

Guía de usuario de Sleep A30 de soundcore

Aprovecha al máximo tus auriculares para dormir Sleep A30 de soundcore y disfruta de noche de sueño reparador.

Empezar a usar

- [Emparejar Sleep A30 con tu dispositivo](#)
- [Cómo usar tus Sleep A30](#)

Características principales

- [Usar los controles táctiles](#)
- [Cambiar entre modos de escucha](#)
- [Gestionar la cancelación activa de ruido](#)
- [Realiza y recibe llamadas con Sleep A30](#)
- [Encuentra tu Sleep A30 con la aplicación soundcore.](#)
- [Rastrea tu sueño](#)

Gestión del dispositivo

- [Desvincular, Reiniciar o Restablecer su Sleep A30](#)
- [Verificar el estado de la batería y la carga](#)
- [Limpia tu Sleep A30](#)
- [Actualizar el firmware y la aplicación](#)

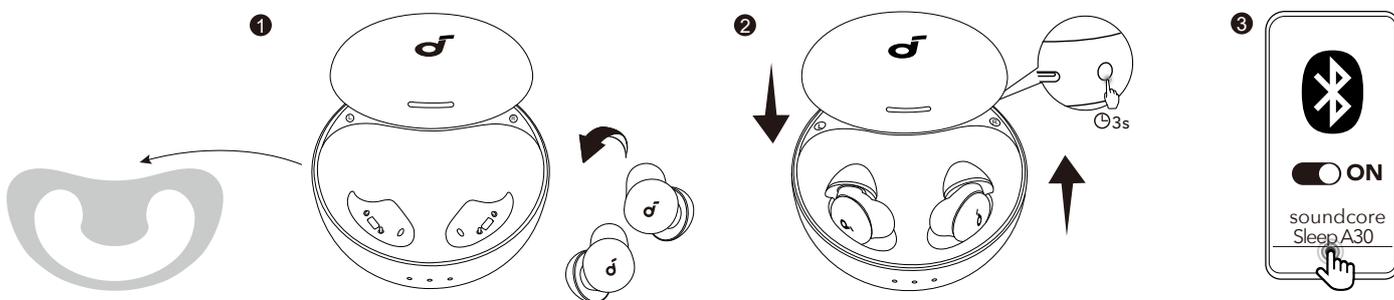
Más información

- [Especificaciones del Sleep A30](#)
- [Obtener soporte](#)

Emparejar Sleep A30 con tu dispositivo

Conecta tus Sleep A30 a tu dispositivo para personalizar los controles, escuchar un sonido relajante, gestionar los modos de sueño, actualizar el firmware y mucho más.

Cómo emparejar por primera vez



1. Retira la película protectora de los auriculares antes del primer uso.
2. Coloca los auriculares de nuevo en el estuche de carga, luego cierra y vuelve a abrir la tapa. Los auriculares se encenderán automáticamente y entrarán en el modo de emparejamiento Bluetooth. El indicador LED dentro del estuche comenzará a parpadear.
3. En tu dispositivo, ve a la configuración de Bluetooth y selecciona "soundcore Sleep A30" de la lista.
4. Cuando se haya emparejado correctamente, el indicador LED del estuche permanecerá encendido durante 1 segundo y luego parpadeará lentamente hasta que se cierre la tapa.

Cómo emparejar manualmente

También puedes emparejar manualmente tus Sleep A30 con un dispositivo en cualquier momento.

1. Coloca ambos auriculares en el estuche de carga y deja la tapa abierta.
2. Mantén presionado el botón en la parte trasera del estuche de carga durante 3 segundos para entrar en el modo de emparejamiento.
3. En tu dispositivo, selecciona "soundcore Sleep A30" de la lista de Bluetooth para conectar.

Utiliza la aplicación de soundcore



Google Play and the Google Play logo are trademarks of Google Inc.



Apple and the Apple logo are trademarks of Apple Inc.



Descarga la aplicación de soundcore para personalizar los controles, escuchar un sonido relajante, gestionar los modos de sueño y obtener las últimas actualizaciones de firmware. Si no puedes conectar tus auriculares a la aplicación, consulta la App Store o Google Play Store para asegurarte de que tienes la última versión.

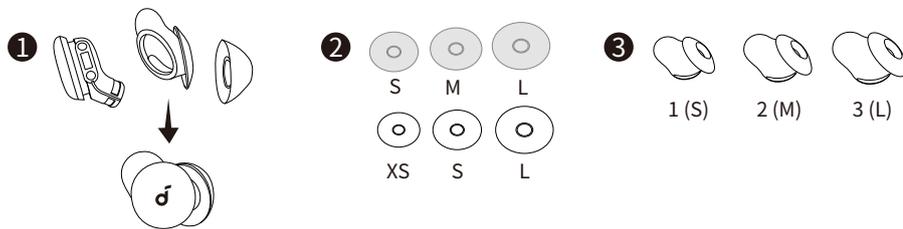
URL para descargar la aplicación:

<http://dl-soundcore.soundcore.com/qcdl?flow=soundcore>

Cómo usar tus Sleep A30

Elige los accesorios que mejor se adapten a tus oídos y coloca tus auriculares correctamente para conseguir la máxima comodidad y aislamiento de ruido.

