



www.dormirbien.info

Monitorización inteligente de sueño

Este moderno actígrafo-polígrafo mide las variables más importantes de sueño y vibra para evitar que duerma en supino (boca arriba).



¿Cómo utilizar NightShift?

- "NightShift" se coloca alrededor del cuello.
- Antes del primer uso, cargue completamente el dispositivo.
- Monte la correa de forma que se ajuste óptimamente.
- Justo después de encender el dispositivo, éste proporcionará

Información sobre la batería y el modo de función:

Nivel de batería suficiente para:	Indicador LED	Indicar vibratorio
3noches	Verde- 3 destellos	3veces
2noches	Verde-2 destellos	2veces
1noche	Verde- 1 destello	1vez
Necesita carga	Amarillo-1destello	1vez / cada 5"

Para activarlo, una vez colocado, basta con apretar el botón de "ON" durante 1' y comprobar que el nivel de batería y el modo es el correcto. Para apagarlo, una simple pulsación y comprobar que la luz verde se apaga es suficiente.

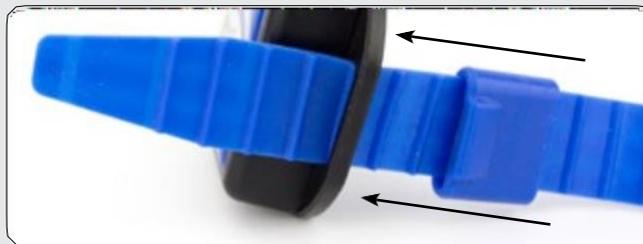
- Cuando el "Night Shift" reconoce que usted está durmiendo boca arriba, vibrará con creciente intensidad hasta que cambie de posición.

Montaje de NightShift: paso a paso

La correa



- 1 Introducir el extremo de la correa a través de una de las ranuras laterales del dispositivo, de forma que el lado estriado de la correa quede en la parte frontal del dispositivo, ajustando la banda de fijación según se indica en la figura 1



- 2 Tirar de la correa hacia atrás y deslizarla a través de la banda de fijación, de forma que quede suficiente apretada para mantenerse firme. Repetir el proceso en el otro lado.



- 3 Con la etiqueta azul del lado derecho hacia arriba, centre el NightShift en la parte posterior de su cuello. La marca azul debe de estar hacia arriba o afuera y el botón de encendido / apagado hacia abajo.



- 4 Volver a fijar el cierre magnético y apretar ambos lados de la correa de manera uniforme, con el dispositivo centrado en la parte posterior de su cuello y el cierre magnético al frente



- 5 La correa del "NightShift" simplemente debe ser apretada lo suficiente para evitar que se deslice alrededor del cuello. Debe dejar un espacio de 2 dedos en cada lado entre la correa y el cuello.



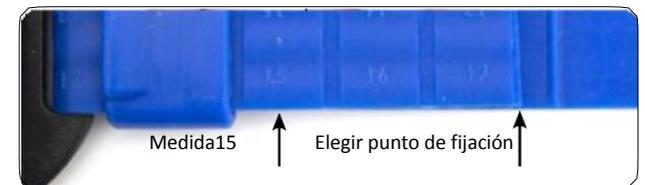
- 6 Utilizar los números que aparecen en la correa como una guía para nivelar ambos lados.



- 7 Con las correas niveladas, probar el "NightShift" de nuevo y comprobar que el ajuste sigue siendo cómodo y ceñido



- 8 Una vez logrado el óptimo ajuste, el "NightShift" está ahora listo para usar.



- 9



⚠ ATENCIÓN: Avísenos de inmediato si los broches de la correa e desmagnetizan y ésta no queda bien fijada durante la noche

Instrucciones para monitorizar y ampliar carga de la batería:



Inicio de la noche:

- Presione el botón de encendido durante 1'.
- El indicador del LED y la vibración le confirman si hay suficiente batería para el registro.
- Colóquese el dispositivo en el cuello una vez se vaya a dormir.
- La retroalimentación de la vibración no comenzará hasta pasados 15 minutos para permitirle que consiga dormirse.
- Para apagar el dispositivo, pulse el botón de encendido y el LED verde se apagará.

Cargar Night Shift

- No lleve colocado el dispositivo mientras se está cargando.
- Inserte el cable en el puerto USB tanto del dispositivo como del ordenador para su carga.

Indicadores LED mientras Night Shift se está cargando	
Cargando	Verde - en 3 o 4 horas la carga se ha completado
Error en la carga	Verde y Amarillo – verifique el suministro eléctrico y las conexiones del cable
Fallo del dispositivo	Amarillo – devuelva el dispositivo al servicio técnico

Indicaciones para su uso adecuado:

- En un principio puede sentirse más cansado durante el día si el sueño es interrumpido mientras aprende a no dormir sobre su espalda.
- La señal medida puede verse influenciada por el sonido de su compañero de cama.
- No use Night Shift boca abajo. El registro del tiempo de sueño estando sobre los costados izquierdo y derecho se invierten.
- No use la correa estando demasiado floja. La retroalimentación de la posición será inexacta si el dispositivo no está en el centro de su cuello.
- No use la correa estando demasiado apretada, pues podría soltarse durante la noche.