

INSIDE

FASE I: CONCEPTUALIZACIÓN

AINARA DE LA TORRE
NADIA BLANCO
PAULA GALINDO
PAULA GARCIA
DIEGO MORALES
RAÚL SÁEZ

I. SINOPSIS DEL JUEGO

INSIDE es un juego que pretende visibilizar las enfermedades mentales, tales como insomnio, personalidad múltiple, bipolaridad, síndrome de Tourette, desorden alimenticio y esquizofrenia. Se trata de, poniéndonos en la piel de aquellas personas que padecen esas enfermedades, salir del laberinto que resulta su vida con su condición. La meta es llegar a la estabilidad mental, ya que en pocas ocasiones se consigue curar dichas enfermedades de forma completa

Para comprender la importancia de las enfermedades mentales se adjunta un resumen de cada enfermedad con tal de conocer de qué se trata, a qué se debe y sus síntomas, que servirán para comprender mejor el transcurso del juego. Estos resúmenes están sacados de la Clasificación Internacional de Enfermedades (décima versión), correspondiente a la versión inglesa ICD, siglas de *International Statistical Classification of Diseases and Related Health Problems*, y del sitio web de los *Institutos Nacionales de la Salud para pacientes, familiares y amigos*, producida por la Biblioteca Nacional de Medicina de los Estados Unidos: MedlinePlus.

- **INSOMNIO:** es la dificultad para conciliar el sueño, permanecer dormido durante la noche o despertarse demasiado temprano en la mañana. Las causas pueden ser diversas, desde no llevar un horario definido para irse a dormir, como no hacer suficiente ejercicio, el uso de diferentes fármacos o medicamentos, o problemas de salud.

Síntomas: dificultad para quedarse dormido en la mayoría de las noches, sentirse cansado o quedarse dormido durante el día, no sentirse renovado al despertar, despertar varias veces durante el sueño, depresión...

- **TRASTORNO BIPOLAR:** es una afección mental en la cual una persona tiene cambios marcados o extremos en el estado de ánimo. Los períodos de sentirse triste o deprimido pueden alternar con períodos de sentirse muy feliz y activo o malhumorado e irritable. Puede estar causado por fármacos, el parto, insomnio, o sin ninguna causa definida.

Síntomas: fácil distracción, poca necesidad de sueño, poco control del temperamento y autocontrol, irritabilidad, depresión, fatiga, desesperanza, pérdida de autoestima, pensamientos suicidas, alejarse de las amistades y familiares.

- **SÍNDROME DE TOURETTE:** es un trastorno neurológico caracterizado por movimientos repetitivos, estereotipados e involuntarios y la emisión de sonidos vocales llamados tics. Puede afectar a cualquier persona, normalmente se desarrolla en la niñez, sin causa aparente. Hay medicinas para controlar algunos de los tics pero no hay ningún tipo de cura totalmente eficaz.

Síntomas: tics simples (movimientos repentinos, breves y repetitivos en los cuales están involucrados un número limitado de grupos musculares) o complejos (patrones de movimientos específicos que abarcan varios grupos musculares, como muecas faciales combinadas con torcedura de la cabeza y encogimiento de hombros), coprolalia, TOC, TDAH o trastornos del sueño.

- **ESQUIZOFRENIA:** es una enfermedad cerebral grave. Las personas que la padecen pueden escuchar voces que no están allí o pensar que otras personas quieren hacerles

daño, además, este trastorno hace que sea difícil para ellos mantener un trabajo o cuidar de sí mismos. Aún no se conoce ninguna causa y tampoco hay cura para esta, aunque sí un tratamiento.

Síntomas: psicóticos (distorsionan el pensamiento, dan alucinaciones, delirios, dificultad para organizar pensamientos), dificultad para mostrar emociones y tener una conducta normal, y cognitivos (problemas para usar la información, toma de decisiones y prestar atención), también puede producir pensamientos suicidas.

- SÍNDROME DE PERSONALIDAD MÚLTIPLE: es un diagnóstico controvertido descrito como la existencia de dos o más identidades o personalidades en una persona, cada una con su propio patrón de percibir y actuar con el ambiente. Al menos dos de estas personalidades toman el control del comportamiento del individuo de forma rutinaria, y están asociadas también con un grado de pérdida de memoria más allá de la falta de memoria normal.

Síntomas: ansiedad, fobias, ataques de pánico, alteraciones del apetito, estrés postraumático, pensamientos suicidas, automutilación, dolores de cabeza, distorsiones y errores de tiempo, amnesia, despersonalización...

- DESORDEN ALIMENTARIO: es el conjunto de varias enfermedades como la bulimia, anorexia, vigorexia, megarexia, permarexia, ebriorexia, entre otros. Se podría resumir como la sensación de una alteración o distorsión de la auto-imagen corporal, temor a subir de peso y adquisición de una serie de valores a través del cuerpo. Muchas de estas enfermedades se dan en adolescentes a causa de la presión mediática por el cuidado del físico o por abusos sexuales, entre otras muchas causas.

Síntomas: obsesión por la comida, evitar la comida, disminución importante de peso, contar continuamente las calorías, hacer regímenes de forma compulsiva, exceso de ejercicio, mirarse continuamente, nerviosismo, vómitos, baja autoestima y cambios en el carácter.

2. MATERIALES DEL JUEGO

- **Tablero:** una espiral con diferentes niveles. (se presenta maqueta en papel)



- **Cartas específicas:** donde se mostrarán los síntomas y una frase que el jugador tendrá que seguir. Se roban al caer en una casilla de carta específica. Se ha hecho una propuesta de imagen gráfica para cada enfermedad, con tal de crear una unidad visual.

