



## **WAKEBOX: SOMNO-SINTONIZADOR**

MIGUEL MATEO GUTIÉRREZ TIRADO

UANL, NUEVO LEÓN.

WAKEBOX ES UN PRODUCTO-SERVICIO QUE AYUDA A REGULAR Y SINTONIZAR ADECUADAMENTE LAS DIFERENTES ETAPAS DEL SUEÑO, MEJORANDO LA CALIDAD DE ÉSTE E INCREMENTANDO LA ENERGÍA DEL USUARIO A LO LARGO DEL DÍA.

SE COMPONE POR TRES ELEMENTOS: UN GADGET TIPO PULSERA, UNA APP Y UNA FUENTE DE LUZ DE LONGITUD DE ONDA CONTROLABLE (LARGA O CORTA)

COMBINA DOS TECNOLOGÍAS: ACTIGRAFÍA Y FOTOTERAPIA LED

- 1.-SE CONECTA EN CUALQUIER SOCKET DE LUZ, SUSTITUYENDO A LOS FOCOS CONVENCIONALES
- 2.- SE COLOCA EL GADGET EN LA MUÑECA ANTES DE DORMIR
- 3.- SE DESCARGA EL APP Y SE INTRODUCE LA HORA A LA QUE SE DESEA DESPERTAR (DÍAS, SEMANAS, MESES).

DURANTE EL DÍA, WAKEBOX FUNCIONA COMO UN FOCO CONVENCIONAL (LUZ AMARILLA CÁLIDA).

LA PRIMERA NOCHE, MIENTRAS EL USUARIO DUERME, EL GADGET REGISTRA MEDIANTE ACTIGRAFÍA LAS PALPITACIONES Y MOVIMIENTOS, QUE REFLEJAN EL RITMO DE CICLO DE SUEÑO. LA APP ANALIZA ESTOS DATOS.

LAS NOCHES SIGUIENTES, LA APP YA HA PROCESADO LOS DATOS: CONOCE LA ESTRUCTURA DE LOS CICLOS DE SUEÑO DEL USUARIO, CUANTO DEBERÍAN DURAR Y SU DURACIÓN ACTUAL. SABE LA HORA EN QUE EL USUARIO DESEA DESPERTAR Y CUÁNTO TARDA EN DORMIR; CON ESTO CALCULA LA HORA EN SE DEBE ACOSTAR CADA PERSONA PARA LOGRAR UN SUEÑO REPARADOR.

CADA NOCHE WAKEBOX INDUCE AL USUARIO A INICIAR EL CICLO DE SUEÑO DE MANERA NATURAL Y GRADUAL MEDIANTE LUZ DE ONDA LARGA, MIENTRAS ESTE REALIZA SUS ÚLTIMAS ACTIVIDADES ANTES DE ACOSTARSE.

MIENTRAS DUERME, LA APP Y EL GADGET REGISTRAN EN QUÉ ETAPA DE SUEÑO SE ENCUENTRA Y A CUÁL SE NECESITA ENTRAR DEPENDIENDO DE CUÁNTO TIEMPO HA DURADO CADA UNA. WAKEBOX, MEDIANTE SU LUZ DE ONDA CONTROLADA, SE ENCARGA DE SINTONIZAR LA ETAPA DE SUEÑO ADECUADA PARA QUE NO SE PERMITAN ALTERACIONES O ESTANCAMIENTOS DE ETAPAS, MANTENIENDO UN SUEÑO SANO, PROFUNDO Y REPARADOR.