Elige las almohadillas y aletas para tus oídos



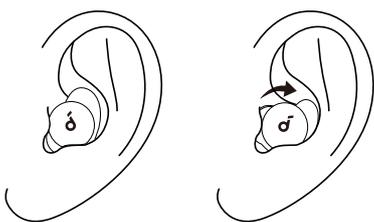
Los auriculares Sleep A30 vienen con almohadillas y aletas para tus oídos en varios tamaños. El tamaño mediano viene preinstalado. Puedes combinar distintos tamaños hasta encontrar el ajuste perfecto.

El paquete incluye dos tipos de almohadillas:

- **Almohadillas de silicona:** Diseñadas para ofrecer la máxima comodidad.
- **Almohadillas de espuma viscoelástica:** Diseñadas para un sellado más hermético y un mejor aislamiento del ruido.

Nota: Las almohadillas de espuma viscoelástica para los oídos son consumibles y deben reemplazarse periódicamente. No los limpie con alcohol ni con agua.

Cómo colocar los auriculares correctamente



Para obtener el mejor aislamiento de ruido, introduce cada auricular en el canal auditivo. Gíralo suavemente hasta que la aleta para el oído descanse cómodamente y de forma segura contra el pliegue de su oreja.

Usar los controles táctiles



Puedes tocar la superficie de tus auriculares para cambiar de modo, ajustar el volumen, controlar la cancelación de ruido y mucho más.

Esto es lo que puedes hacer con los controles táctiles:

- **Cambiar entre modos de escucha:** Toca dos veces el auricular izquierdo para cambiar entre los modos Bluetooth y Local.
- **Activar o desactivar la cancelación activa de ruido:** Toca dos veces el auricular derecho.
- **Bajar el volumen:** Toca tres veces el auricular izquierdo.
- **Subir el volumen:** Toca tres veces el auricular derecho.

Para obtener los mejores resultados, **toca con firmeza**. Puedes personalizar estos controles en la aplicación soundcore.

Cambiar entre modos de escucha

Elige tu fuente de sonido cambiando entre dos modos de escucha: Bluetooth o Local.

- **Modo Bluetooth:** Conéctate a la aplicación soundcore u otras aplicaciones en tu dispositivo para reproducir el sonido que desees.
- **Modo Local:** Escucha sonidos relajantes almacenados en tus auriculares sin necesidad de tu dispositivo, garantizando un descanso reparador.

Cómo cambiar de modo

Con los auriculares puestos y conectados a tu dispositivo, hay dos formas de cambiar de modo:

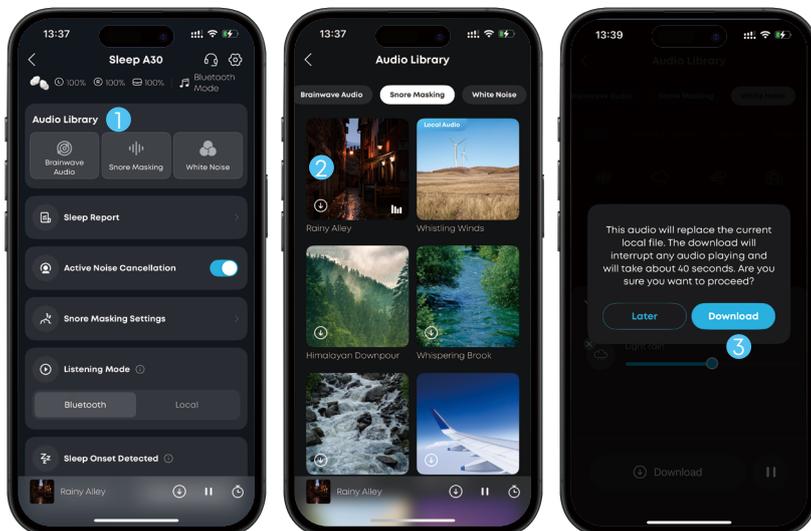
- **Con tus auriculares Sleep A30:** Toca dos veces el auricular izquierdo para alternar entre el modo Bluetooth y el modo Local. Escucharás un tono para confirmar el cambio.
- **En la aplicación soundcore:** Abre la aplicación para cambiar de modo. También puedes usar la aplicación para configurar el modo predeterminado de tus auriculares en "Más ajustes".

Descargar audio en tus Sleep A30

Puedes transferir el sonido relajante de soundcore a tus auriculares para reproducirlo en el Modo Local, sin necesidad de usar el teléfono.

Tipos de audio compatibles:

- Paisajes sonoros que inducen al sueño
- Ruido Blanco



Cómo descargar audio de soundcore en tus auriculares

1. En la aplicación soundcore, ve a Biblioteca de audio.
2. Toca la categoría de Enmascaramiento de ronquidos o Ruido blanco.
3. Elige el audio que te guste y toca el ícono de descarga que aparece junto a él.
4. En la ventana emergente que aparezca, toca Descargar para comenzar a transferir el audio a tus auriculares.
5. Espera a que se complete la transferencia.

