilla, 2023).

Como ejemplo, se presenta el caso de una familia con una adulta mayor de 69 años de edad. En las primeras sesiones, el estudio de estimulación cognitiva y apoyo familiar hacia adultos mayores con deterioro cognitivo realizado en el área de la salud del Policlínico Comunitario de Palma Soriano en Cuba, mostró por parte de los familiares, quejas en relación con la pérdida de memoria; y la paciente reflejó una inconformidad respecto a la convivencia con su familia, e incluso expresó su disgusto por las limitadas actividades que le asignaron (Suárez y Gross, 2019).

Para afrontar este tema, los profesionales que investigaron el caso se centraron en la técnica de “grupo focal”, que consiste en reunir a un pequeño grupo de personas (la familia), quienes discutieron estrategias sobre cómo podían estimular el área cognitiva del adulto mayor, por lo que una de las acciones propuestas fue involucrarlo más en actividades familiares (Suárez y Gross, 2019).

El estudio concluyó con un resultado favorable para el paciente, ya que impactó de forma positiva en la parte física, psicológica, y social del paciente. Por esta razón, el entorno familiar cumple un papel importante como apoyo para la mejora de la calidad de vida de los adultos mayores con deterioro cognitivo leve (Suárez y Gross, 2019).

Por otro lado, el modelo Bioecológico de Bronfenbrenner propone que el desarrollo cognitivo de una persona se ve influenciado a lo largo del tiempo por un sistema de interacción con el individuo, el cual interviene en la parte cognitiva, social, emocional y moral (Ortiz & José, 2012).

Justificación

Abordar esta problemática es necesario debido a que según el centro médico Mayo Clinic, cada año aproximadamente del 10% al 15% de los adultos mayores con deterioro cognitivo leve, desarrollan demencia, a consecuencia de la falta de estimulación cognitiva lo que acelera el proceso de desgaste cognitivo.

De igual forma se menciona que la falta de contacto social agiliza el avance de la disminución cognitiva, pero por desgracia las personas con DCL pueden llegar a ser conscientes de su pérdida de memoria y capacidades, por lo que puede generarles inseguridad provocándoles un alejamiento, principalmente de la familia.

Fuertes datos del Instituto Nacional sobre el Envejecimiento en el 2024 confirman, que dos de cada diez adultos mayores de 65 años o más con deterioro

cognitivo leve desarrollan demencia en un año, y en algunos otros casos el trastorno no cambia, incluso tiene la posibilidad de llegar a mejorar si se tiene algún tipo de estimulación mental.

El Centro Universitario Municipal Cumanayagua en Cuba, señala que el deterioro cognitivo se relaciona con la limitación a la autonomía y calidad de vida, e incluso asegura que “el 45 % de las personas mayores de 65 años presenta alguna limitación en la realización de las actividades de la vida diaria, aunque exista o no una patología específica” (Bermejo F, López A, et al, p.122, 2021).

Descripción específica del problema

En adultos mayores de 65 a 80 años de edad que viven con sus familiares en Puebla, la falta de estimulación mental durante el deterioro cognitivo leve acelera la decadencia de su memoria, lo que les puede llevar al aislamiento tanto social como familiar, provocando un aceleramiento en la pérdida de retención de información. Asimismo es primordial que la familia conozca esta condición, ya que su participación puede colaborar significativamente con ejercicios cognitivos para darle una mejor calidad de vida al adulto mayor.

Sinopsis del caso

Se cree que el deterioro cognitivo leve es una condición que no solo afecta al paciente, sino también a la familia, especialmente a quienes viven con él, ya que uno de los principales síntomas de esta enfermedad es el aislamiento social, incluso los olvidos frecuentes y la falta de atención por parte del que la padece, debilita la relación familiar. Como ya se mencionó previamente, la falta de estimulación cognitiva constante durante esta etapa inicial, puede acelerar el daño causado por el trastorno, agravando la situación tanto del paciente como de la familia.

Por esta razón es importante analizar la situación de las familias en la ciudad de Puebla que tienen en casa a un adulto mayor con síntomas de deterioro cognitivo leve, ya que buscan alternativas accesibles para retrasar el avance del trastorno de su familiar con el objetivo de darle una mejor calidad de vida.

Pregunta de investigación

¿De qué forma se puede brindar estimulación cognitiva a un adulto mayor de 65 a 80 años con deterioro cognitivo leve que vive con su familia, a través de recursos lúdicos, de manera que su entorno familiar tenga una colaboración activa en el proceso, favoreciendo su calidad de vida y adquiriendo conocimiento sobre la condición que están experimentando?

Nicho de oportunidad

Por lo general las personas con deterioro cognitivo leve suelen continuar con su vida sin necesitar de otros, pero por desgracia, todo trastorno tiene su avance, por lo que al no tratarse a tiempo el DCL, puede haber mayor riesgo de que la enfermedad de Alzheimer o algún otro tipo de deterioro neuronal se desarrolle (Instituto Nacional sobre el Envejecimiento, 2024).

Para evitar un proceso acelerado del trastorno, se recomienda estimular la funcionalidad cognitiva de los adultos mayores a través de actividades que promueven la interacción social y ejercicios relacionados con actividades lúdicas. A partir de ello, el ya mencionado Centro Universitario Municipal Cumanayagua en Cuba concluyó que “La estimulación física, funcional y cognitivas desde la propuesta de actividades lúdicas favorece [...] en el orden biológico, mental y psíquico [...] ya que generan espacios de recreación, esparcimiento y a interacciones sociales [...] además de potenciar la dimensión comunicativa y autónoma” (Bermejo F, López A, et al, p.127, 2021).

Competencias y/o casos análogos

- Visiting Angels Es un centro en Puebla que ofrece un servicio personalizado a las familias de adultos mayores con algún tipo de deterioro neuronal. Buscan darles los tratamientos y cuidados que los pacientes necesitan para poder tener una vida digna (VA_Mex, 2020).
- Kwido Plataforma diseñada para adultos mayores que ofrece diferentes juegos para su desarrollo cognitivo, esta guarda el progreso para que los profesionales lleven un seguimiento (Kwido, 2024).

- El test cognitivo Montreal (MoCA) Es un examen que sirve para evaluar el deterioro leve de las habilidades de atención, concentración, funciones ejecutivas, memoria, lenguaje, capacidades visoconstructivas, cálculo y orientación. Esta se mide por medio de puntos, 30 es el puntaje máximo y 26 el mínimo para considerarse dentro del rango de lo normal (Evaluación & Montreal, 2017).
- El Centro Universitario Municipal Cumanayagua en Cienfuegos Cuba, Propuso una serie de ejercicio con el fin de estimular la mente de los adultos mayores con deterioro cognitivo leve desde actividades lúdicas, como juegos de mesa, juegos activos, juegos de palabras, encuentra las palabras, entre otros (Bermejo F, López A, et al, 2021).

Objetivos generales

Contrarrestar la decadencia de la memoria de adultos mayores de entre 65 a 80 años, que presentan síntomas de deterioro cognitivo leve y que viven con su familia, a través de una herramienta lúdica, fomentando simultáneamente la participación del entorno familiar, con el fin de mejorar la calidad de vida de dichos adultos mayores.

Objetivos específicos

- Analizar qué síntomas son los más comunes, con el fin de encontrar qué actividades pueden ser efectivas.
- Definir un recurso que integre a los seres queridos en los ejercicios cognitivos, permitiéndoles participar en la recuperación del pariente.

Metodología

Para la elaboración de este proyecto, se tomó como referencia dos técnicas diferentes para el desarrollo de una metodología integrada, esto con el fin de abordar cada aspecto del problema planteado para encontrar la mejor solución para el usuario.

La primera técnica es el modelo Design Thinking de Tim Brown, esta herramienta es utilizada principalmente para crear ideas innovadoras centradas en dar soluciones a las principales necesidades del usuario. Su proceso se basa en cinco etapas: empatía, definición, ideación, prototipo y testeo (Design Thinking En Español, 2023).

Y para la segunda, se seleccionó la metodología del Diseño Centrado en el usuario (DCU) de Donald Norman, el cual es un método iterativo donde el sujeto de estudio y sus necesidades están al centro del proyecto; ya que los usuarios participan de forma constante a lo largo de toda la investigación, se utilizan herramientas como entrevistas, encuestas o lluvia de ideas (The Interaction Design Foundation, 2016). Para el proceso, al igual que Design Thinking, este se basa en cinco etapas: investigación, concepto, diseño, evaluación y lanzamiento (Iberdrola, 2021).

Investigación (DCU): En esta etapa es necesario recaudar toda la información posible, debido a que el objetivo es analizar las características principales del usuario, el entorno en el que se encuentran, e incluso las tareas que suelen realizar (Iberdrola, 2021).

Por lo que se utilizaron varias herramientas esenciales para el análisis del usuario. Antes que nada, se inició con la primera definición del problema, se investigó un poco de dos temas, de los cuales se seleccionó el de los adultos mayores con deterioro cognitivo leve.

Para el segundo recurso, se utilizó el árbol de problemas, este se empleó con el fin de analizar las causas y efectos del conflicto que se busca resolver para este proyecto, gracias a este recurso se estableció que la falta de estimulación cognitiva era el principal problema de la intensificación de los síntomas del deterioro cognitivo leve.

El siguiente recurso implementado lleva como nombre mapa de Stakeholders, el cual ayuda a identificar de forma más concreta a quiénes se deben de contactar y quien es el usuario principal. Con esta herramienta, se logró identificar que el especialista sería un geriatra, ya que ellos están más involucrados en la salud de los adultos mayores.

Empatizar (DT): Al tener el análisis de la investigación, es necesario ponerse en el lugar del usuario, esto con el fin de comprender el estilo de vida de quienes usarán el producto (Iberdrola, 2021).

Para esta etapa se utilizó una tabla de empatía, la cual se realizó con el fin de comprender tanto a la familia como al paciente con deterioro cognitivo leve, lo que facilitó la selección del usuario principal con el que se trabajará directamente.

Otra herramienta que se considera pertinente para empatizar con el usuario son las observaciones, las cuales resultan útiles para conocer las principales dolencias del usuario y poder analizar con más detalle cómo es su vida cotidiana lidiando con el problema.

Un acontecimiento importante que ocurrió durante el proyecto fue que se desarrollaron algunos testimonios personales, los cuales resultaron enriquecedores para el desarrollo del proyecto ya que las familias (cliente) relataron como es vivir con un adulto mayor con deterioro cognitivo leve (usuario), los resultados de esta investigación lanzaron algunas características como frustración, o incluso que llegaron a evitar a la persona afectada por este trastorno.

Se consideró pertinente realizar una encuesta en la plataforma de Google Forms a 100 personas con familiares que sufren el trastorno de deterioro cognitivo leve, en diferentes circunstancias de convivencia con ellos en la ciudad de Puebla. Gracias a este recurso, se llegó a la conclusión de que el presente proyecto se enfocará en familias que viven con el adulto mayor (ver anexo 1).

Definir (DT): En esta fase se analiza la información recopilada, principalmente en el proceso de Empatizar y se analizan las dolencias del usuario, esto con el fin de saber con precisión cuál será el problema a tratar.

Este paso se inició con el mapa de los cinco porqués, el cual ayudó a identificar bien en que parte del problema es posible centrarse para resolverlo desde la raíz, en este caso se detalló que el cliente sería la familia y el usuario el paciente con deterioro cognitivo leve.

Por otra parte, se tienen los insights, que posibilitan el análisis del comportamiento de la persona ante la problemática. Gracias a estos, se realizaron quince preguntas con el fin de poder realizar las posibles soluciones. A continuación se adjuntará una imagen de cómo quedó el resultado de las ideas.

Concepto (DCU) (DT): Para este punto se tomó en cuenta la fase de idear de (DT), ya que la meta principal es tanto definir el problema a resolver, como alcanzar soluciones posibles y viables, por lo que para este punto del proyecto, se busca investigar todas las alternativas alcanzables (Iberdrola, 2021) (Fusiona, 2021).

Con base en las preguntas realizadas a partir de los insights, se utilizó una herramienta que ayudó a desglosar todas las estrategias potenciales; una tabla en donde se generaron sesenta posibles ideas diferentes de solución, de las cuales se seleccionaron las más relevantes para el problema, reduciéndolas únicamente a tres.

Para definir de mejor manera la propuesta de valor, se utilizó la fórmula de Geoff Moore, esta ayuda a definir con mayor claridad la razón por la que un producto es la mejor opción para un usuario en específico (ver resultado en el apartado de la descripción detallada del proyecto).

Otra de las herramientas empleadas en esta fase es la de Big Ideal, la cual consiste en encontrar el propósito que se desea para la marca. Este recurso formó parte esencial para definir con mayor claridad las ideas principales de lo que sería la marca (ver resultado en el apartado de la descripción detallada del proyecto).

Al igual que el Big Ideal, se utilizó la herramienta de Golden Circle con el fin de encontrar una propuesta de valor pero desde la parte estratégica. Este se utilizó principalmente para la definición de la solución, y detallar con mayor claridad qué se quería generar y con qué fin se haría (ver resultado en el apartado de la descripción detallada del proyecto).

Para fortalecer la idea que se tiene como solución principal, se tuvo una junta con la Médico Geriatra, Daniela Cano, a quien se le mostró la solución que se buscaba diseñar, esto con el fin de darle mayor peso a la validación del producto.

Diseñar (DCU): Cuando se tienen las ideas de la solución presentes, esta fase ayuda a conceptualizar el diseño a través de prototipos, y pueden explorar diferentes conceptos con el fin de perfeccionar el resultado final (Iberdrola, 2021).

Posteriormente a la validación de la Dra. Cano, como prototipo 1 se diseñó un boceto básico del juego de mesa, el cual se utilizó para lograr un acercamiento con los usuarios y conocer qué pensaban sobre esta solución.

Para garantizar que el producto es funcional, es necesario validar con los usuarios, por lo que se realizó una encuesta a las 5 familias seleccionadas que viven con un adulto mayor con deterioro cognitivo leve. El propósito fue evaluar la aceptación de la herramienta lúdica como solución para ejercicios de estimulación cognitiva (ver anexo 2).

La identidad de la marca es igual de importante que el producto, por lo que también se realizó una encuesta para validar el naming. De 6 opciones, se

seleccionaron 3 para los usuarios, quienes eligieron la opción con la que más se sintieron identificados (ver anexo 3).

Y para finalizar la encuesta, se les pidió a los usuarios que compartieran algunas recomendaciones con el fin de enriquecer la solución para mejorar la experiencia del usuario con la herramienta lúdica. Entre los comentarios más relevantes se destacó que el material fuera resistente, la letra de buen tamaño ya que es muy común que la vista falle a esa edad y que no se usaran términos técnicos para que la información no se vea clínica (ver anexo 4).

Esta fase continuó con la validación de las actividades que se incluyen en la herramienta lúdica, con el objetivo de garantizar la seguridad y la viabilidad de los ejercicios. Para ello, se contó con la contribución de dos especialistas: la Dra. Daniela Cano y la fisioterapeuta Alejandra Luna.

