

LA LUZ QUE IMITA A UN DÍA SOLEADO

LITEPOD, la nueva Caja de Luz de espectro total LED

Caja de luz portátil de 10.000 lux, ideal para combatir el jetlag en los viajes o para colocar en tu mesa de trabajo e incrementar la energía, el rendimiento y la concentración.

¡La caja de luz con luces LED más potente del mercado!



Te ayudará a dormir mejor y a superar el Trastorno Afectivo Estacional (TAE)

Características de la caja Litepod:

- Emisión de 10.000 lux a 32 centímetros y de 2.500 lux a 74 centímetros.
- Se puede usar en cualquier lugar del mundo: 100-240 V. Equipado con 3 clavijas diferentes, no siendo necesario usar adaptadores al cambiar de país. 15 W.
- 70 bombillas triples tipo LED
- Soporte de 3 posiciones para que elijas el ángulo de incidencia de la luz deseado.
- Caja compacta, pequeña y portátil. La tapa-soporte sirve para proteger tu Litepod cuando viajes.
- Dimensiones: 17,3 cm de altura x 10,2 cm de ancho.
- 3 intensidades de luz para diferentes usos.
- Eficiencia energética debido al uso de luces LED.
- Efectivo y rápido tratamiento de 30 minutos.
- 2 años de garantía.
- Aparato médico de clase II a

El tratamiento de terapia de luz es muy seguro y efectivo. Las luces LED no contienen ningún rayo ultravioleta UV.

Precauciones: no usar cerca del agua o en condiciones donde exista humedad, así como cerca de gases inflamables. No cubrir la caja Litepod con nada que pueda evitar que se disipe el calor.

Colocar la caja de luz en una superficie firme, mejor si es blanca o de un color claro para que refleje mejor la luz.

La tapa que protege el Litepod puede plegarse y servir de soporte. Regula el soporte para que la luz incida directamente en los ojos.

Presionando una vez el botón de encendido la caja de luz funciona en nivel 1 a un 1/3 de su potencia. La luz azul parpadea una vez como confirmación.

Presionando dos veces seguidas el botón de encendido la caja de luz funciona en nivel 2 a un 2/3 de su potencia. La luz azul parpadea dos veces como confirmación.

Presionando tres veces seguidas el botón de encendido la caja de luz funciona en nivel 3 a un 1/3 de su potencia. La luz azul parpadea tres veces como confirmación.

Para apagar pulsar de nuevo el botón de encendido.

Al acabar de usar el Litepod tapar con el soporte para evitar arañazos y suciedad en la pantalla. El soporte viene con un pequeño imán para mantener la tapa cerrada.

Empleo del LED Litepod para TAE y aumento de los niveles de energía

Colocar la caja de luz aproximadamente a 60 cm de distancia y ligeramente a un lado. No usar gafas oscuras. No hay problema en usar lentillas o gafas normales.

No dormir. Hay que estar despierto durante el tratamiento.

No mires a la luz todo el tiempo. Con dirigir la mirada hacia la luz de vez en cuando es suficiente. Mientras realizas el tratamiento puedes leer, escribir, usar el ordenador o comer.

Realizar la terapia de luz preferentemente por la mañana y nunca 3 horas antes de acostarse.

Repetir cada día.

Comenzar el tratamiento a principios de septiembre para estar preparado para el invierno.

El tiempo mínimo de tratamiento es de 30 minutos, aunque puedes el Litepod como flexo de escritorio todo el tiempo que quieras siempre que no sea 3 horas antes de acostarse.

Si sientes dolor de cabeza o fatiga visual, desaparecerá en unos días. Reduce el tiempo de exposición y/o la intensidad lumínica.

Empleo del LED Litepod para problemas de sueño

Si te cuesta permanecer despierto y te duermes por la tarde puedes hacer la terapia de luz adicionalmente por la tarde. Experimenta hasta que encuentres la mejor hora para ti.

Si tienes problemas para quedarte dormido por la noche usa el Litepod por las mañanas para resetear tu reloj circadiano.

Empleo del LED Litepod durante la menopausia

Si tienes problemas de sueño durante la menopausia, como dificultad para quedarte dormida o te despiertas durante la noche es recomendable que uses la caja de luz durante 30 minutos sobre las 6 de la tarde.

Si sufres de **Esclerosis múltiple o Síndrome de Fatiga Crónica** la terapia de luz puede ayudarte, pero debes empezar de forma gradual.