

---

## iX21 smartpillow, la primera almohada inteligente que ayuda dormir mejor

---

Redacción • [original](#)



iX21 smartpillow es la primera almohada inteligente que ayuda a dormir mejor diseñada por ADVANSA, compañía especializada en fibras textiles, en colaboración con el Centro de Estudios de Investigación y Evaluación de la Vigilia y el Sueño de Nancy (CEREVES), referente científico en el campo del tratamiento de los problemas del sueño. La almohada iX21 está equipada con toda la tecnología necesaria para monitorizar el sueño. Sus sensores imperceptibles registran cada movimiento nocturno de la cabeza, ruido ambiental y ciclos de sueño sin emisión de ondas. Los datos recopilados se transmiten de forma completamente confidencial a una aplicación gratuita descargable en un teléfono inteligente o tableta (iOS o Android), con el fin de obtener un análisis del sueño personalizado. Cuenta, además, con un coaching personalizado que, tras analizar los datos recogidos por la aplicación, proporciona consejos sobre cómo mejorar la calidad del sueño.

Nada menos que la mitad de la población dice padecer trastornos del sueño, 2 de cada 3 se despiertan hasta cuatro veces durante la noche, actualmente se duerme hora y media menos que hace 50 años. Estos datos son sólo un reflejo de la sociedad de hoy. Dormir mal o un número de horas insuficiente hace que nos levantemos cansados y sin vitalidad, lo que afecta al rendimiento diario, a la atención y la memoria, genera irritabilidad y es además fuente de enfermedades cardiovasculares, diabetes, aumento de peso, envejecimiento prematuro de la piel o trastornos gastrointestinales.

Para ayudar a prevenir estos y otros problemas relacionados con la falta de sueño o la baja calidad del mismo, se ha creado la almohada iX21 Smartpillow. Rellena de miles de bolitas de fibra que se ajustan a los contornos de cabeza y cuello, registra cada movimiento nocturno, ruidos y ciclos de sueño sin emitir ondas a través de unos sensores imperceptibles.

Estos datos se transmiten por Bluetooth a la aplicación “iX21 ”disponible para dispositivos móviles en Apple Store y Google Play, y cada día se recibe gratuitamente un análisis de la noche que permite valorar la calidad y regularidad del sueño.

### **Un coach personal del sueño**

La aplicación, desarrollada por expertos del sueño, realiza un análisis del sueño fiable y ofrece después de 10 días consejos personalizados para mejorar su calidad y optimizar los hábitos diarios del mismo. Así, la almohada iX21 Smartpillow se convierte en una herramienta real para analizar los problemas del sueño y proporcionar soluciones para mejorarlo.

Además, y con el fin de conseguir despertar en el momento óptimo, la almohada iX21 incluye a través de la aplicación, un despertador inteligente que se activa en el momento más conveniente del ciclo de sueño. Para apagarlo sólo es necesario levantar la cabeza de la almohada o darle la vuelta.

### **Precisión y personalización**

Sólo los objetos colocados cerca de la cabeza, como la almohada, permiten obtener información de gran precisión, ya que sus movimientos indican datos relacionados con el sueño. El análisis de toda esta información acumulada durante la noche permitirá conocer la duración y evaluación del sueño, ciclos de sueño (sueño ligero, sueño profundo, estado de vigilia, agitación), para obtener así gratuitamente un informe personalizado del tiempo dormido y su calidad, así como del tiempo que se ha tardado en alcanzar el nivel óptimo de descanso. Además, también evalúa el volumen de ruido y la frecuencia respiratoria y registra, la hora de acostarse y levantarse.

Después de una semana de uso, la aplicación proporciona un histórico con resúmenes e informes de las noches pasadas y un análisis del sueño con comparaciones semanales y mensuales de 3 parámetros clave: calidad del sueño, regularidad del sueño y calidad del despertar que permitirá a un coach identificar los problemas específicos del durmiente y elaborar un plan personalizado para mejorar la calidad del sueño, con consejos individuales basados en sus datos y hábitos de sueño.

El coach realizará una propuesta de objetivos a alcanzar, con parámetros específicos como la fecha deseada de resultados (los usuarios pueden elegir entre varias sugerencias para adaptarse a sus aspiraciones) y llevará a cabo una monitorización continua para analizar el progreso y el impacto que se obtiene en la calidad del sueño. Asimismo, enviará mensajes diarios con consejos para mejorar el sueño y alcanzar las metas deseadas. (Coste de la suscripción 1€ el primer mes y 1,99€ los meses siguientes)

### **Funcionamiento**

1. Descargar la aplicación “iX21” en Google Play o Apple Store.
2. Crear una cuenta y seguir las indicaciones de la aplicación.
3. Cargar la almohada.
4. Conectarse y activar el Bluetooth. Entrar en la aplicación para conectar la almohada.

5. Cuando la almohada vibra, está lista para grabar una noche.
6. Habilitar la grabación nocturna y configurar el modo avión si se desea.
7. Colocar la almohada en la cama, como si fuera una almohada normal y desconectar el cargador.
8. ¡Dormir!
9. Al despertar, detener la grabación en la aplicación, quitar el modo avión, activar el Bluetooth y WiFi: aparecerán los datos de la noche pasada.
10. Después de una semana: se dispondrá de una comparación detallada de la semana y el fin de semana \*.
11. Unos días después, el coach dará consejos personalizados basados en los resultados del análisis de las noches, para mejorar su sueño.

### Características

- Lavable a máquina
- Duración de la batería: de 5 a 7 días
- Recarga: con cable USB
- Alcance inalámbrico: 5 metros
- Compatibilidad inalámbrica: Bluetooth Low Energy (BLE)
- Garantía de 2 años

PVP: 150€