La doctora Daniela hizo la observación de lo importante que es darle mayor peso a las actividades que a las preguntas, por lo que los ejercicios fueron aprobados por ella. Por su parte, la fisioterapeuta Alejandra destacó que, al ser ejercicios cognitivos y motores, son de gran ayuda para los pacientes con deterioro cognitivo leve (comunicación personal, Cano D, Luna A, 2025).

El testeo del prototipo 2 consistió en diseñar las tarjetas, esto con el fin de comenzar la interacción en presencial con el usuario y conocer con mayor detalle qué es más cómodo para ellos, y que a partir de este punto se buscó una interacción directa con ellos. Se realizó una prueba de impresión con el fin de que los usuarios validaran el tamaño tanto de las tarjetas como de la tipografía.

Se consideró pertinente acudir a un especialista en métodos de negocios, por lo que se llevó a cabo una reunión con el profesor Esteban Cruz, quien aportó estrategias para mejorar la relación con los usuarios e ideas para enganchar a los jugadores en la herramienta fomentando así, la continuidad en el consumo de productos de la marca (comunicación personal, C. Esteban, 2025).

El proceso prosiguió con el prototipo 3, en donde se elaboró una réplica de cómo quedaría la herramienta lúdica final, involucrando todos los elementos que tendrá, como los cubos, las tarjetas con distintas categorías, el dado, los stickers, el calendario, los crayones y la tarjeta de bienvenida con el código QR. Para probar el producto, se realizó una reunión con los usuarios con el fin de que convivieran con los posibles materiales.

Al tratarse de una herramienta lúdica, se busca abarcar la mayor parte de los aspectos que engloban este concepto, por lo que se incorporó la música, con el fin de facilitar al usuario el acceso a canciones genéricas reconocidas por distintas generaciones. Para formar la playlist, se realizó una encuesta a 47 personas de entre 18 a 25 años de edad, donde se les preguntó ¿Qué canción creen que conocen las personas en un rango de 10 a 80 años? La lista de reproducciones se realizará en la plataforma de Spotify, ya que es la plataforma con más suscriptores (Statista, 2023) (Anexo 5).

En esta etapa de la fase se comenzó a diseñar tanto el instructivo como la infografía con la información ya validada. El diseño se realizó después de la elaboración de la herramienta, ya que desempeña un papel central en el desarrollo del proyecto y era necesario verificar su funcionalidad.

Al finalizar el diseño, se validó la infografía con un grupo de siete diseñadoras las cuales realizaron correcciones pertinentes principalmente para una lectura más fluida (Anexo 6). Incluso resaltaron algunos detalles que encontraron satisfactorios a la hora de leer la infografía, tanto con el tema de la lectura como en lo gráfico (Anexo 7).

También se tomó en cuenta a las cinco familias, ya que estos son los principales usuarios de la información que recibirán por medio de la infografía. Entre estos comentarios destacaron el lenguaje sencillo que se utiliza en el texto, e incluso la forma de organizar el contenido, aunque en solo una ocasión una de las personas mencionó que se le dificultó la forma en la que se acomodaron los textos, ya que lo sintió como un “laberinto” (Anexo 8).

En esta validación también se contó con la participación de la Dra. Daniela Cano, con el objetivo de que pudiera evaluar el resultado de la información que ella previamente había revisado (Anexo 9).

Evaluar (DT) (DCU): En esta fase se tomó en cuenta el proceso de lanzamiento de (DCU), ya que en este punto se busca mostrar la solución a los usuarios para ajustar el diseño basándose en sus comentarios y darle un seguimiento a estos para saber si se consiguió el resultado que se esperaba (Iberdrola, 2021) (Fusiona, 2021).

Para el último prototipo se realizó el diseño final de la herramienta lúdica, tomando en cuenta los cambios que se desarrollaron a lo largo del desarrollo del proyecto, tanto en la parte de información como en diseño visual.

Al tener esos cambios, se llevó a cabo la validación final con 5 familias, a quienes se les pidió que prestaran mucha atención a las reacciones de sus familiares, y en su forma de interactuar con la herramienta, ya que sus reacciones son clave para que los resultados sean lo más preciso posible y brindarles la mejor experiencia durante el uso de Klik.

Para finalizar, se tuvo acceso a un especialista en interfaces, con el que se tuvo una reunión con el fin de mostrarle el resultado final de la herramienta, y tomar en cuenta sus recomendaciones para mejorarla a futuro.

Es necesario enfatizar que este proceso no es lineal, ya que su desarrollo depende de la respuesta del usuario. Esta flexibilidad permite que las fases se adapten a las necesidades de las personas para que el resultado final sea útil para ellos. A continuación se muestra un esquema del proceso metodológico que se llevó a cabo durante el desarrollo del proyecto (ver figura 3).

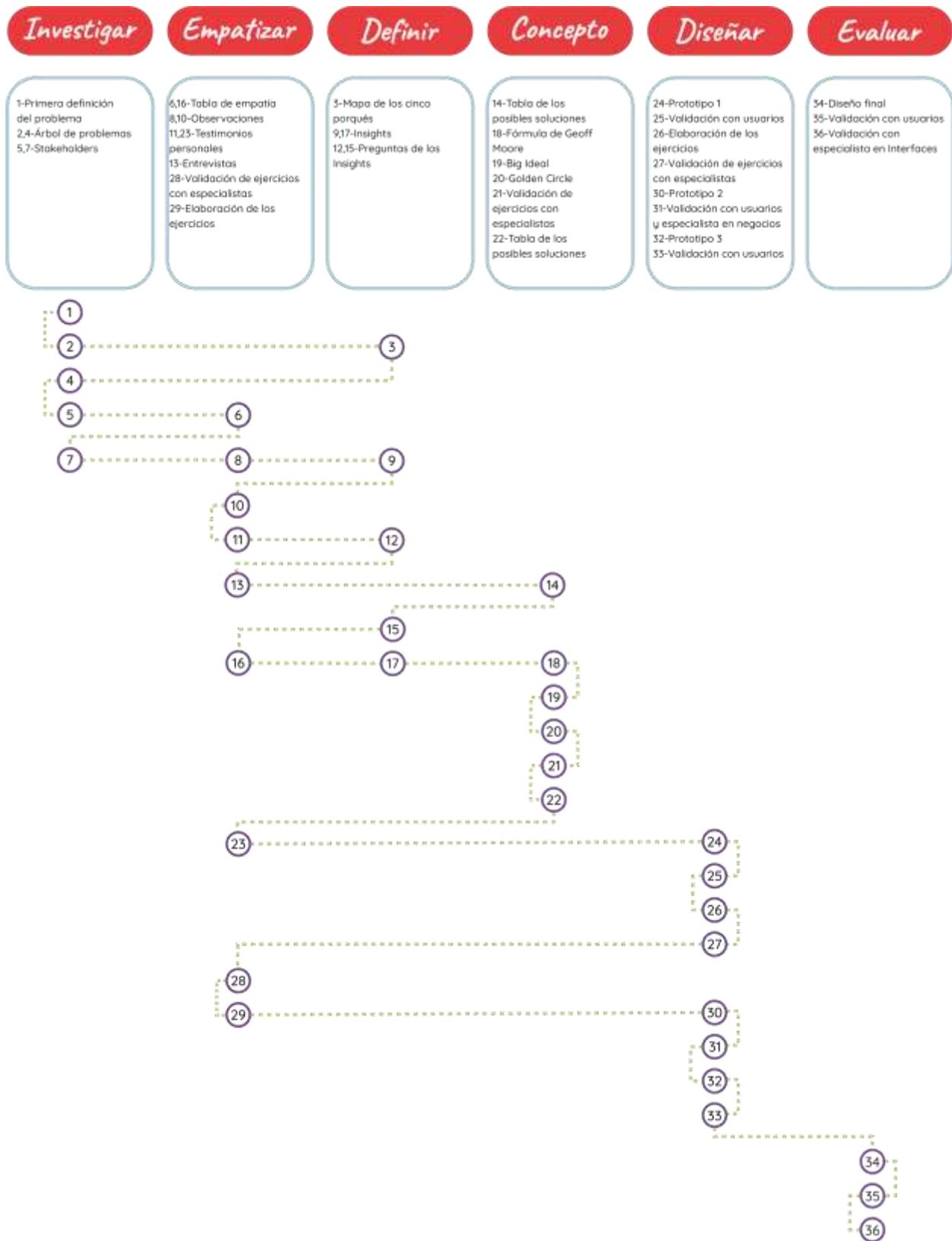


Fig.3 elaboración propia. Proceso metodológico (2025)

Marco conceptual

¿De qué forma se puede brindar estimulación cognitiva a un adulto mayor de 65 a 80 años con deterioro cognitivo leve que vive con su familia, a través de recursos lúdicos, de manera que su entorno familiar tenga una colaboración activa en el proceso, favoreciendo su calidad de vida y adquiriendo conocimiento sobre la condición que están experimentando?

Tipos de Deterioro cognitivo

Como ya se mencionó previamente, el deterioro cognitivo es un trastorno que se caracteriza por la caída de las facultades cognitivas en distintos ámbitos como en la memoria (Instituto Mexicano del Seguro Social, 2012) (Queralto. M, 2021). La diferencia entre el deterioro cognitivo y la demencia se encuentra en la intensidad y el efecto que causa en la vida diaria del que lo padece, ya que la demencia no solo afecta la memoria, sino también se ve involucrada en las habilidades de realizar actividades cotidianas, incluso provoca cambios en la personalidad de la persona (Centre Mèdic Quirónsalud Aribau, 2025).

- Deterioro cognitivo leve: Afecta únicamente a la memoria.
- Deterioro cognitivo medio (demencia leve): Se ven comprometidas las actividades de la vida diaria de la persona, comienzan a presentar desorientación en tiempo y espacio, olvida nombres de personas conocidas, y puede tener cambios en su conducta.
- Deterioro cognitivo notable (demencia moderada): Los síntomas se hacen evidentes, dificultad de comprensión de órdenes, dificultad de aprendizaje, desorientación temporoespacial, errores en cálculos numéricos, agitación, agresividad, ansiedad y depresión.
- Deterioro cognitivo avanzado (demencia grave): Se vuelve complicado comunicarse con el paciente, no comprende lo que se le dice, incoherencia al hablar, pérdida total de la memoria, incapacidad para escribir, incluso se vuelve completamente dependiente de alguien más (Queralto. M, 2021, <https://www.salud.mapfre.es>).

Síntomas

- Problemas de atención
- Dificultad para concentrarse
- Problemas en actividades diarias
- Olvidos de palabras
- Dificultad para entender
- Complicaciones al expresarse
- Dificultad en la toma de decisiones
- Problemas al seguir ordenes (Neurces, 2023).
- En algunos otros casos:
- Depresión
- Ansiedad
- Agresividad
- Falta de interés (Mayo Clinic, 2024).

Factores de riesgo

Como ya se mencionó anteriormente, existen algunas causas que pueden detonar el trastorno de deterioro cognitivo leve, en los que se encuentran, enfermedades, el estilo de vida que llevó la persona, e incluso factores que no se pueden controlar.

- Tener un gen APOE e4 (gen del
- Alzheimer)
- Edad avanzada
- Diabetes
- Hipertensión
- Colesterol Alto
- Obesidad
- Apnea obstructiva del sueño
- Falta de actividad física
- Poca vida socialmente estimulante
- Falta de estimulación mental (Mayo Clinic, 2024).

Beneficios del diagnóstico temprano

A pesar de ser un proceso angustiante, es fundamental que la o el adulto mayor acuda a un médico en los primeros signos de deterioro cognitivo ya que al momento de ser diagnosticado, se pueden descartar muchas otras enfermedades que pueden confundirse con este trastorno como la depresión.

Una respuesta temprana al problema puede tener muchos beneficios, tales como:

- Organización de los cuidados en el futuro
- Es posible iniciar un tratamiento a tiempo
- Se puede dar inicio a una intervención psicosocial (Kalevi & Kalevi, 2024).
- Ayuda a mantener activa la mente
- Mejora la calidad de vida de la persona
- Acceso temprano de información (ADI, 2021).

Rol activo de la familia

Como ya fue mencionado anteriormente, la familia desempeña un rol fundamental en el proceso del deterioro cognitivo leve del pariente. No solo porque también se ven afectados, sino porque al ser parte esencial en el desarrollo de la persona, se ven involucrados a lo largo de toda su vida (Ortiz & José, 2012) (Johnson, 2022).

- La familia debe informarse y enterarse de la condición que afecta a su ser querido (comunicación personal, Dra. Cano D., 2025)
- Deben procurar que el adulto mayor esté estimulado mentalmente
- Es fundamental que lo acompañen a revisiones médicas
- Debe ser apoyado para mantener su independencia
- Es recomendable motivarlo a mantener una vida social activa
- La familia puede practicar algunos ejercicios físicos con él
- Es conveniente buscar nuevas actividades que puedan realizar
- Debe de respetarse su espacio y tiempo
- Es importante ofrecer ayuda solo cuando es necesario (Isiolution, 2020).

Tratamientos para el deterioro cognitivo leve

Cuando un adulto mayor comienza a presentar síntomas de deterioro cognitivo, la estimulación contribuye a mantener la mente en constante movimiento, lo que retrasa el avance del trastorno. Las ventajas de una intervención temprana es que ayuda a recuperar o fortalecer las funciones que se fueron debilitando y favorece la independencia del adulto mayor, ya que retrasa la pérdida de memoria (Emera, 2022).

La estimulación cognitiva trata de actividades y ejercicios diseñados con el propósito de mejorar las funciones cognitivas, estas buscan adaptarse a las necesidades de los adultos mayores con el fin de brindarles el mejor funcionamiento para retrasar el deterioro de sus capacidades y habilidades, fomentando un envejecimiento digno (García, 2025).

Por ello existen dos tipos de tratamientos para el deterioro cognitivo leve: farmacológicos y no farmacológicos, los cuales tienen el mismo objetivo, retrasar el avance de la pérdida de memoria y mejorar los síntomas con el fin de que el adulto mayor tenga condiciones de vida más óptimas (Olivera J, Pelegrín C, 2015).

Tratamientos de estimulación cognitiva no farmacológicos

Según la International Non-pharmacological Therapies Project, los tratamientos no farmacológicos (TNF) son terapias no farmacéuticas que deben estar basadas en el método científico que se realizan sobre la persona que padece la enfermedad.

- Estimulación cognitiva
- Entrenamiento AVD (actividades de la vida diaria)
- Ejercicio físico
- Vida social
- Musicoterapia
- Terapia conductual
- Terapia de orientación a la realidad
- TOR (técnica que ayuda a las personas a hacerse conscientes de su presente) (Rodríguez, sf).

