

¡Duerme más, descansa mejor! Alumnos Tec mejoran la calidad del sueño



Zenses es un proyecto diseñado por alumnos del **Tec, campus Guadalajara**, para ayudar a sus usuarios a **regular y mejorar el sueño** al considerar todas sus etapas.

Consta de **4 dispositivos** y una aplicación móvil con la meta de mejorar el **descanso de las personas** para reponer energía y soñar para estar bien.

La idea fue de Claudia García, Juan Pablo López, Iker Pérez y Bryan García, alumnos de la carrera de **Diseño Industrial (LDI)**.

Zenses estimula todos los sentidos del usuario **para relajar el cuerpo y monitorear su comportamiento** según su **temperatura, ritmo cardíaco y respiración**.



La propuesta consta de una **almohada inteligente**, un tapete de vibración, un proyector y una base central, todo coordinado con una **aplicación fácil** de usar en el celular.

Cada producto estimula diferentes sentidos y recopila información para hacer un reporte semanal, lo que brinda recomendaciones en la **aplicación móvil**.

El **usuario puede configurar todos los productos** desde su celular para que funcionen correctamente hasta despertarlo cuando su alarma está **a punto de sonar**.

DESCANSO QUE ESTIMULA LOS SENTIDOS

La base central es un **humidificador** que incluye **bocinas y cargador inalámbrico**. Combate el uso del celular ya que no puede usarse hasta que el usuario deja encima el dispositivo.

El proyector de sueños, por su parte, ofrece **estimulación visual para relajar** al usuario y el **tapete de vibración** realiza movimientos especiales para el **tacto**.

De esta manera, los **dispositivos trabajan en armonía** enlazados vía *Bluetooth* para mejorar la **calidad de sueño** del usuario y garantizar **una noche de descanso**.

“Es un proyecto con el potencial de cambiar la forma de percibir el sueño; cambiar el estilo de vida de muchos y lograr mejorar la vida de cualquier usuario”.



GENERAR CONCIENCIA MIENTRAS SE DESCANSA

Bryan García comentó que la razón que motivó al equipo a desarrollar **Zenses** fue vivir el problema de primera mano.

El **uso de pantallas y luz artificial** en nuestro día a día afectan al **reloj biológico**, eso hace que la **fase de somnolencia** no se produzca correctamente.

Zenses puede **evitar complicaciones** a largo plazo a causa de no dormir bien, tales como:

- Susceptibilidad a enfermedades y
- Aumentar el riesgo de padecer enfermedades crónicas.



El estudiante citó un estudio de la **Clínica de Trastornos del Sueño** de la UNAM, donde encontraron que en México el **45% de la población adulta** presenta **mala calidad de sueño**.

Además, casi el **5% de la población adulta** sufre de insomnio. Bryan explicó que **Zenses es la oportunidad de reducir esa cifra** al favorecer un **sueño correcto**.

“Es un proyecto con el potencial de cambiar la forma de percibir el sueño; cambiar el estilo de vida de muchos y lograr mejorar la vida de cualquier usuario”, compartió.

COMPETENCIAS QUE CREAN SOLUCIONES

Bryan explicó que fue todo un reto **diseñar su proyecto** a distancia, a pesar de la buena comunicación del equipo decidir el **diseño de su producto** fue complicado.

El éxito se obtuvo al mantener su propósito claro: ayudar a cualquiera que **sufra mala calidad de sueño** y **prevenir las complicaciones** que surgen por este motivo.

“Representar y dar forma a ideas que por un momento solo existen en tu cabeza es una de las cosas más gratificantes como estudiante de diseño”, dijo Bryan.

Este producto es el resultado del Modelo Tec21, donde los alumnos aprenden de forma flexible y fuera del aula, al usar **elementos reales** propuestos por una empresa que funge como **socio-formador**.



La empresa **Soluciones Kenko** brindó una serie de problemáticas y el **desarrollo de la solución** fue por parte de los estudiantes.

El equipo tiene planeado **asociarse con una empresa** una vez que la **etapa de incubación** termine, y lograr que **Zenses** se convierta en una realidad para todos los usuarios.

“Es muy emocionante para nosotros ver el esfuerzo y el tiempo dedicado trascendiendo más que una boleta de calificaciones”, finalizó el estudiante.

LEE TAMBIÉN:

¡Ganan reto MIT de COVID-19! Crean app que puede rastrear recuperados ¡Ganan reto MIT de COVID-19! Crean app que puede rastrear recuperados

3 egresados del Tec, junto a otros 2 jóvenes mexicanos y una colega india, crean aplicación que rastrea inmunidad en personas curadas de COVID-19 para contribuir a un sano retorno.

tec.mx

¡Algoritmo inteligente! Profesor Tec lo crea para detectar COVID-19¡Algoritmo inteligente! Profesor Tec lo crea para detectar COVID-19

Profesor del Tec Guadalajara desarrolla un algoritmo de Deep Learning que permite identificar COVID-19 y otras enfermedades respiratorias con certeza superior al 95%.
tec.mx