

# AquaGarden Pedal



## Contexto

A medida que se envejece, existe una tendencia a llevar una vida sedentaria, provocando una baja de energía y **pérdida de masa muscular**, siendo el **tren inferior** la zona que generalmente se ve más debilitada.

Debido al avance de la edad la pérdida muscular ocurre más rápida y fácilmente.

Si un adulto mayor quisiera recuperar masa muscular perdida tendría que realizar:

**2 SEMANAS de ejercicio POR DÍA de inactividad**

**2 DÍAS de inactividad se compensarían con UN MES**

## Usuario

Decidimos centrarnos en **adultos mayores con necesidad de estímulos físicos/mentales**.

Se concluyó que la solución debía ir encaminada a fomentar tareas que estimularan al usuario a disminuir las trabas de la vejez en su integridad física y mental.

## Oportunidad

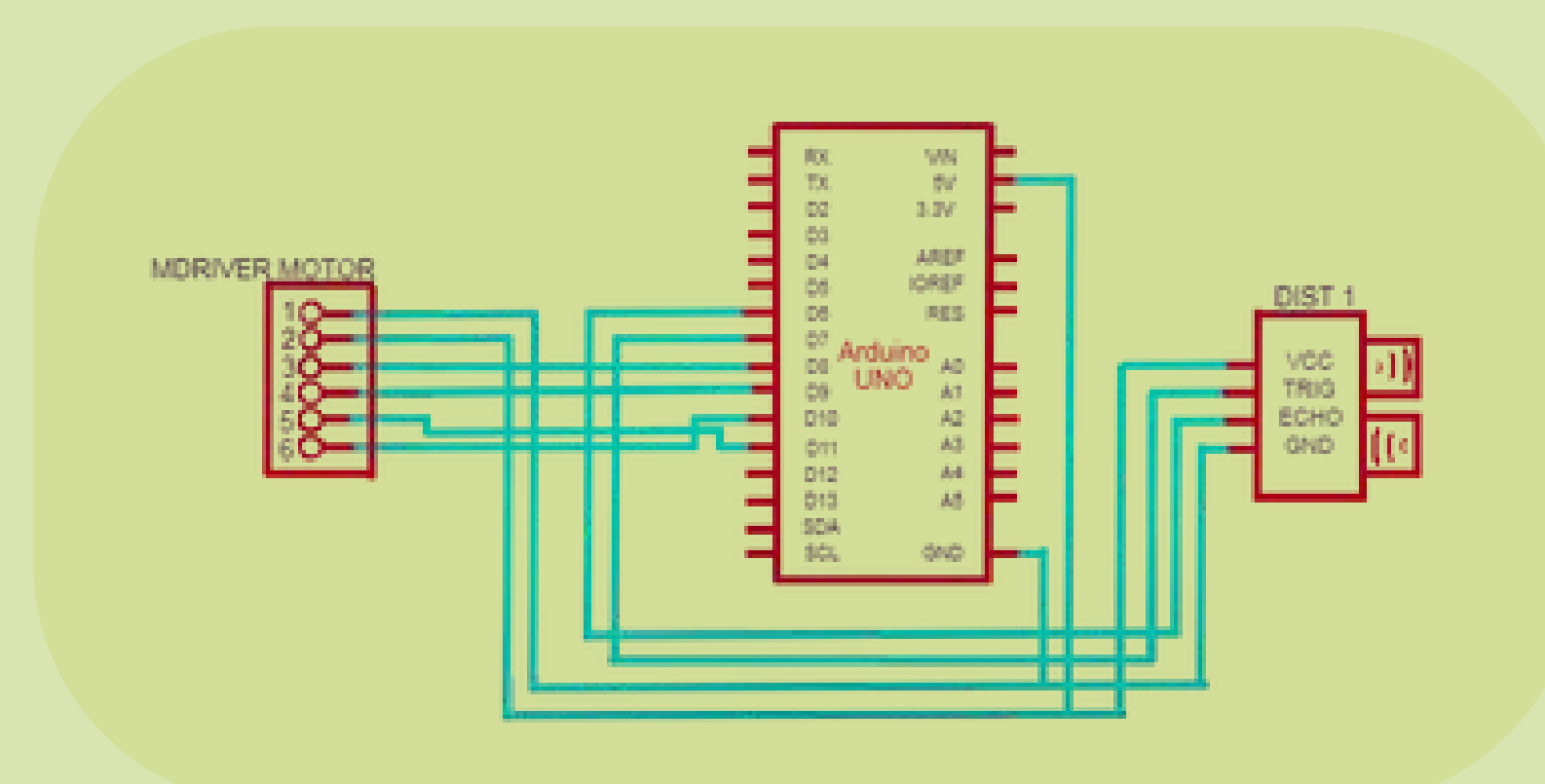
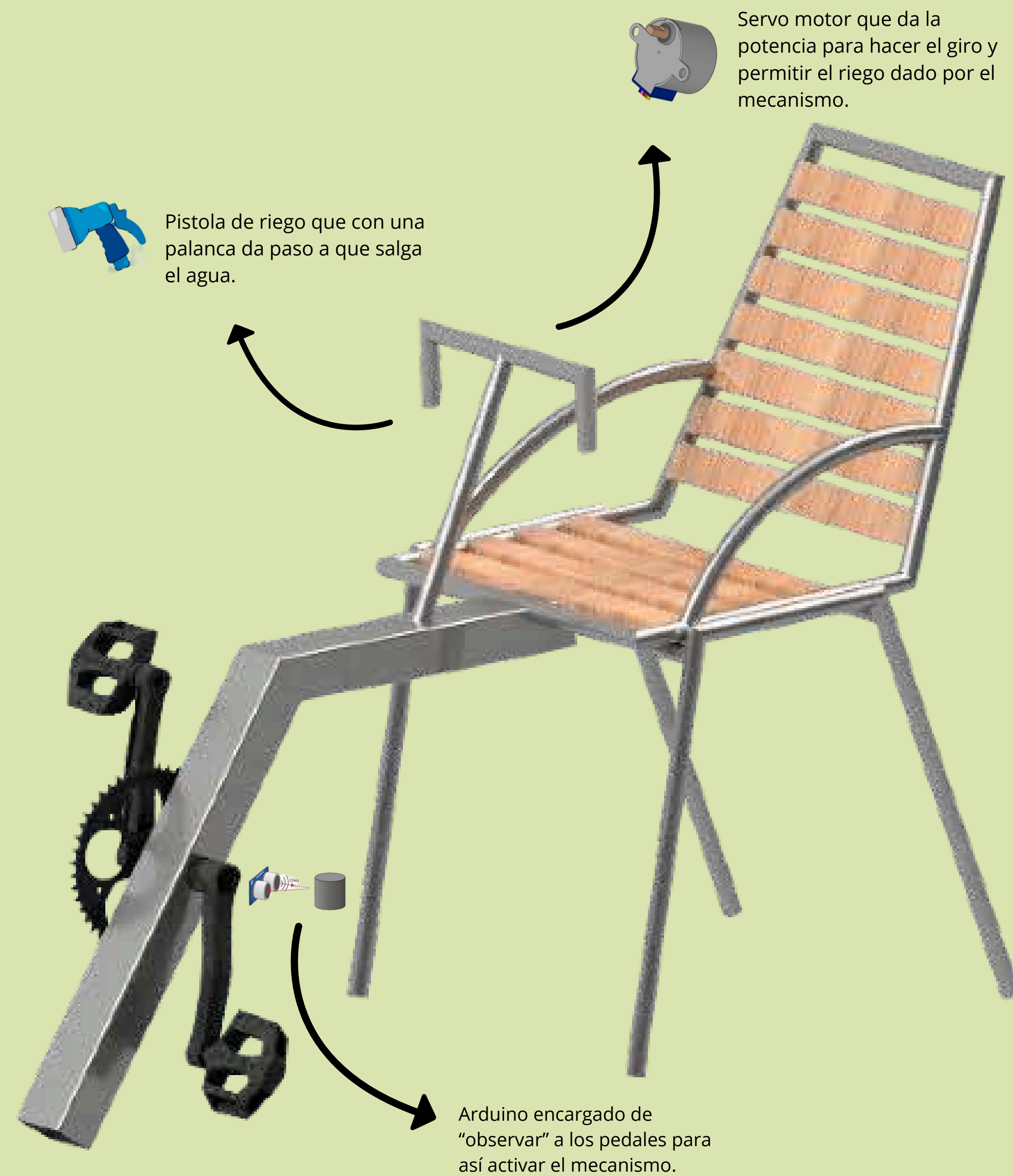
Se observa la problemática de no saber qué actividades realizar para estimular al adulto mayor.

Generalmente se instauran actividades en las que no se promueve la actividad física y que pueden ser repetitivas.

Se tomó como oportunidad **La inactividad física/mental de adultos mayores, ya sea por incapacidad o falta de estímulos**.

## Solución

De acuerdo a las entrevistas realizadas, se dio la coincidencia de que la mayoría de usuarios entrevistados tenía un **gusto por la naturaleza** y había una nostalgia por realizar actividades relacionadas a esta área (como jardinería o cosecha) es por esto que llegamos a:



## Interacción con el usuario