Tratamientos de estimulación cognitiva farmacológicos

- Inhibidores de la acetilcolinesterasa (IACE): Donepezilo, Rivastigmina y Galantamina
- Antagonista no competitivo de los receptores glutamatérgicos NMDA: Memantina (G. García-Ribas, A. Sáez Marín, & Barreto, 2023).

Test Cognitivo de Montreal (MoCA)

Para la realización de las actividades, se tomaron como ejemplo varios ejercicios de esta prueba, esto con el fin de asegurar la viabilidad de las actividades. Este examen es una prueba que evalúa el rendimiento de capacidades cognitivas, su objetivo es detectar algún síntoma de deterioro cognitivo para que el especialista pueda comenzar con un tratamiento (Garrido & Ángel, 2022).

Habilidades que evalúa

- Lenguaje: repetición de palabras y frases.
- Memoria: repetición de palabras al inicio y 5 minutos después.
- Orientación: que el paciente señale fecha, año, lugar, ciudad y día.
- Atención: repetir series numéricas hacia delante y atrás.
- Abstracción: el paciente debe comparar dos objetos, utilizando el razonamiento abstracto.
- Identificación: se le pide al paciente que señale qué animales se le muestra.
- Capacidad visoespacial: valora las habilidades visuales.
- Alternación conceptual: se evalúan con una prueba llamada Trails B, que consiste en alternar números y letras en la secuencia (Garrido & Ángel, <https://adipa.mx/noticias/que-evalua-el-test-cognitivo-de-montreal-moca/>, 2022) (Evaluación & Montreal, 2017) (Giovana Femat Roldán, 2024).

De las ocho habilidades, se seleccionaron siete, y con base en estas, se realizaron los siguientes ejercicios:

- Lenguaje: se ve reflejado en el ejercicio de la repetición de palabras y los retos del trabalenguas.

- Memoria: se ve reflejado en la repetición de palabras y las preguntas personales.
- Orientación: se ve reflejado en las preguntas personales y la actividad de los 5 sentidos.
- Atención: se ve reflejado en la repetición de palabras y de los números.
- Abstracción: se ve reflejado en los ejercicios de buscar los objetos de una forma o color en específico.
- Identificación: se ve reflejado en los ejercicios de actuar el animal e identificarlo y la actividad de los 5 sentidos.
- Capacidad visoespacial: se ve reflejado en los ejercicios en donde debe armar las figuras con los cubos y la actividad de los 5 sentidos.

Método lúdico de aprendizaje

El método lúdico son estrategias que le permiten a las personas aprender jugando, su objetivo es hacer que la enseñanza cumpla su función principal por medio de dinámicas que activan tanto el cuerpo como la mente. Dichas actividades ofrecen a los usuarios salir de su rutina, motivándolos a fortalecer sus vínculos sociales y mejorar su autoestima (Concepto, 2023) (administracion-lacasa, 2023).

Ejemplos de actividades lúdicas relacionadas con el tema

Algunos ejemplos de actividades lúdicas que los adultos mayores pueden hacer son las siguientes:

- Juegos de mesa grupales
- Leer
- Dibujar (Concepto, 2023).
- Ejercicios físicos
- Juegos de destreza mental
- Juegos al aire libre
- Eventos sociales
- Bailoterapia (Pavón, 2019).
- Musicoterapia
- Manualidades
- Cocinar (administracion-lacasa, 2023).Manualidades

Especificaciones del proyecto

Durante el proceso de investigación se presentaron varios cambios que condujeron directo al resultado final, uno de esos fue el tema, ya que inicialmente se buscaba investigar sobre “la depresión como efecto secundario del medicamento antiepiléptico”. La razón principal de esta modificación fue tanto la dificultad que este podría tener, como el poco tiempo que se tiene para la realización del proyecto.

Teniendo el problema seleccionado, inicialmente se estableció que el proyecto se enfocaría en el “adulto mayor y la falta de prevención sobre el deterioro cognitivo leve”, al adentrarse más al tema, se identificó que no es la anticipación del trastorno el principal problema, sino la falta de estimulación mental la que conlleva al agravamiento de los síntomas.

Al realizar un acercamiento con los usuarios, los resultados revelaron que muchos de ellos niegan tener deterioro cognitivo, incluso se comprobó en estudios ya antes mencionados, que la familia es un factor importante para el desarrollo cognitivo; por lo que la propuesta se centra en la familia, para involucrarla en el proceso de estimulación y así mejorar la calidad de vida del paciente, brindándole a los familiares las herramientas necesarias para conocer del padecimiento.

A lo largo del proceso de investigación se modificó la pregunta de investigación, este ajuste surgió a partir de una reunión con el coordinador de Diseño Estratégico de Información, el cual destacó la importancia de involucrar aún más a la familia, por lo que se llegó a la conclusión de que es necesario encontrar una forma de informar a los familiares sobre el deterioro cognitivo leve, ya que es algo que ellos de alguna forma también están padeciendo (Comunicación personal, Mendieta H, 2025).

A partir de este punto, se inició la fase del prototipado, antes de realizar el primer prototipo, se tuvo una junta con la Médico Geriatra, Daniela Cano, en donde se le narró y mostró en qué consiste la solución que se plantea para el usuario. Durante la entrevista ella mencionó que algunas de las herramientas implementadas en la solución suelen utilizarlas los especialistas para diagnosticar el deterioro cognitivo leve en las personas, y para mejorar la funcionalidad de la herramienta lúdica, señaló algunos puntos en específico que pueden ayudar en la experiencia del paciente.

A lo largo de la junta, la doctora Cano mencionó un punto importante que fortaleció algunos argumentos ya antes mencionados, ya que aseguró que durante sus años de experiencia, ha notado que los pacientes mejoran mucho cuando sus familiares conocen del trastorno y se involucran con ellos en el proceso (Comunicación personal, Cano D, 2025).

Como ya se mencionó previamente, se tuvo una reunión con el profesor Esteban Cruz, como resultado de sus comentarios, se añadió a la solución un calendario, el cual le servirá tanto a la familia como al especialista a tener un seguimiento, y también recursos adicionales como nuevas categorías de ejercicios y elementos interactivos como rompecabezas, pelotas, entre otros.

Durante esta fase del prototipado también se realizaron algunos cambios pertinentes enfocados a la sustentabilidad, reducción de costos, y para mejorar la relación del usuario con la herramienta lúdica. Como parte de estas modificaciones, se descartó la idea de elaborar una ruleta, ya que para el usuario podía ser complicado de manipular y se sustituyó por un dado elaborado de madera, el cual cumple la misma función, a un menor costo.

Un cambio más que se realizó, fue en la infografía para las familias y en el instructivo, ya que en un principio estarían en un formato impreso, pero se sustituirán en una versión digital, el cual se encuentra en unos códigos QR. Otro de los ajustes realizados fue el material de los cubos de madera. Al analizar los costos de los posibles materiales, se descubrió que el recurso utilizado para las impresiones 3D es de origen vegetal, por lo que se sustituirá por este método en lugar del anterior.

En relación con los materiales de la herramienta, se realizó una ligera modificación, ya que durante la cotización de la madera para los cubos, se identificó que el costo se elevaba un poco más de lo estimado, por lo que se optó por sustituirla con impresión 3D. Más adelante se explicará a detalle el material que se utiliza para este proceso.

Definición del proyecto emprendedor

El emprendimiento será una marca que tiene como objetivo principal, ayudar a las personas con síntomas de deterioro cognitivo leve, con el apoyo de una herramienta lúdica para contrarrestar el desgaste de la memoria de estos

pacientes. Además, busca fomentar la convivencia social, principalmente familiar, promoviendo el acompañamiento activo de la familia (ver figura 4 y 5).

Tabla de Emisor

<p>Emisor</p> <p>Es una marca que ofrece una herramienta didáctica para mejorar la calidad de vida de las personas con deterioro cognitivo leve en compañía de su familia. Además, proporciona información necesaria a los familiares sobre la condición, con el fin de que comprendan mejor el deterioro cognitivo leve y puedan brindarles de manera activa el apoyo adecuado a sus seres queridos, fortaleciendo así su vínculo afectivo.</p>	<p>Mensaje</p> <p>La marca busca que los adultos mayores con deterioro cognitivo leve, disfruten de una vida digna en compañía de sus seres queridos. De igual forma, pretende que sus familiares se informen sobre el tema para brindar de manera activa un mejor apoyo a sus parientes fortaleciendo su vínculo afectivo y, a su vez, puedan prevenir este trastorno.</p>	<p>Concepto</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cuidador • Guía • Apoyador • Acompañador • Empático • Accesible • Integrador • Intergeneracional • Retardador • Bienestar • Prevención • Concientizador • Salud • Familiar • Estimulador • Único
<p>Cliente</p> <p>Familias que viven con adultos mayores con deterioro cognitivo leve que buscan ayudarlos a retener el avance de trastorno.</p> <p>Nivel socioeconómico: A, B, C+</p>	<p>Usuario</p> <p>Adultos mayores con síntomas de deterioro cognitivo leve, que viven acompañados de algún familiar.</p> <p>Familias que tienen como objetivo ayudar a sus parientes con deterioro cognitivo leve mientras fortalecen su vínculo afectivo con ellos.</p>	<p>Medios</p> <ul style="list-style-type: none"> • Manual informativo para las familias. • Herramienta didáctica para pacientes y familia. • Redes sociales (Facebook, instagram, paginas de ventas, centros de salud)

Fig.4 elaboración propia. Tabla de emisor (2025)

Análisis FODA

<p>Fortalezas</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fortalece el vínculo familiar • Sensibiliza, acompaña y estimula la mente • Basada en tratamientos no farmacológicos validados • Estimula la memoria y el bienestar cognitivo 	<p>Oportunidades</p> <ul style="list-style-type: none"> • Apta para todas las edades • Divertida y terapéutica • Se puede utilizar desde casa • Personalizable por el usuario • Sin competencia directa • Colaboraciones con especialistas • Venta en clínicas de salud • Que se adapte a otras enfermedades tanto mentales como físicas 	<p>Debilidades</p> <ul style="list-style-type: none"> • Impacto difícil de medir por la lentitud del proceso • Diseñada para multijugadores, lo que dificulta su uso individual • Riesgo de frustración por actividades difíciles para algunos usuarios 	<p>Amenazas</p> <ul style="list-style-type: none"> • Se dificulta el uso para personas con deterioro cognitivo avanzado y otras deficiencias • El interés por la herramienta puede disminuir ante opciones digitales • Gastos adicionales o falta de financiamiento • La constante evolución científica puede tener una posible cura
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Fig.5 elaboración propia. Tabla de FODA (2025)

Descripción detallada del proyecto

Klik es una marca que ofrece una herramienta lúdica para mejorar la calidad de vida de las personas con deterioro cognitivo leve en compañía de su familia. Además, proporciona información necesaria a los familiares sobre la condición, con el fin de que comprendan mejor el deterioro cognitivo leve y puedan brindarles el apoyo adecuado a sus seres queridos.

El servicio que Klik le brinda a sus usuarios, es una variedad de actividades que fortalecen las habilidades tanto motoras como cognitiva. Además de reforzar los lazos familiares, proporciona una experiencia lúdica que se puede adaptar a las capacidades de quien la utilice, también busca darle la mejor experiencia al usuario, por lo que cuenta con herramientas extras para que puedan tener una vivencia variada.

Logotipo

Klik nació del proceso que sucede con las neuronas cuando se forma un recuerdo. Al conectarse entre sí, se genera algo parecido a un clic, visto desde términos médicos, a esto se le llama sinapsis (clínica la sagrada familia, 2023). Y el destello en el logotipo, simboliza una chispa de luz, que representa la claridad cuando se tiene una idea o un recuerdo (ver figura 6).



Fig.6 elaboración propia. Logotipo de Klik (2025)

Paleta de colores

La paleta de colores fue especialmente seleccionada tomando en cuenta la psicología del color, ya que es importante tomar en cuenta lo importantes que son, ya que estos transmiten emociones, sensaciones e incluso mensajes (IBERO MTY, 2025) (ver figura 7).

- Azul: representa la retención de información (Diario de León, 2024)
- Rojo: representa la atención (Keim, 2023)
- Verde: representa la concentración (Rojas, 2021)
- Morado: representa la creatividad (The Core School, 2022)
- Amarillo: representa la conciencia (All rights Reserved, 2023)

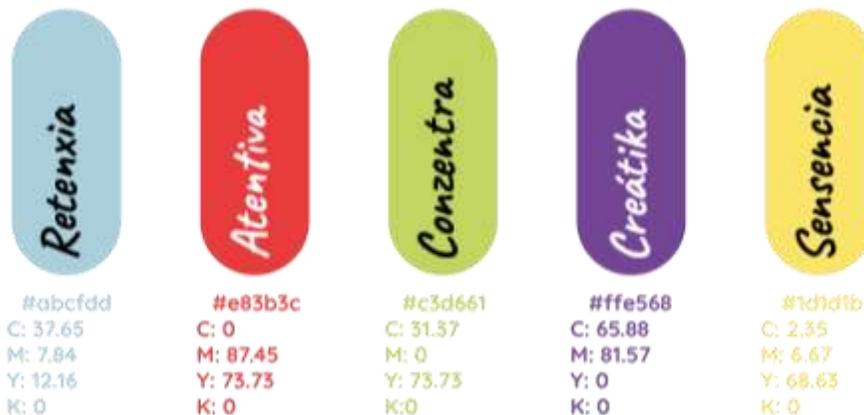


Fig.7 elaboración propia. Paleta de colores con nombres y código (2025)

Materiales utilizados

A continuación se muestra una lista de los materiales utilizados para la elaboración de la herramienta lúdica. Posteriormente, se ofrece una breve explicación de en qué se utilizaron y con qué objetivo se seleccionó.

- Cartón de 300g/m²
- PLA (impresión 3D)
- Cartulina sulfatada de 14 puntos
- Laminado mate
- Papel adhesivo
- Crayones

Para el diseño de la caja, se utilizó cartón con un gramaje de 300g/m², esto con el fin de darle resistencia al empaque. Para reducir costos en el producto, se utilizó un diseño genérico, esto con el fin de que el producto no fuera tan costoso, ya que mandar a hacer uno a la medida involucra tanto mano de obra como el costo del material, lo que podría aumentar su precio de venta.

Para la realización de los cubos se buscó un material que fuera tanto económico como sustentable, por lo que se eligió que sería en impresión 3D ya que el material que se utiliza es amigable con el medio ambiente; este producto llamado PLA, es obtenido de materias primas como el almidón de maíz, las raíces de tapioca o la caña de azúcar, por lo que se considera similar al plástico PET. Aunque se trate de un material biodegradable, es realmente resistente e inflamable a bajas temperaturas (Romero, 2022).

Las 80 tarjetas están elaboradas con cartulina sulfatada de 12 puntos, un material resistente que soporta el uso constante de la herramienta. Además, es un buen tipo de papel para temas de impresiones, al ser poco poroso absorbe en menos cantidad la tinta, lo que mejora la calidad de los colores y ayuda a darles mayor claridad a los textos. Las tarjetas, al ser el instrumento más utilizado de la herramienta, se les colocó un laminado mate de ambos lados ya que esto les da mayor resistencia al agua, reduce la decoloración de los colores, manipulación del material, e incluso ayuda a mantenerlas limpias (Mimaki, 2021).