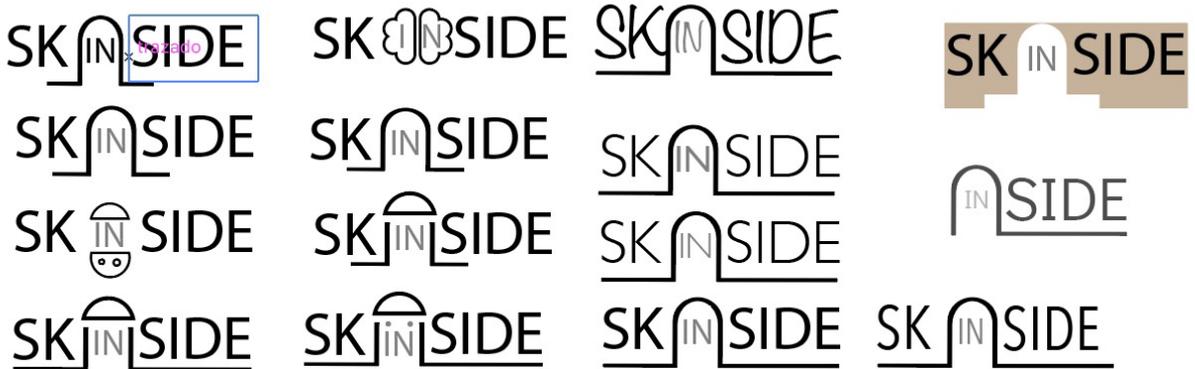
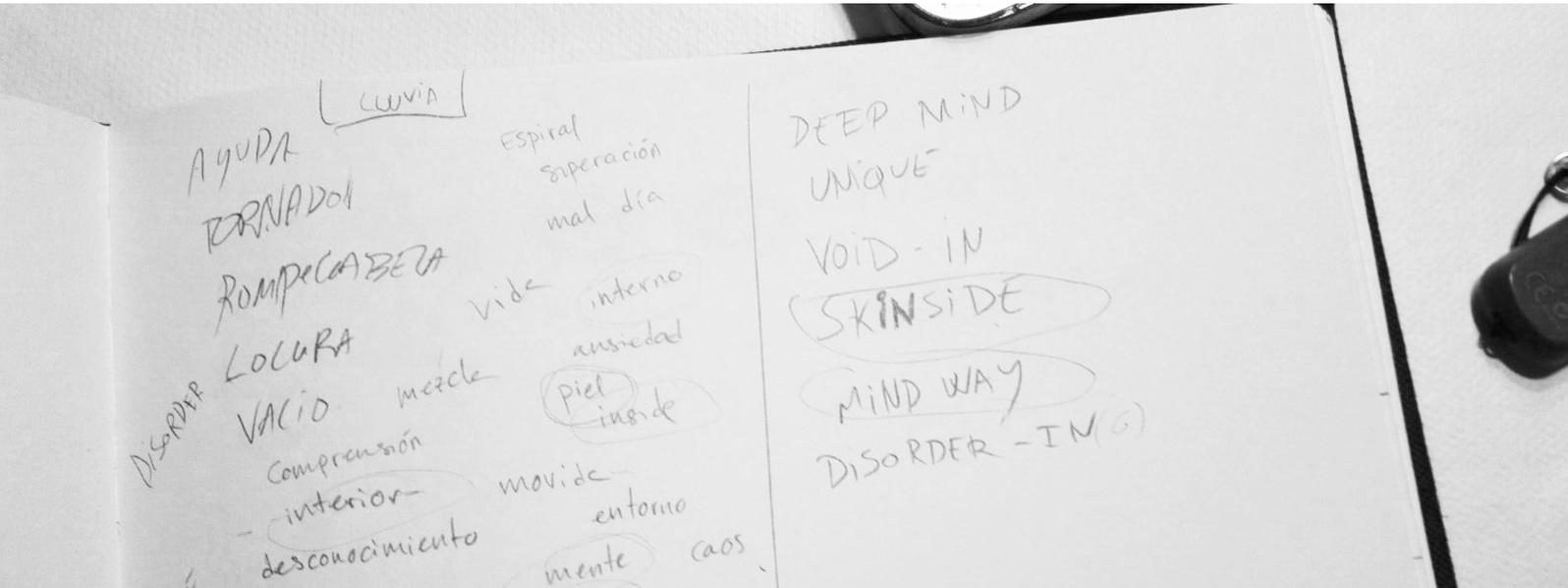


- **Cartas generales:** donde se elegirá por azar avanzar o retroceder mediante los dados. Se roban al caer en una casilla de carta general.



- **Fichas** para cada personaje para poner en el tablero, en un futuro se pensará cómo hacer estas para continuar la línea gráfica del juego.

Además, se han pensado **namings y logotipos** para el juego. El definitivo ha sido INSIDE («dentro de» en español -lo que se sería ponerse en la piel de otro-), acompañado por una línea que dibuja la silueta de la propuesta mostrada anteriormente sobre las enfermedades. Se muestran a continuación dichas pruebas.



3. FEEDBACK

- El tablero resulta confuso por las flechas, no se sabe bien cuándo subir.
- También al principio resulta lento porque hay demasiadas casillas de mal día.
- Hacen falta más casillas de robar carta específica, ya que hay muy pocas y no cumple con uno de los objetivos del juego: que se conozcan las enfermedades y sus síntomas.
- Hay demasiado azar en los juegos y muy poca de decisiones por parte de los jugadores, esto puede resultar perjudicial pues todo es según la suerte que tengas con los dados.