Para la realización de los stickers, los calendarios y los sellos de seguridad contiene un pegamento resistente que le permite adherirse fácilmente a cualquier superficie (Sánchez, 2019) (ver figura 8).



Fig.8 elaboración propia. Herramienta lúdica (2025)

Contenido

- 80 tarjetas
- 5 cubos de Pla (impresión 3D)
- 1 dado de Pla (impresión 3D)
- 4 crayones
- 6 stickers
- Un Calendario
- Un instructivo (en formato digital)
- Una infografía (en formato digital)
- Una playlist con canciones sugeridas

A continuación se detalla cómo funciona el juego y la forma en la que se ve el instructivo, la infografía y la playlist (ver figura 9).

Las tarjetas se dividen en 5 categorías

- **5 sentidos (azul):** activa todos tus sentidos para poder cumplir con los retos.
- **Mi entorno y yo (morado):** consiste en preguntas personales que deberá de responder la persona que posee la carta.
- **Construyendo con cubos (amarillo):** el jugador deberá copiar la figura que indica la tarjeta y armarla exactamente igual (si el especialista lo indica, podrán darle los segundos que sean necesarios para memorizar la tarjeta y armar la figura).
- **A mover el cuerpo (rojo):** las actividades involucran la participación activa de todos los jugadores, quienes deberán seguir las indicaciones seleccionadas.
- **Haz memoria (verde):** se repetirán dos veces las palabras o números de la tarjeta. La persona tendrá que repetirlas al instante y 5 minutos después, las tendrá que decir de nuevo en el mismo orden.



Fig.9 elaboración propia. Tarjetas de actividades (2025)

5 cubos y dado

Se diseñaron 5 cubos de 3x3cm para la actividad de “Construye con cubos”, previamente mencionada, este ejercicio tiene como objetivo mejorar la atención y la concentración de las personas. Además, según un estudio exploratorio sobre la eficacia de los rompecabezas como ejercicios estimulantes, se encontró que el uso de esta herramienta es efectiva para la prevención de DCL (Alvez, 2024) (INPA, 2024) (ver figura 10).



Fig.10 elaboración propia. Cubos y dado (2025)

4 crayones

Se agregaron 4 crayones de distintos colores con el fin de que los adultos mayores puedan utilizarlos para intervenir en el diseño de la caja. Se buscó

integrar esta actividad ya que está comprobado que dibujar “mejora la motricidad fina que ayuda a estimular las conexiones que van desde el cerebro a la mano” (Naranjo J, <https://impulsaneuropsicologia.com>, 2020). Incluso ayuda en la concentración y la autonomía de la persona (Naranjo J, <https://impulsaneuropsicologia.com>, 2020) (ver figura 11).



Fig.11 elaboración propia. Crayones (2025)

6 stickers

Se incluyeron seis stickers para que los usuarios puedan usarlos a su gusto, ya sea colocándolos en la caja de la herramienta o en cualquier otro lugar. Algo muy especial de las ilustraciones, es que son elaboradas por los mismos adultos mayores que formaron parte del proceso de Klik (ver figura 12).



Fig.12 elaboración propia. Stickers (2025)

Calendario

Dado que Klik garantiza un proceso adecuado para sus usuarios, el producto será vendido en centros médicos especializados en geriatría y neurodesarrollo, por lo que incluye un calendario en donde las familias podrán registrar los días en los que utilizaron la herramienta, esto les permitirá a los especialistas ajustar la regularidad y tiempo de empleo, garantizando que habrá un uso constante del material (ver figura 13).



Fig.13 elaboración propia. Calendario (2025)

Instructivo

Se diseñó un instructivo ilustrado en formato digital con el propósito de guiar a los jugadores en el uso correcto de la herramienta. En él se explica de manera clara con ilustraciones la función de cada una de las tarjetas (ver figura14).



Fig.14 elaboración propia. Instructivo (2025)

Infografía

Al ser un tema del que se habla poco, Klik incluye una infografía dirigida a las familias, en la que se explica qué es el deterioro cognitivo leve, el papel de la familia en el proceso, e incluso de cómo funciona la herramienta en beneficio a este trastorno y en qué se basa para el diseño de los ejercicios (ver figura 15).



Fig.15 elaboración propia. Infografía (2025)

Playlist

Está comprobado que la música mejora los niveles cognitivos, e incluso las personas han mostrado una ligera recuperación en recuerdos que involucran la música. Además, ha ayudado en la socialización y la disminución del estrés (González et al., n.d. p. 11 y 12). Con base en este dato, se añadieron dos playlist con distintas canciones, en una se encuentra una lista genérica de canciones que conoce la mayor parte de las personas de 10 a 80 años, esta se realizó para que las familias tengan una referencia rápida de canciones que pueden usar durante el uso de las herramientas.

Y la segunda playlist se realizó con el fin de que los adultos mayores puedan usarla en reposo, ya que involucra ondas binaurales que funciona como una forma de estimulación en el cerebro de las personas (mentes abiertas, 2023) (ver figura 16).



Fig.16 elaboración propia. Playlist (2025)

¿Cómo jugarlo?

1. Separar las tarjetas en cinco mazos según sus categorías.
2. Colocar el dado de colores en el centro de la mesa.
3. El primer jugador lanzará el dado de colores.
4. Según el color obtenido, se elige una tarjeta de la categoría correspondiente y se realiza la actividad indicada, si llega a caer en el comodín, podrá elegir el color de su agrado.
5. Si el jugador se atora, puede pedir 3 pistas, pero no se le dará la respuesta completa.
6. El turno pasa al siguiente jugador en sentido de las manecillas del reloj.

Tips

- Se recomienda jugar una ronda completa o un máximo de tres rondas para evitar la frustración, si desean continuar, ¡pueden hacerlo!
- Pueden usar la playlist sugerida o elegir canciones del gusto de los jugadores para crear un ambiente más divertido.
- Al ser una herramienta que puede ser personalizada, el especialista podrá intervenir en los tiempos de las actividades y la durabilidad del juego si lo ve necesario.
- Apto para personas de 3 años en adelante.

Redes Sociales

Para tener una visibilidad amplia, se creará un perfil en la plataforma de Instagram que le permitirá a Klik llegar de forma más directa a su audiencia. Esta red social funcionará como un canal de comunicación activa con los usuarios y los ayudará a conocer más de la marca, a través de las publicaciones, historias, incluso las dinámicas que se realicen. Además, es un recurso que les ofrece una forma sencilla de adquirir la herramienta lúdica, así como todos los recursos extras (ver figura 17).



Fig.17 mockup. Post de Instagram (2025)

Herramientas extras

Ya que existen diversos elementos lúdicos que funcionan para activar la parte cognitiva del cerebro, a largo plazo se desarrollarán distintos recursos que complementen a Klik. El objetivo es seguir apoyando a los adultos mayores, motivándolos a fortalecer tanto la mente como el cuerpo mediante rompecabezas, nuevas categorías de actividades, libros de lectura sencilla, entre otros (ver figura 18).



Fig.18 mockup. Tarjetas de actividades (2025)

Fórmula de Geoff Moore

Para las familias que viven con un adulto mayor con deterioro cognitivo leve y buscan fortalecer su vínculo mientras contribuyen en retardar el desarrollo del trastorno, Klik proporciona ejercicios de estimulación cognitiva a través de una herramienta didáctica.

Big Ideal

Es una herramienta que ayuda a desarrollar la propuesta de valor enfocado principalmente en el propósito que se desea para la marca.

- **Cultural/tensión:** En adultos mayores de 65 a 80 años de edad en Puebla que viven con sus familiares, la falta de estimulación mental durante el deterioro cognitivo leve afecta la decadencia de su memoria, lo que les puede llevar al aislamiento tanto social como familiar, provocando un aceleramiento en la pérdida de retención de información.

- **Brond's best self:** Brindar a través de una herramienta didáctica, estimulación cognitiva a adultos mayores que presentan síntomas de deterioro cognitivo leve que vive con su familia, fomentando la participación del entorno familiar, con el fin de mejorar su calidad de vida y fortalecer el conocimiento de la familia sobre la condición.
- **Big ideal:** Los adultos mayores con deterioro cognitivo leve tendrían una mejor calidad de vida si recibieran ejercicios de estimulación cognitiva con su familia involucrada en su proceso. Además la familia al tener suficiente información sobre este trastorno podrán brindarle la ayuda necesaria a su familiar con este trastorno.

Golden Circle

Esta herramienta se utiliza con el fin de desarrollar la propuesta de valor pero desde un ámbito estratégico.

- **What:** Brindar apoyo a los adultos mayores entre 65 a 80 años que presentan síntomas de deterioro cognitivo leve y proporcionarles información a las familias para que conozcan del tema.
- **How:** Por medio de estrategias de estimulación cognitiva para ayudar al paciente, y proporcionar información a las familias para que conozcan lo que esté padeciendo
- **Why:** A través de una herramienta didáctica, proporcionando una estimulación mental y motriz con el fin de retrasar el trastorno, al igual que la difusión de información valiosa.

Filosofía

Ponemos en tus manos la herramienta necesaria para estimular la mente, fortalecer los lazos familiares y mejorar la calidad de vida de las personas con deterioro cognitivo leve.

Misión

Proporcionamos herramientas didácticas innovadoras que estimulan la mente y promueven la inclusión de las personas con deterioro cognitivo leve, mientras fortalecemos los vínculos familiares y facilitamos el apoyo necesario para mejorar su calidad de vida.

Visión

Ser una ayuda para las familias en la mejora de la calidad de vida de las personas con deterioro cognitivo leve, ofreciendo soluciones accesibles que fomenten la inclusión y el acompañamiento familiar.

Valores

- Acompañamiento
- Adaptabilidad
- Dignidad

Pertinencia

La estimulación cognitiva es un proceso relevante ante una situación de DCL, ya que al ejercitar la memoria ayuda a detener el avance del deterioro mental, lo que favorece una mejor calidad de vida para quien lo padece. Por otro lado, es importante mencionar que la participación activa de los familiares en el proceso no solo brinda un entorno afectivo y seguro, sino que también fortalece la efectividad de la intervención.

Relevancia

Ya que, según la investigación previa, el deterioro cognitivo leve es un trastorno que avanza rápidamente, y tomando en cuenta los malestares que se observaron en los usuarios, se demuestra que este proyecto aborda una problemática real, ante la falta de estimulación cognitiva y la poca información que se brinda a los familiares.

A pesar de la existencia de especialistas en el tema, muchos de estos recurren a la solución rápida de los medicamentos, sin proporcionar la información necesaria a las familias, por lo que muchas de ellas no comprenden lo que está pasando y no toman las medidas que realmente funcionan, como los ejercicios de estimulación cognitiva (Comunicación personal, Cano D, 2025).

Por ello, Klik es una marca que a través de una herramienta didáctica, ofrece ejercicios de estimulación cognitiva con el objetivo de mejorar la calidad de vida de las personas con deterioro cognitivo leve en compañía de su familia. Además, proporciona a sus familiares la información necesaria sobre la condición, con el fin de que comprendan de mejor manera el trastorno y puedan brindarles el apoyo adecuado a sus seres queridos.

Una de las ventajas que Klik ofrece, además de cubrir siete de ocho habilidades del Test MoCA como ya se mencionó previamente, es su capacidad de personalización. Dependiendo la situación del paciente, el médico podrá modificar la herramienta con el fin de adaptarla a las necesidades de su paciente.

Viabilidad

Retomando la información de la que anteriormente se habló, se hace evidente que la falta de estimulación mental y el aislamiento social es la primera causa por la que el DCL avanza con rapidez, y que la familia forma parte primordial de este proceso. Por ello resulta viable desarrollar un proyecto que abarque las necesidades tanto de la familia como del que padece DCL.

De igual forma se ha llevado un proceso de la mano con los usuarios, lo que garantiza que el resultado obtenido sea viable para el uso de la persona. Además se identificó que existe un mercado potencial de familias con adultos mayores con deterioro cognitivo leve en la ciudad de Puebla.

Modelo de negocios

Socios clave

- Imprenta para impresión de la herramienta
- Papás (económico)
- Imprenta 3D
- Familias

- Fisioterapeuta
- Geriatras
- Psicólogos
- Centros de salud

Actividades clave

- Diseño de experiencias
- Diseño sensorial
- Diseño de tarjetas
- Investigación del tema y mercado
- Investigación de tratamientos no farmacológicos
- Investigación de examen MoCA
- Marketización
- Compra de material
- Imprimirlo
- Producción
- Comercialización
- Trabajo con usuario y expertos

Recursos clave

- Materia prima: caja, tarjetas de cartulina sulfatada, cubos de PLA,
- Digital: infografía para las familias, instructivo, playlist, red social, Adobe, lap
- Humanos: geriatras, fisioterapeuta y psicóloga
- Producción, logística y financiamiento

Propuesta de valor

Para las familias que viven con un adulto mayor con deterioro cognitivo leve y buscan fortalecer su vínculo mientras contribuyen en retardar el desarrollo del trastorno, Klik proporciona ejercicios de estimulación cognitiva a través de una herramienta lúdica basada en siete de las ocho habilidades evaluadas por el Test Montreal.

Relación con los clientes

- Relación con especialistas

- Relación con usuarios
- Intuitiva, empática, servicial,
- Comunicación a través de redes sociales o correo electrónico para darles seguimiento
- Contenido físico

Canales

- Redes sociales
- Páginas de compras como Amazon
- Centros de salud
- Paquetería (envíos)

Segmento de clientes

- Especialistas que buscan darle una herramienta fácil de usar a sus pacientes con el fin de que ejerciten su mente y tengan una relación estrecha con la familia.
- Adultos mayores con síntomas de deterioro cognitivo leve, que viven acompañados de familiares
- Familias que viven con adultos mayores con DCL que buscan ayudarlos a retener el avance del trastorno.

Estructura de costes

- Venta de producto por una sola elaboración: \$469.00
- Venta de producto por elaboración a mayoreo de 100 piezas: \$369.00

Fuentes de ingreso

- Herramienta didáctica principal
- Herramientas extras
- Establecimientos físicos en centros de salud
- Redes sociales y Amazon
- Costo de producción unitario: \$316.36
- Costo de producción a mayoreo de 100 piezas: \$16,738

Estructura de costes

- Gastos fijos: 46,786.5
- Inversión inicial: 110,280.2
- Nómina: 23,137.46 (ver figura 19)

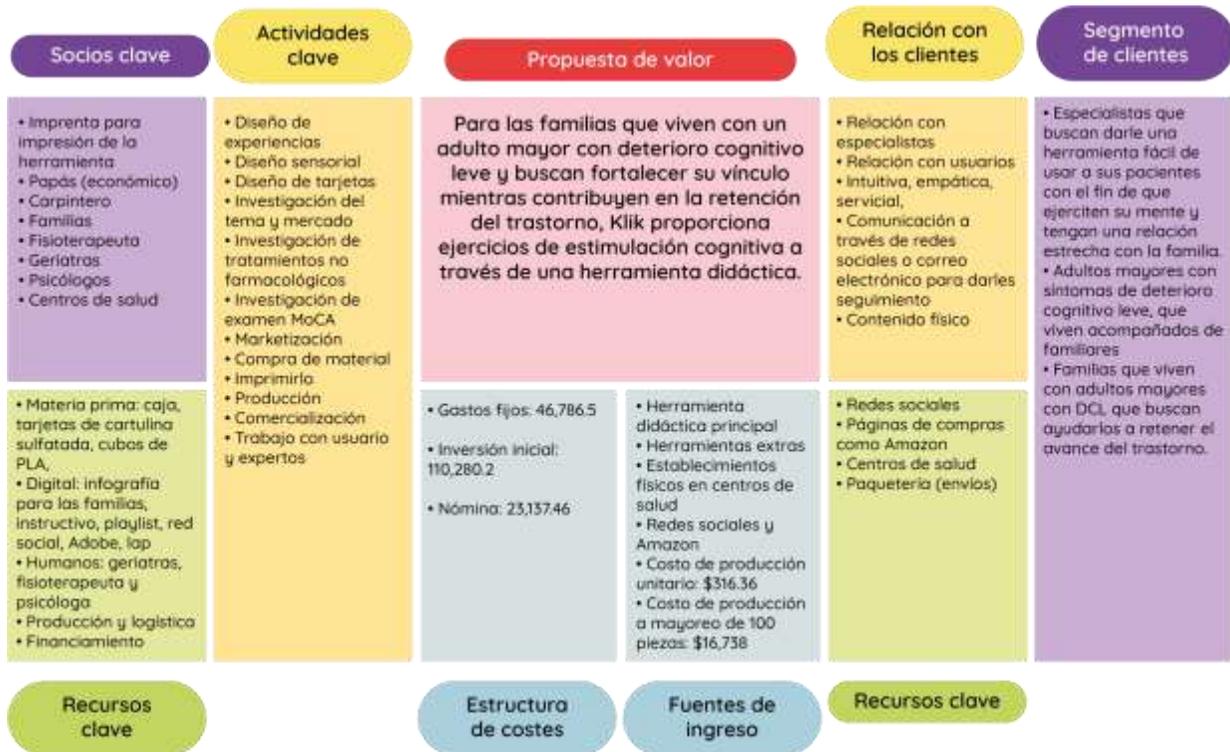


Fig.19 elaboración propia. Modelo de negocios (2025)

Plan de negocios

Con el objetivo de desarrollar un proyecto a largo plazo, se elaboró un plan de negocios con el fin de tener una planificación económica que respalde la sostenibilidad del proyecto. Es por eso que se realizó una inversión inicial de \$53,156.5 MXN, que incluye las máquinas para la fabricación del producto, la producción de 100 herramientas lúdicas, el registro y la asesoría legal de la marca, entre otras cosas. A continuación se mostrará una tabla que presenta la inversión inicial (ver figura 20).

Inversión inicial	Precio
Impresora 3D	\$4,000
Impresora	\$7,710
Cricot	\$4,699
Registro de marca	\$2,813.77
Contador	\$500
Asesoría legal	\$2,500
Diseño de identidad	\$21,000
Marketing	\$8,000
Cámara	\$11,202
Laptop	\$11,999
Luz led	\$576
Tabla de corte	\$199
Stock inicial	\$37,758.8
Total	\$116,357.6

Fig.20 elaboración propia. Inversión inicial (2025)

Cada mes el proyecto debe cubrir gastos administrativos necesarios para el buen funcionamiento del desarrollo del producto, tales como servicios básicos, nomina, material que se utilizará para la elaboración de las herramientas, renta, entre otros recursos, dando un total de \$46, 786. 5 MXN. La tabla de gastos fijos mensuales se encuentra a la izquierda del texto explicativo (ver figura 21).

Gastos fijos mensuales

Gastos fijos mensuales	Precio
Licencia Adobe	\$749
Luz	\$1,000
Consumibles	\$4,500
Internet	\$500
Renta	\$12,000
Marketing	\$4,000
Agua	\$500
Nómina	\$23,137.5
Total	\$46,786.5

Fig.21 elaboración propia. Gastos fijos mensuales (2025)

Nómina

Para obtener los datos de la nómina, se desarrolló una tabla en donde incluye a las tres personas que trabajarían dentro de la marca. A continuación, se presenta la información (ver figura 22).

Nómina	Sueldo	IVA	ISR	IMSS	Total
Mercadologo	\$6,000	\$960	\$652.80	\$600.62	\$8,413.62
Disefladora (Yo)	\$10,000	\$1,600	\$1,088	\$1,334.70	\$14,022.70
Contador	\$500	\$80	\$54.40	\$66.735	\$701.14
	\$10,500				\$23,137.46

Fig.22 elaboración propia. Nómina (2025)

Costos de producción

Ya que Klik es una herramienta análoga, se realizó una tabla de costos de producción con el material que se requiere para su elaboración, se tomó en cuenta una fabricación de 100 herramientas, lo que da un total de \$52,681.47 MXN (ver figura23).

Costo de producción			
Material	Cantidad	Precio de 1 pieza	Precio total
Tarjetas Sulfatada 14 pts	1,000	\$24	\$24,000
Tarjetas de bienvenida (13 tabloides)	100	\$24	\$312
Cubos de PLA	600	\$1	\$594
Caja de PLA	100	\$2.5	\$250
Caja de cartón	100	\$12.7	\$1,266
Stickers (17 tabloides)	100	\$34	\$578
Stickers de cerrado (3 tabloides)	100	\$34	\$102
Sticker de calendario (20 tabloides)	100	\$34	\$680
Crayones (250)	100 paquetes de 4 crayones	\$872	\$348.8
Laminado	1,000	\$11	\$11,000
Total			\$37,754.8

Fig.23 elaboración propia. Costos de producción (2025)

El precio de venta de la herramienta lúdica de Klik es de \$1,183.6 MXN, con un margen de utilidad del 40% considerando los costos fijos de \$46,786.5 y el stock inicial de \$37,754.8 MXN, esto permite que haya un margen de contribución de \$316.37 MXN. El proyecto tiene un estimado de \$46,786.5 costos fijos mensuales, por

lo que para cubrir estos gastos y alcanzar el punto de equilibrio ideal, se sumaron los costos fijos de \$46,786.5 a los costos variables de \$1,000 MXN sobre precio de venta ya antes mencionado, lo que da como resultado la necesidad de vender 41 herramientas lúdicas al mes (ver figura b24 y 35).

Precio de venta	\$1,183.6
Costos fijos	\$46,786.5
Costos variables	\$1,500
Punto de equilibrio	40.8
Stock inicial	\$37,758.8
Margen de contribución	\$316.37

Fig.24 elaboración propia. Punto de equilibrio (2025)

Ganancia neta	\$118,363.36
Inversión inicial	\$95,357.60
Retorno de inversión	\$24.126

Fig.25 elaboración propia. Retorno de inversión (2025)

Prototipo 1

Para el primer prototipo, se realizó un boceto sencillo de la herramienta didáctica, esto con el fin de ver de qué forma se verá la herramienta didáctica incluyendo las herramientas y la forma en la que se podría acomodar (ver figura 26).

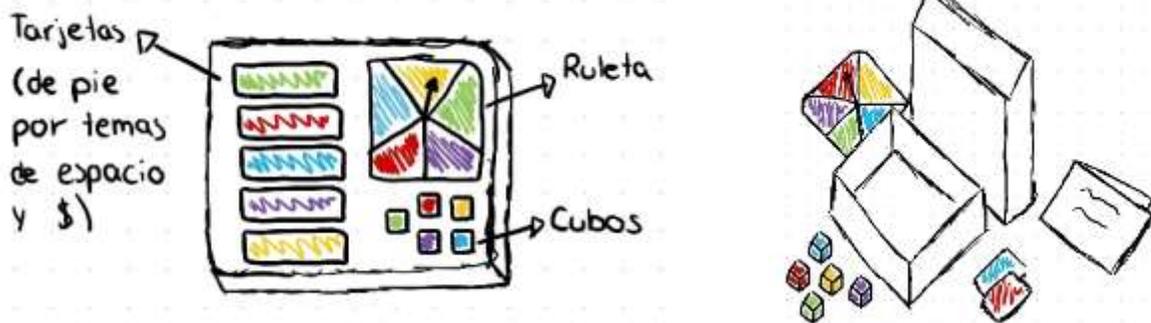


Fig.26 elaboración propia. Bocetos de la herramienta didáctica (2025)

Validación 1: Antes de realizarse el primer prototipo se tuvo una reunión con la Médico Geriatra Gerontóloga, Daniela Cano, con el objetivo de asegurar que la solución esté bien planteada. La doctora realizó algunas observaciones, ya antes mencionadas, para mejorar la funcionalidad de la solución para favorecer el bienestar de la persona con deterioro cognitivo leve.

Al ser el usuario parte esencial del proceso, se les realizó una encuesta en donde se les mostró el boceto del juego con el fin de validar si la solución que se planteó como la más efectiva, realmente funciona para las familias, y los resultados fueron los siguientes (ver Anexo 1, 2 y 3).

Además del boceto, se redactó el instructivo que llevará la herramienta didáctica y la lista de actividades que llevarán las tarjetas, esto con el fin de validarlo con la Médico Geriatra, Daniela Cano y la fisioterapeuta geriátrica, Alejandra Luna, las cuales hicieron unas pequeñas modificaciones para fortalecer la información.

Prototipo 2

Como segundo prototipo, se realizó el diseño principal de las tarjetas con el contenido de cada categoría. Para validar con el usuario, se imprimieron dos versiones distintas, una con la tipografía con la principal propuesta, y con una fuente más genérica, esto con el fin de identificar cuál de las dos resulta más eficaz para el usuario y, de esta forma, mejorar su experiencia con el juego (ver figura 27).

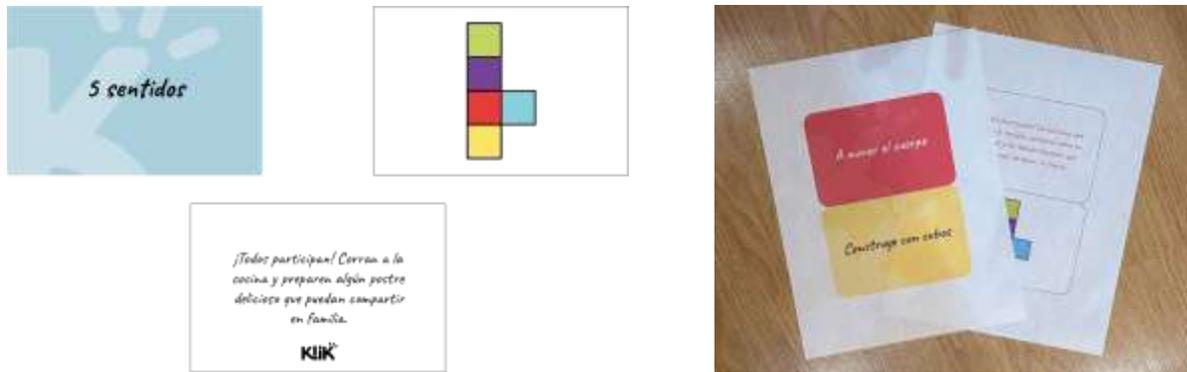


Fig.27 elaboración propia. Diseños de las tarjetas de actividades (2025)

Validación 2: Para este prototipo se buscó validar de forma presencial a tres de los cinco usuarios (ya que los otros dos se encontraban indispuestos), los cuales eligieron la opción de la tipografía de la principal propuesta ya que les pareció “linda” y uno de ellos mencionó que nunca le ha gustado las letras que usan en las computadoras (Anexo 10).

Prototipo 3

Para el tercer y último prototipo, se realizó la herramienta didáctica en calidad media-alta, el objetivo que se quería generar con esta forma de validación, fue que el usuario interactuara con los materiales reales, para esta parte se imprimieron dos versiones de las tarjetas, una de forma enmicada, y la otra plastificada, esto con el objetivo de que los usuarios elijan la opción con la se sienten más cómodos.

Este mismo proceso se realizó para el empaque, se les dieron dos opciones diferentes de cajas, entre esas diferencias estaba el cerrado, el material y la forma. También se buscó que testearan el tamaño de los cubos para asegurar que fueran lo suficientemente cómodos para ellos (ver figura 28).



Fig.28 elaboración propia. Diseño de herramienta didáctica media-alta fidelidad (2025)

Validación 3: al igual que el segundo prototipo, esta validación fue de forma presencial, ya que se necesitaba que los usuarios tocaran e interactuaran con los materiales. De los resultados obtenidos hubo uno que destacó entre todos, ya que al terminar el testeo preguntó que cuando podía jugar el juego, esta respuesta fue algo que no estaba prevista, pero se consideró como una reacción que se buscaba lograr en el usuario (Anexo 11).

Validación Final

Como se mencionó previamente, se seleccionaron cinco familias que formaron parte en el desarrollo del proyecto. El proceso consistió en entregarle a cada familia la herramienta lúdica, y como la solución busca la intervención de la familia, se evitó la participación externa, ya que la presencia de un tercero podría ser contraproducente en los resultados y generar confusión en el adulto mayor con DCL.

Usuario 1: La primera familia mencionó “Nos divertimos todos y él no suele querer jugar con nosotros porque no le *agarra* a nuestros juegos, así que estuvo *cool* que pudiéramos jugarlo juntos”. Entre los comentarios destacaron algunos puntos que creían pertinentes para mejorar la herramienta lúdica, los cuales se encuentran más adelante (Anexo 12) (Fam. Vega, Comunicación personal, 2025).

Entre las observaciones al usuario, notaron que tuvo dificultades para recordar lo que se tenía que hacer en la categoría de “Haz memoria”. Sin embargo, observaron que su familiar tuvo una reacción positiva a las actividades, ya que según relata su familia, él adulto mayor quería seguir jugando e incluso manifestó que quería quedarse con Klik. A partir de esta experiencia, la familia está dispuesta a adquirir la herramienta lúdica (ver figura 29).



Fig.29 Vieyra D. Validación de Klik usuario 1 (2025)

Usuario 2: En la validación de la segunda familia mencionaron que es un juego muy divertido, incluso en dos ocasiones se le preguntó al adulto mayor si quería terminar con el juego, pero en ambos momentos quiso continuar, dando a entender que la herramienta fue de su agrado.

Algo que se observó durante el uso de la herramienta fue que al adulto mayor tuvo dificultades al momento de levantar las tarjetas. Sin embargo, el material resultó ser muy resistente ya que en repetidas ocasiones al intentar separarlas, algunas tarjetas se llegaron a doblar, pero ninguna presentó marcas visibles (Anexo 13) (Fam. Romano, comunicación personal, 2025) (ver figura 30).



Fig.30 elaboración propia. Validación de Klik usuario 2 (2025)

Usuario 3: La experiencia con la tercera familia fue satisfactoria, ya que el adulto mayor presentó un alto interés hacia la herramienta lúdica, al igual que los anteriores. Algo que llamó la atención a los familiares, fue la interacción constante que el familiar con DCL tuvo con los cubos, con los que jugó durante la mayor parte de la validación, lo que demuestra que Klik logró atrapar a su principal usuario.

Algunos comentarios realizados por la familia destacan que les gustaría ver más categorías, incluso que intervengan más colores en la herramienta y propusieron incluir un tablero, ya que sería divertido para generar competencia entre jugadores (ver figura 31).



Fig.31 elaboración propia. Validación de Klik usuario 3 (2025)

Usuario 4: La dinámica con la cuarta familia fue más sencilla para el usuario, ya que no tiene tan marcados los síntomas de deterioro cognitivo leve, por lo que no fue tan complicado para ella realizar las actividades, a excepción de la categoría de memoria, ya que algunas veces confundía el orden de los números y las palabras. Los familiares no tuvieron observaciones para mejorar la herramienta lúdica, ya que les pareció divertida y muy útil para el adulto mayor (ver figura 32).



Fig.32 elaboración propia. Validación de Klik usuario 4 (2025)

Usuario 5: En la validación con el último usuario la familia contó con más retos, ya que el adulto mayor se encuentra en silla de ruedas, por lo que las actividades que involucraban moverse, tuvieron que adaptarlas a su comodidad. De esta forma se puede asegurar que es posible adaptar la herramienta lúdica a las necesidades de cada usuario, lo que cumple con el objetivo de personalización.

El familiar con la que se realizó el contacto directo, es diseñadora gráfica, por lo que destacó la calidad del empaque, los cubos y las tarjetas, así como el diseño de estas mismas. También resaltó que al ser una herramienta personalizable, le da mayor personalidad a la marca, lo que fortalece el objetivo que Klik quiere cumplir.

Y en relación con las mejoras de la solución, comentaron que la música es algo que a los adultos mayores les gusta mucho, por lo que estaría bien que involucrara más actividades que la incluyan (ver figura 33).



Fig.33 elaboración propia. Validación de Klik usuario 5 (2025)

Conclusiones de objetivos y supuestos de solución

En conclusión, durante el proceso de investigación de este proyecto se logró establecer que la falta de estimulación cognitiva y la poca participación familiar en el proceso de deterioro cognitivo leve de los adultos mayores, realmente es un problema que se tiene ya que este trastorno aumenta el riesgo de mortalidad en quien lo padece.

Por lo que en relación con la pregunta de investigación: *¿De qué forma se puede brindar estimulación cognitiva a un adulto mayor de 65 a 80 años con deterioro cognitivo leve que vive con su familia, a través de recursos lúdicos, de manera que su entorno familiar tenga una colaboración activa en el proceso, favoreciendo su calidad de vida y adquiriendo conocimiento sobre la condición que están experimentando?* Se logró concluir que una herramienta lúdica que estimulara la mente e involucrara activamente a la familia hace que la condición del adulto mayor se retrase el avance mejorando de esta forma su calidad de vida y con ello la familia pueda comprender que sucede con la condición de su pariente.

De igual forma, tras una investigación a profundidad con especialistas, fuentes de información e incluso con los propios usuarios, se logró confirmar el supuesto de este proyecto, donde una estimulación cognitiva a través de actividades que promueven la interacción social y ejercicios relacionados con

actividades lúdicas funciona para frenar el proceso acelerado de disminución de la memoria.

El proyecto ha alcanzado de manera exitosa los objetivos que se plantearon desde un inicio, logrando de esta forma una respuesta positiva por parte de los usuarios. Ya que el proyecto tiene posibilidades de escalabilidad, se planea crecer a Klik ofreciendo herramientas extras que las familias podrán adquirir por medio de establecimientos en físico como en clínicas especializadas en neurodesarrollo o geriatría, y en plataformas virtuales como Amazon y el perfil de *instagram*.

Los recursos lúdicos que complementan la herramienta principal varían en cuanto a precio y características, ya que contará con categorías adicionales, como rompecabezas, cubos de distintos colores y sus tarjetas correspondientes, entre otros elementos diseñados para favorecer el proceso de estimulación cognitiva. También se tomará en cuenta la creación de una página web oficial, en donde los usuarios podrán adquirir la variedad de herramientas extras que ofrece.

Entre las sugerencias, se tomará en cuenta que haya categorías con niveles de dificultad, esto con el objetivo de que las personas a las que se les dificulta menos una actividad, puedan obtener el material adecuado para una mejor función de sus capacidades tanto motoras como cognitivas.

Conclusiones generales del curso y carrera

Klik representa para mí todo el esfuerzo y la preparación que tuve durante la carrera, ya que no solo es un proyecto, es una representación gráfica de lo que el Diseño Estratégico de Información simboliza para mí, es la prueba de que el diseño es más que solo estética, que solo colores, es una manera de transformar vidas. Cada elemento que conforma Klik fue tomada con el objetivo de representar lo que la carrera tiene para las personas o incluso el futuro, y es por eso que me voy satisfecha con lo que logré durante mi vida universitaria.

Eje Transversal de Inclusión

La inclusión juega un papel importante para la realización de este proyecto, ya que reconoce el valor que tienen los adultos mayores con deterioro cognitivo leve, promoviendo la participación activa dentro de su círculo familiar al evitar su

aislamiento, al igual que fomenta actividades lúdicas adaptadas a sus capacidades motoras y cognitivas. Klik también integra a la familia, debido a que incentiva la empatía, sororidad y acompañamiento hacia quienes viven con deterioro cognitivo leve.

Dimensión de Formación Profesional

Durante la carrera jamás me sentí como profesional, pensé que no lograría ser una diseñadora de verdad, pero creo que Klik me demostró lo contrario ya que logré plasmar en una sola herramienta todos los conocimientos que adquirí durante mi carrera, pero sin duda, este proyecto no solo demuestra mi crecimiento como diseñadora, sino también como persona, enfrentando cualquier límite que yo misma me he puesto. Al ver los resultados de lo que logré, me atrevo a decir que estoy preparada para esta nueva etapa, me encuentro lista para que la Ercilia del futuro sepa que puede con todo y más.

Dimensión de Formación Social

Si pudiera describir a la IBERO en una sola palabra, sería servicial, ya que algo que tengo bien grabado en la mente, es haber escuchado a mis profesores hablar de lo importante que es diseñar para ayudar, y cubrir las necesidades de las personas ayuda a que tu solución tenga un valor más significativo para ellas. Para mí, la universidad no solo forma profesionistas, sino también personas que buscan un cambio positivo en la vida de los demás.

Dimensión Integral Universitaria

La IBERO Puebla no solo me enseñó a darle a mi profesión un enfoque de servicio, sino también a que mi voz vale mucho y que las injusticias existen, pero deben ser derrocadas. Puede que haya terminado esta gran etapa de mi vida, pero siempre estaré agradecida con todos los que han pasado por mi camino. A mi primer equipo representativo de tocho, al grupo de teatro, las personas que junto conmigo logramos tener un gran consejo estudiantil, a mis profesores, Edith, Carmen, Beto, Carlos, Esteban y Rosalva, que sin ellos jamás podría haber llegado a

ser la diseñadora que soy ahora y al profesor Mario por hacerme sentir escuchada y apoyada, a todos ellos les debo lo que soy ahora.

A mi pequeña familia tochera, Lili, Jaiba y Arturo, que jamás me faltaron en los momentos en los que más sola me sentí, a mi nueva pequeña hermana Fiona, que gracias a ella pude por fin soltar a la Erci del pasado y convertirme en la Ercilia que soy ahora, a Diego, Regina, Marie, Ximena, Laura, Jero y Pao, que han sido las personas más leales, y los que más me han visto crecer. Y a mi familia, que sin su apoyo incondicional, y su esfuerzo infinito por siempre darme lo mejor, este sueño de ser una diseñadora estratégica de la IBERO Puebla, no sería posible.

Me despido de este gran sueño que hoy por hoy culminó, me voy con un gran sabor de boca y un corazón lleno de sueños por cumplir, espero pronto ser nuevamente parte de la comunidad IBERO ya que esta no es solo mi universidad, es mi hogar, donde crecí, me transformé, y sobre todo encontré un lugar en donde me siento bienvenida.

Fuentes de información

- ADI. (2021). Importance of a timely diagnosis. Translate.goog. <https://www-alzint-org.translate.goog/about/symptoms-of-dementia/importance-of-early-diagnosis/? x tr sl=en& x tr tl=es& x tr hl=es& x tr pto=sg>
- Administracion-lacasa. (2023). Actividades lúdicas y juegos recreativos ideales para el adulto mayor. La Casa. <https://lacasa.com.co/bienestar-del-adulto-mayor/actividades-ludicas-y-juegos-recreativos-ideales-para-el-adulto-mayor/#:~:text=Otras%20actividades%20l%C3%BAdicas,Acampadas%2C%20excursiones>
- All rights Reserved. (2023). ¿Qué es cromoterapia y el significado de cada color?. <https://equinoxholistics.com/blog/que-es-cromoterapia-y-el-significado-de-cada-color/>
- Alvez, L. C. (2024, July 21). Puzzles y prevención del deterioro cognitivo: Estudio exploratorio. NeuroClass. <https://neuro-class.com/puzzles-y-prevencion-del-deterioro-cognitivo-estudio-exploratorio/>
- Alzheimer Association. (2025). Aprueban donanemab para el tratamiento de la enfermedad de Alzheimer temprana. <https://www.alz.org/es-mx/alzheimer-demencia/tratamientos/donanemab>
- Alzheimers.gov. (2024). ¿Qué es el deterioro cognitivo leve? <https://www.alzheimers.gov/es/alzheimer-demencias/deterioro-cognitivo-leve>
- Bermejo F. López A. et al. (2021). La estimulación física, funcional y cognitiva en adultos mayores, a partir de la actividad lúdica. <http://scielo.sld.cu/pdf/rc/v17n81/1990-8644-rc-17-81-120.pdf>
- Centre Mèdic Quirónsalud Aribau. (2025). Deterioro cognitivo y demencia, ¿qué diferencia hay? <https://www.quironsalud.com/aribau-barcelona/es/preguntas-frecuentes/deterioro-cognitivo-demencia-diferencia#:~:text=La%20principal%20diferencia%20entre%20un,diarias%20y%20la%20alteraci%C3%B3n%20del>
- Clínica La Sagrada Familia. (2023, July 22). El cerebro humano: energía, memoria y conexiones sin límites • Clínica La Sagrada Familia. <https://sagradafamilia.com.ar/novedades/el-cerebro-humano-energia-memoria-y-conexiones-sin-limites/>
- Concepto. (2023). Lúdico - Qué es, actividades y método de aprendizaje. Concepto. <https://concepto.de/ludico/>

- CSJN. (2023). Departamento de Medicina Preventiva y Laboral - CSJN - Deterioro Cognitivo Leve. Csjn.gov.ar.
<https://www.csjn.gov.ar/medprev/verNoticia.do?idNoticia=7525>
- Cuello, S. (2020). La importancia de la familia en un deterioro cognitivo - Fisiolution. Fisiolution. <https://fisiolution.com/la-importancia-de-la-familia-en-un-deterioro-cognitivo/>
- Custodio, N., Herrera, E., Lira, D., Montesinos, R., Linares, J., & Bendezú, L. (2019). Deterioro cognitivo leve: ¿dónde termina el envejecimiento normal y empieza la demencia? Anales de La Facultad de Medicina, 73(4), 321-330.
[http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1025-55832012000400009#:~:text=DCL%20con%20d%C3%A9ficits%20cognitivos%20m%C3%BAtiples,Alzheimer%20\(45%2C54\).](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1025-55832012000400009#:~:text=DCL%20con%20d%C3%A9ficits%20cognitivos%20m%C3%BAtiples,Alzheimer%20(45%2C54).)
- Design Thinking En Español (2023). Qué es Design Thinking - Design Thinking en Español. <https://designthinking.es/que-es-design-thinking/>
- Diario de león. (2024, May 7). El color de la memoria. Diario de León.
<https://www.diariodeleon.es/monograficos/innova/240507/1532520/color-memoria.html>
- Elevateapp. (2025). Begin a personalized lesson with Elevate brain training.
<https://elevateapp.com/>
- Emera. (2022). Estimulación cognitiva para adultos mayores | Emera. Grupo Emera.
<https://emera-group.es/noticias/estimulacion-cognitiva-para-adultos-mayores-que-es-y-beneficios/#:~:text=Cuando%20el%20adulto%20no%20presenta,sociales%20de%20quienes%20la%20reciben.>
- Estévez. M. (2022). ¿Qué es la Terapia de orientación a la realidad? Marta Estévez Neuropsicóloga. <https://laneuropsicologa.com/terapia-de-orientacion-a-la-realidad/#:~:text=La%20Terapia%20de%20Orientaci%C3%B3n%20a%20la%20Realidad%20o%20TOR%20es,reorientarse%20ni%20impedir%20su%20confusi%C3%B3n>
- Evaluación, L., & Montreal, C. (2017). MoCA Version 8. In Z. Nasreddine MD.
<https://championsforhealth.org/wp-content/uploads/2018/12/MOCA-8.1-Spanish.pdf>
- Fundación pasqual Maragall. (2024). ¿Qué es el deterioro cognitivo leve? Fpmaragall.org. <https://blog.fpmaragall.org/deterioro-cognitivo-leve>
- Fusiona. (2021). Design Thinking y sus 5 etapas esenciales.
<https://fusiona.cl/blog/ux/5-esenciales-del-design->

[thinking/#:~:text=El%20Design%20Thinking%20es%20una,en%20soluciones%20pr%C3%A1cticas%20e%20impactantes.](#)

García, L. (2025, February 18). Ejercicios de estimulación cognitiva para mayores. Cuidum - Cuidado de Mayores a Domicilio.

<https://www.cuidum.com/blog/ejercicios-de-estimulacion-cognitiva-para-mayores/>

G. García-Ribas, A. Sáez Marín, & Barreto. (2023). Tratamiento del deterioro cognitivo. Medicine - Programa de Formación Médica Continuada Acreditado, Volumen 13. Número 74. Páginas 4382-4394.

<https://doi.org/10.1016/j.med.2023.03.004>

Garrido, V., & Ángel, M. (2022). ¿Qué evalúa el Test Cognitivo de Montreal MoCA? ADIPA México; Adipa. <https://adipa.mx/noticias/que-evalua-el-test-cognitivo-de-montreal-moca/>

Gayubas A. Kiss T. editores. (2020). Recursos Didácticos - Cuáles son, funciones, tipos y ejemplos. Concepto. <https://concepto.de/recursos-didacticos/>

Giovana Femat Roldán. (2024). Neuropsicología: Trail Making Test Partes A y B - Neuropsicólogo en Monterrey. Neuropsicólogo En Monterrey.

<https://neuropsicologomonterrey.com/trail-making-test-parte-a-b/#:~:text=Parte%20B%20del%20Trail%20Making,%2DC%2C%20etc.>

Gob.mx. (2024). Alfabetización en la vejez, pieza clave para la independencia y autonomía de las personas mayores. Gob.mx.

<https://www.gob.mx/inapam/articulos/alfabetizacion-en-la-vejez-pieza-clave-para-la-independencia-y-autonomia-de-las-personas-mayores?idiom=es#:~:text=De%20acuerdo%20con%20el%20Censo,m%C3%A1s%20afectadas%20por%20esta%20condici%C3%B3n.>

González, E., Musicoterapeuta, G., & Ocupacional, T. (n.d.). Music therapy for dementia treatment. A proposal for intervention in nursing homes. Retrieved April 14, 2025, from

<https://reunir.unir.net/bitstream/handle/123456789/12059/musicoterapia%20tratamiento%20demencia.pdf?sequence=3&isAllowed=y>

Iberdrola. (2021). DISEÑO CENTRADO EN EL USUARIO. Iberdrola.

<https://www.iberdrola.com/innovacion/que-es-diseno-centrado-en-el-usuario>

Ibero MTY. (2025). Hablemos de la importancia de la psicología del color

<https://iberomty.mx/blog/hablemos-de-la-importancia-de-la-psicologia-del-color/#:~:text=Desde%20el%20punto%20de%20vista,o%20alguno%20relacionado%20a%20psicolog%C3%ADa.>

- INPA. (2024). Beneficios cognitivos de los rompecabezas y puzles. Inpa.info. <https://inpa.info/blogs/beneficios-cognitivos-de-los-rompecabezas>
- Instituto de Mayores y Servicios Sociales. (2023). Demencia y dinámica familiar - Blog del CRE Alzheimer - Blog Del CRE Alzheimer. <https://blogcre.imserso.es/-/demencia-y-din%C3%A1mica-familiar#:~:text=La%20persona%20con%20demencia%20puede,de%20las%20responsabilidades%20de%20cuidado.>
- Instituto Mexicano del Seguro Social. (2012). Diagnóstico y Tratamiento del Deterioro Cognoscitivo en el Adulto Mayor en el Primer Nivel de Atención <https://www.imss.gob.mx/sites/all/statics/guiasclinicas/144GRR.pdf>
- Johnson. B. (2022). La importancia de la familia en un deterioro cognitivo - Fisiolution. Fisiolution. <https://fisiolution.com/la-importancia-de-la-familia-en-un-deterioro-cognitivo/>
- Kalevi, & Kalevi. (2024, October 16). La importancia del diagnóstico precoz del deterioro cognitivo - KALEVI. KALEVI. <https://kalevi.es/la-importancia-del-diagnostico-precoz-del-deterioro-cognitivo/#Beneficios del diagnostico precoz del deterioro cognitivo>
- Keim. (2023). Psicología del color - El efecto de los colores. Psicología Del Color. <https://www.keim.com/es/psicologia-del-color/>
- Kwido. (2024). The ultimate care solution for the elderly. Kwido. <https://kwido.com/en/>
- LinkedIn. (2025). LinkedIn.com. Recursos didácticos en el aprendizaje online: Guía completa. <https://www.linkedin.com/pulse/recursos-did%C3%A1cticos-en-el-aprendizaje-online-gu%C3%ADa-kracf/>
- Lumosity. (2025). Lumosity.com. <https://app.lumosity.com/es/landing>
- Instituto Nacional sobre el Envejecimiento. (2024). ¿Qué es el deterioro cognitivo leve?. Alzheimers.gov. <https://www.alzheimers.gov/es/alzheimer-demencias/deterioro-cognitivo-leve>
- Mayo Clinic. (2024). Deterioro cognitivo leve - Síntomas y causas - Mayoclinic.org; 10%<https://fisiolution.com/la-importancia-de-la-familia-en-un-deterioro-cognitivo/>
- Mentes abiertas. (2023). *El poder de las ondas binaurales: Cómo afectan positivamente a nuestro cerebro - Terapia Online Presencial Madrid | Mentes Abiertas*. Mentesabiertaspsicologia.com. <https://www.mentesabiertaspsicologia.com/blog-psicologia/el-poder-de-las-ondas-binaurales-como-afectan-positivamente-a-nuestro-cerebro>

- Mimaki. (2021). The Benefits of Lamination. Mimaki USA; Mimaki. [https://www-mimakiusa-com.translate.goog/blog/the-benefits-of-lamination/? x tr sl=en& x tr tl=es& x tr hl=es& x tr pto=sge#:~:text=Protection,with%20oily%20or%20dirty%20hands](https://www-mimakiusa-com.translate.goog/blog/the-benefits-of-lamination/?x_tr_sl=en&x_tr_tl=es&x_tr_hl=es&x_tr_pto=sge#:~:text=Protection,with%20oily%20or%20dirty%20hands).
- Naranjo J. (2020). Impulsa Neuropsicología. La pintura ayuda a prevenir el Deterioro Cognitivo en adultos -. Terapias de Estimulación Cognitiva. <https://impulsaneuropsicologia.com/la-pintura-ayuda-a-prevenir-el-deterioro-cognitivo-en-adultos/>
- Neuraces. (2023). Deterioro cognitivo: Síntomas y tratamiento | Neuraces. Neuraces. <https://neuraces.es/tratamiento-deterioro-cognitivo/#:~:text=Los%20problemas%20de%20atenci%C3%B3n%20tambi%C3%A9n,receta%20o%20resolver%20un%20rompecabezas>.
- Olivera J, Pelegrín C. (2015). Prevención y tratamiento del deterioro cognitivo leve. Viguera. Volumen 2. p. 45. https://www.viguera.com/sepg/pdf/revista/0502/502_0045_0055.pdf
- Ortiz, J. A., & José, C. (2012). El Modelo Bioecológico en la Comprensión del Desarrollo Humano Temprano. ResearchGate. <https://doi.org/10.13140/RG.2.2.14396.80005>
- Pavón, C. (2019). ACTIVIDADES LÚDICAS. Bienestar.gob.mx. <https://www.bienestar.gob.mx/sibien/index.php/recreacion/19-recreacion/23-actividades-ludicas>
- Queralt. M. (2021, July 29). Deterioro cognitivo, concepto y tipos. Blogs MAPFRE. <https://www.salud.mapfre.es/salud-familiar/mayores/neuropsiquiatria-y-geriatria/concepto-y-tipos-de-deterioro-cognitivo/#Como se produce>
- Rodríguez. N. (sf). Tratamientos farmacológicos y no farmacológicos del deterioro cognitivo y los síntomas neuropsiquiátricos. Editorial Médica Panamericana. Neurología de la cognición y la conducta Módulo 2. (Págs 14 - 16). <https://aula.campuspanamericana.com/Cursos/Curso01414/Temario/M2T6/M2T6Texto.pdf>
- Rojas, S. (2021). Cómo Influyen los Colores en el Aprendizaje - Shift E-Learning. Shiftlearning.com. <https://www.shiftlearning.com/blogshift/como-influyen-los-colores-en-el-aprendizaje>
- Romero, J. (2022, May 12). ¿Qué es el PLA en impresión 3D y para qué se utiliza? | Sicnova. Sicnova. <https://sicnova3d.com/blog/experiencias-3d/que-es-el-pla-en-impresion-3d-y-para-que-se-utiliza/>
- Sánchez, Z. (2019, May 10). ¿Cómo es el papel autoadhesivo? - El blog de Lozano Impresores. El Blog de Lozano Impresores.

<https://lozanoimpresores.com/blog/papel/autoadhesivo/#:~:text=El%20papel%20autoadhesivo%20o%20papel,una%20superficie%20por%20s%C3%AD%20solo>.

Statista. (2023). Música en streaming: plataformas según número de suscriptores.

<https://es.statista.com/estadisticas/942349/principales-plataformas-de-musica-en-streaming-del-mundo-segun-suscriptores/>

Suarez. L. y Gross. R. (2019). Estimulación cognitiva y apoyo familiar hacia adulto mayor con deterioro cognitivo. Revista Información Científica. Volumen 98. (No. 1), página 88 a 97. <https://www.medigraphic.com/pdfs/revinfcie/ric-2019/ric191j.pdf>

The Core School. (2022). La psicología de los colores The Core.

<https://www.thecoreschool.com/blog/la-psicologia-de-los-colores/>

The Interaction Design Foundation. (2016). What is User Centered Design (UCD)?.

Interaction Design Foundation. <https://www.interaction-design.org/literature/topics/user-centered-design>

VA_Mex. (2020). Visiting Angels México - Líderes En El Cuidado al Adulto Mayor.

<https://visitingangels.com.mx/>

Anexos

Anexo 1

Para ti ¿Qué es el deterioro cognitivo leve?

Lo que es antes que la demencia

Es el deterioro en las capacidades generales de las personas de la tercera edad

Es una afección que hace que las personas tengan problemas de memoria o alteración en el pensamiento para alguien de su edad

Disminución de funciones por la pérdida de memoria

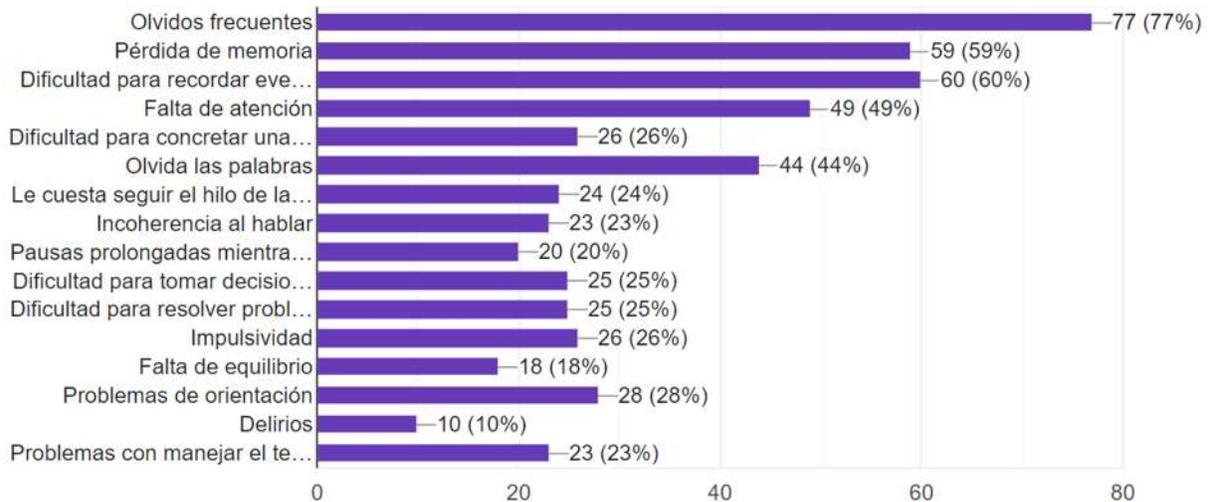
Una enfermedad mental que va deteriorando la vida de los adultos

Falta de memoria y habilidades cognitivas (ubicación, equilibrio, lectura, coordinación)

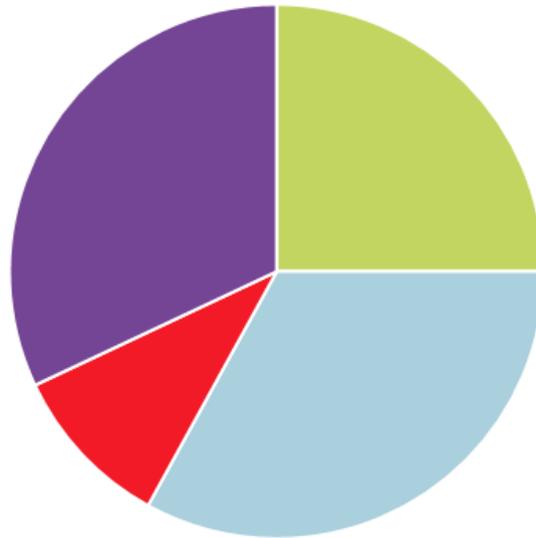
Empiezas a olvidar las cosas, no sabes dónde las dejaste, no sabes en qué día vives.

El deterioro cognitivo es la pérdida de habilidades mentales como la memoria, el pensamiento y la atención, que puede variar de leve a grave.

¿Qué síntomas han notado en su familiar?

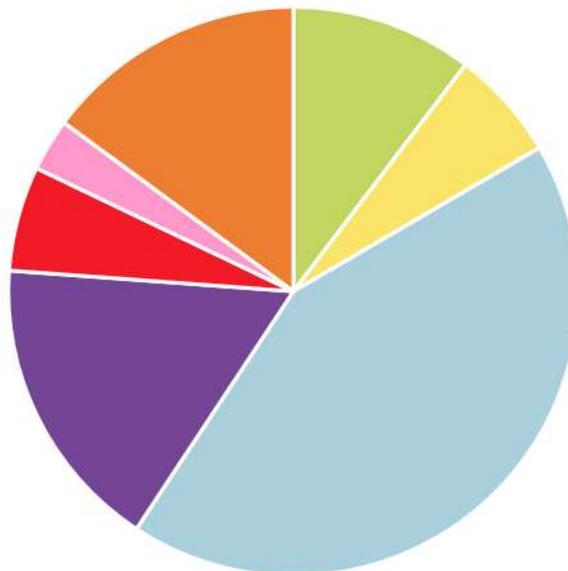


A partir del primer síntoma ¿Cuánto tiempo tardaron en recibir un diagnóstico?



■ 6 meses ■ Entre 6 y 1 año ■ De 1 a 3 años ■ No hemos recibido diagnóstico

¿Quién se encarga del cuidado de la persona?



■ Mi mamá ■ Mi papá ■ Toda la familia ■ Tiene un cuidador
■ Su pareja ■ Es independiente ■ Otros

¿Por qué?

Nos turnamos

Es quien vive con el

Mi papá y toda su familia ya que, cuando se intentó llevar a lugares adecuados no estuvieron de acuerdo con el trato que le daban.

Porque tiene una red de apoyo

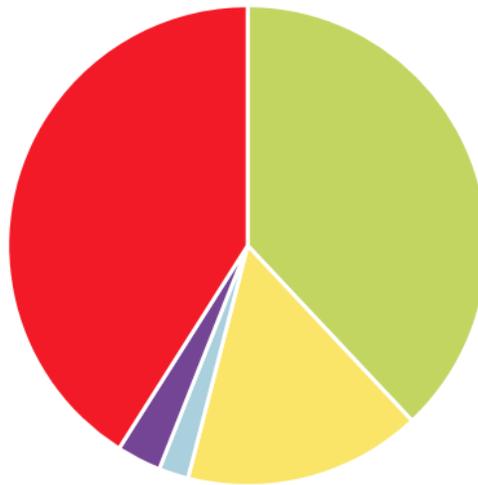
por Amor y empatía

Todavía podemos

De alguna manera todos debemos ser corresponsables

Mi madre es un adulto de la tercera edad muy sana, mi hermano es soltero y ambos son independientes y funcionales en la vida diaria.

¿Cómo es la convivencia con tu familiar a partir de qué los síntomas evolucionaran?



- Nos vemos cada cierto tiempo
- Vive conmigo
- Nos hemos distanciado
- Ya no lo frecuento
- Nos vemos con frecuencia

¿Cómo manejan sus emociones en relación a los síntomas de su familiar?

Bien como si no tuviera los problemas

Es difícil entenderlo y causa un poco de intolerancia, desesperación y a la vez ternura

Tratando de hacer juegos para habilidad mental, preguntándole con frecuencia datos inmediatos

bien, tratamos de que pueda entender y comprendemos que puede ser complicado

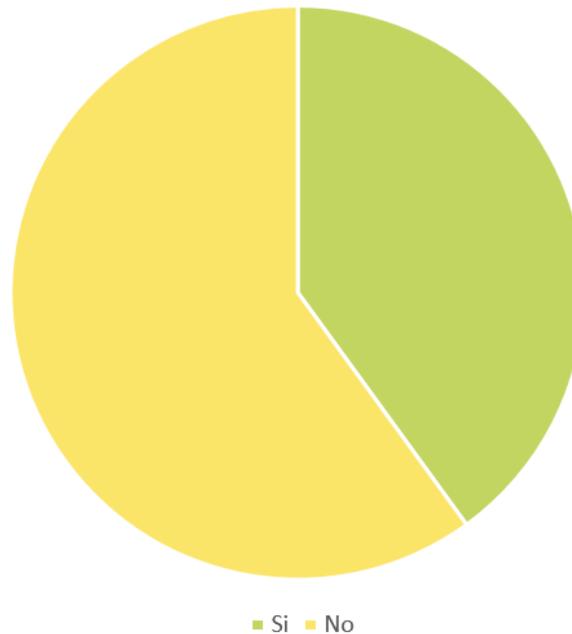
Fuimos a consultar en familia

Muy bien, tenemos mucha comunicación en familia

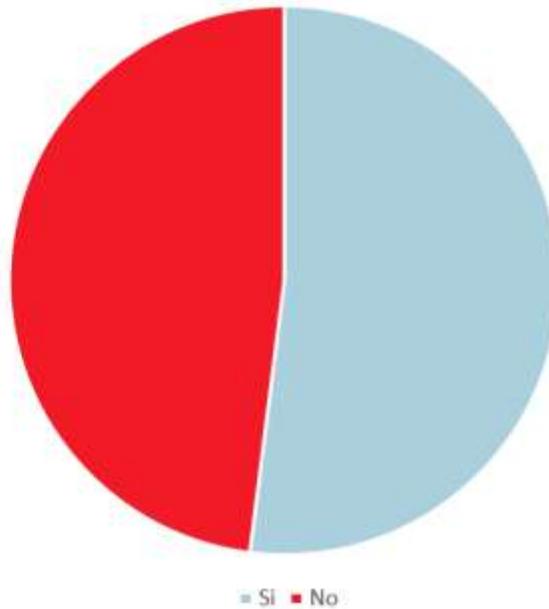
Nos estresamos mucho y solemos enojarnos con él

Damos apoyo y le recomendamos que active su memoria con actividades, nuevos, lecturas

¿Han recibido algún tipo de orientación para el cuidado del deterioro cognitivo leve?



¿Tu familiar lleva algún tratamiento en específico para retrasar el avance de la enfermedad?



Si tu respuesta fue sí ¿Qué tratamiento recibe? Si tu respuesta fue no ¿Por qué no ha recibido ningún tratamiento?

Medicamento

Solo medicamentos presencia en la mañana, donepecilo en la noche

Porque su rutina la hace estar muy presente y casi no presenta síntomas, sin embargo considero que es importante que haya un tratamiento

Medicamentos, y recibe terapia por las enfermeras

Por falta de información

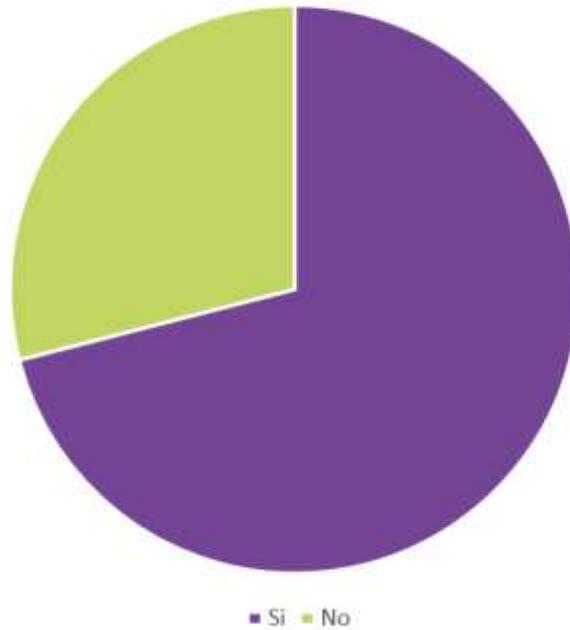
Tiene neurólogo y geriatra, toma medicamentos y tiene actividades.

El doctor prefirió ver como respondía sin medicina solo para la circulación y presión

La ha visto el geriatra, pero no parece que hayan implementado un tratamiento específico para eso.

chequeo cada mes por su clínica ! la checa de su presión revisan los oídos ,ojos circulación en piernas colesterol..... ! tiene revisiones mensuales !

¿Te gustaría que tú familiar lleve un tratamiento junto contigo?



¿Por qué?

Para hacer más fácil la convivencia

porque el apoyo siempre es necesario

Ya hemos recibido acompañamiento tanto mi papá como nosotros los hijos. Tomamos un diplomado "Cuidando al Cuidador" en el IJPII y creo q eso nos orientó más para ayudar a mi mamá.

Por qué así nos uniría más como familia y nos ayudaría a ver si proceso

No le gusta tener gente cerca

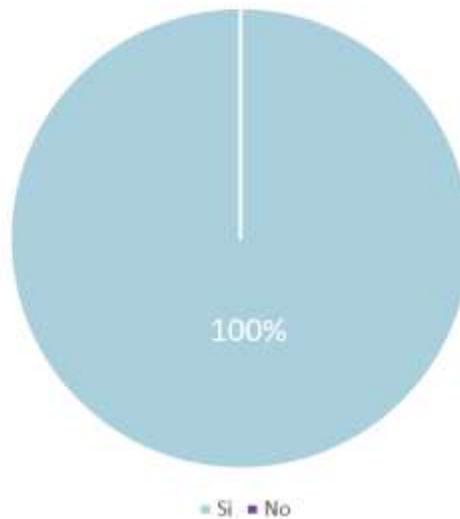
Me gustaría ser útil y apoyar en mejorar su calidad de vida

Para hacer más fácil el tema, entendiendo los procesos para hacerlo más fácil y mejor para ambos

Porque acompañarlo en el tratamiento puede brindarle apoyo emocional, fortalecer el vínculo familiar y ayudar a que se sienta más motivado y comprendido durante el proceso.

Anexo 2

¿Le gustaría que los ejercicios de estimulación cognitiva que realice junto a su familiar tengan un formato de juego de mesa?



¿Por qué?

Por qué se entretendría sin sentir que es una obligación

Por qué puedes interactuar y tener más convivencia con tu familiar

Es más interactivo

Integración de la familia

Se logra interacción familiar y no se percibe sólo como terapia, la parte lúdica es muy importante

Por qué los juegos de mesa siempre son una gran idea para mejorar la convivencia y al poder incluir a los familiares más grandes que suelen (en mi caso) autoexcluirse, podríamos convivir todos juntos

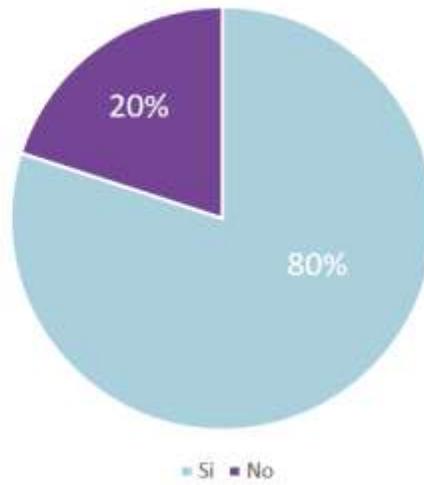
Se hace más atractivo para la persona, sin que sea un ejercicio de terapia para ella

Es una manera fácil de tratar de involucrarlo

Para estimular a mi familiar

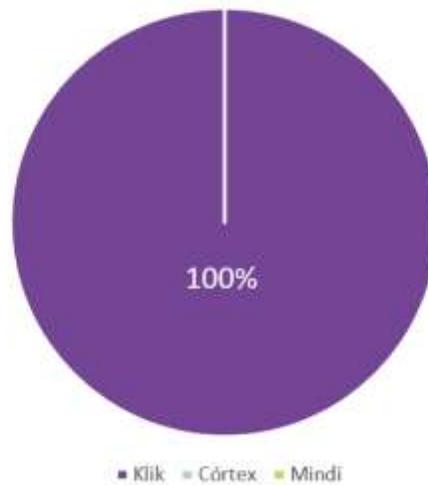
Por qué puede ayudarlo y entretenerlo al mismo tiempo, incluso no lo sentiría como una tarea más que tiene que hacer, sino una actividad con la familia

¿Cree que a su familiar le gustaría participar en el diseño de la caja del juego, personalizándola con colores, stickers u otros elementos creativos?



Anexo 3

De las siguientes opciones ¿Qué nombre le gustaría que tuviera el juego de mesa?



Anexo 4

¿Le gustaría hacer alguna recomendación para mejorar la experiencia del juego de mesa y adaptarlo mejor a las necesidades de su familiar?

Que sea de un material resistente muchos adultos ya no controlan sus manos bien.

Que dure aproximadamente 1 hora o menos para que se puedan dar el tiempo de jugarlo

Si va a tener texto, que sean de gran tamaño pues se les dificulta leer. También que haya ejercicios en los que tenga que escribir porque es una habilidad que pierden

Evitar el uso de la palabra Trastorno en el folleto, lo hace ver "clínico". Sugiero usar en las explicaciones frases en positivo, por ejemplo. "Klik promueve de forma lúdica la sinapsis, es decir, mejora la interconexión de nuestra neuronas, al tiempo que genera estímulos positivos que pueden ser físicos (al tirar los dados, avanzar las fichas, etc), visuales (con las imágenes del tablero, cartas, colores de la ruleta), auditivos (al leer las tarjetas y generar la asociación visual con los elementos del juego) y la más importante, la interacción entre los jugadores.

Anexo 5

¿Qué canción creen que conocen las personas en un rango de 10 a 80 años?

El himno nacional

Payaso de rodeo

Cielito lindo

YMCA

La macarena

Asereje

Las mañanitas

We will rock you

We are the champions

Sapito

Thriller

El abecedario

Estrellita

Anexo 6

Aprovecha el espacio en blanco para una ilustración

Puedes usar diferentes pesos visuales en el texto para hacerlo más dinámico

Lo leí diferente a como marcan las flechas

Puedes hacer más notorias la viñetas

Si tienes un punto más largo dale tabulador

Puedes resaltar las palabras clave en negritas

El lenguaje me parece sencillo de entender, no usas términos técnicos

Anexo 7

Me gusta que hayas puesto el logo como si lo hubieran hecho a mano

Es muy fácil de entender tanto lo que es el problema como lo que hace Klik

Me gusta el acomodo, me parece dinámico y divertido

Visualmente me gusta mucho

Me imagino las ilustraciones como si fueras stickers

Anexo 8

Entendí muy bien la información, no tengo que saber de medicina para comprender

Fue muy fácil para mí seguir el texto, siento que está hecho de forma lógica

Me gusta como se ve, incluso las ilustraciones encajan bien con el texto

Entendí perfecto el tema, me gustó que está explicado de forma muy fácil

Me costó trabajo seguir los puntos, me perdí un poco con las flechas

A primera vista se ve divertido, hasta parece un tablero de juego de mesa

Anexo 9

Siento que la manera en la que lo organizaste no está muy claro

Visualmente se ve bien. Sin embargo, siento que cuando lo ves, no sabes por dónde empezar y por dónde seguir.

Creo que sería mejor una estructura más lineal

Anexo 10

<i>Pregunta</i>	Usuario 1	Usuario 2	Usuario 3
¿Qué tipografía logras leer mejor?	Las dos	(Opción 2, tipografía genérica)	Las dos
¿Qué tipografía te llama más la atención?	(Opción 1, tipografía de la principal propuesta)	(Opción 1, tipografía de la principal propuesta)	(Opción 1, tipografía de la principal propuesta)
¿Crees que el tamaño de las tarjetas es cómodo?	Sí, ayuda mucho a que pueda leer mejor	Sí, está muy padre	Sí, así no me cuesta trabajo agarrarlas
¿Qué piensas de los colores que se usan?	Están muy lindos	Me gustó mucho el azul	Me gustaron mucho, están muy coloridos
Comentarios	Nunca me han gustado las letras que usan en las computadoras	¿Cuándo podemos jugar el juego?	Me gustó mucho que sean muchos colores

Anexo 11

<i>Pregunta</i>	Usuario 1	Usuario 2	Usuario 3	Usuario 4
Visualmente ¿Qué caja te gusta más?	La caja café	La caja blanca	La caja café	La caja café
¿Cuál de estas dos cajas es más fácil de abrir y cerrar para ti?	La caja café	La caja café	La caja café	La caja café
¿Cuál de estas dos tarjetas consideras que es más cómoda para ti?	La que no tiene mica	La que tiene mica	La que no tiene mica	La que no tiene mica
¿El tamaño de los cubos es cómodo para ti o te gustaría que fueran más grandes?	Más grandes estaría más fácil de jugar	Me da igual	Está bien este tamaño	Así está bien
Pinta estas dos cajas y dime ¿Cuál te gustó más pintar?	Las dos se sienten padre	La caja blanca	La caja blanca	La caja café
Comentarios	Me gustó mucho la caja café, siempre me han gustado las cajitas cuadradas	¿Cuándo podemos jugar el juego?	Estuvo bien	Están bonitos los colores

Anexo 12

Incluir un block de notas

Incluir las instrucciones en las tarjetas de haz memoria

Tener un score o tablero de avance para que alguien gane

Los stickers son difíciles de despegar para ellos

Anexo 13

Le costó mucho trabajo agarrar las tarjetas

Buena resistencia de las tarjetas

Estaría bien un tablero para que haya competencia