Gestionar la cancelación activa de ruido

La Cancelación Activa de Ruido (ANC) en tu Sleep A30 reduce los sonidos de fondo de baja frecuencia, como los electrodomésticos o el tráfico, para ayudarte a dormir mejor.

Cómo activar y desactivar el ANC

Con los auriculares puestos y conectados a tu dispositivo, puedes controlar la ANC de dos maneras:

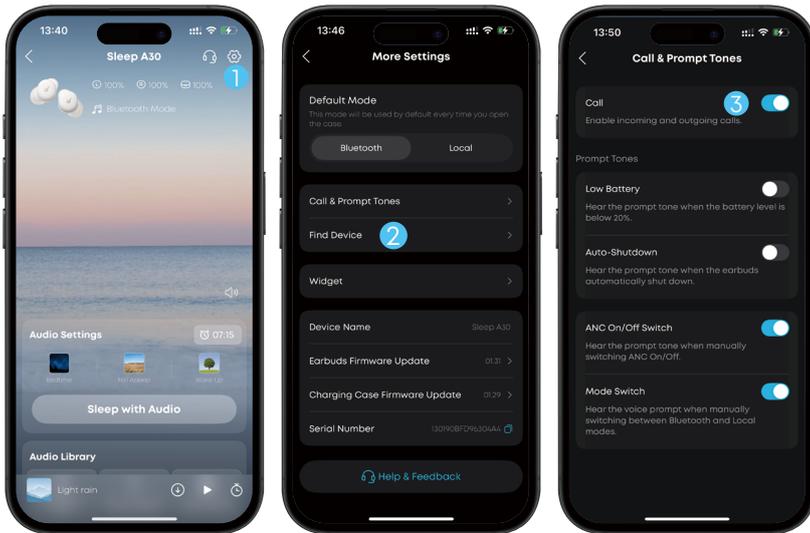
- **En tus auriculares Sleep A30:** Toca dos veces el auricular derecho para activar o desactivar la Cancelación Activa de Ruido. Escucharás un tono para confirmar. Esto se puede personalizar en la aplicación soundcore.
- **En la aplicación soundcore:** Puedes activar y desactivar la ANC directamente desde la pantalla de inicio de la aplicación.

Gestión de la cancelación de ruido durante el sueño

Tu Sleep A30 puede gestionar automáticamente la Cancelación Activa de Ruido (ANC) según los ajustes de sueño en la aplicación soundcore. Así es como funciona con la configuración de "Acción de audio al detectar sueño":

- Si eliges **Detener Audio**, la ANC permanecerá encendida toda la noche de forma predeterminada.
- Si eliges **Reproducir Audio Local**, la ANC se desactivará automáticamente después de que los auriculares detecten que te has quedado dormido.
- Si desactiva la función de **Acción de Audio al Detectar el Sueño**, tanto el audio como la ANC permanecerán encendidos toda la noche. Tenga en cuenta que esta configuración consumirá más energía y puede reducir la duración de la batería.

Realiza y recibe llamadas con Sleep A30



De forma predeterminada, la función de llamada en su Sleep A30 está desactivada. Deberás activarlo en la aplicación soundcore para hacer y recibir llamadas.

Cómo activar la función de llamadas

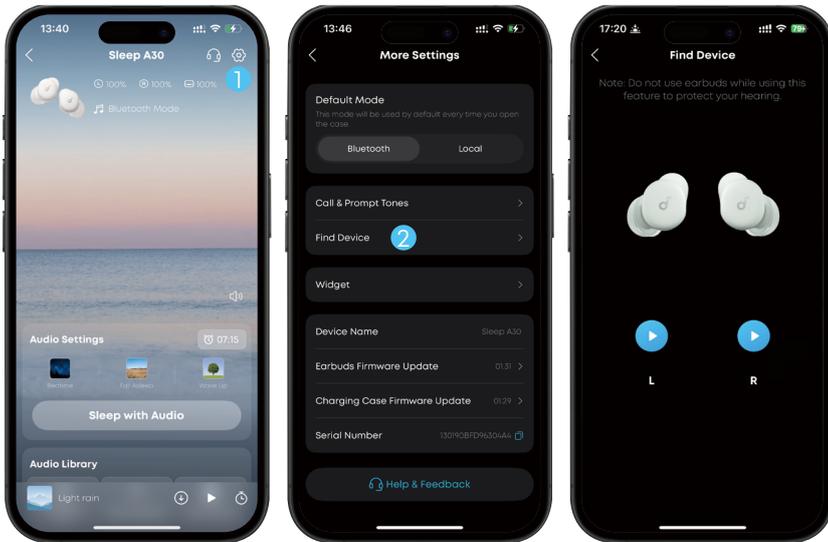
1. Asegúrate de que tus auriculares Sleep A30 estén encendidos y conectados a tu dispositivo.
2. Abre la aplicación de soundcore y toca el ícono de Configuración en la esquina superior derecha.
3. Toque Llamadas y Tonos de Aviso.
4. Habilitar llamada.

Cómo gestionar llamadas

Una vez que la función esté activada, puedes usar los controles táctiles para gestionar tus llamadas:

- Responder llamada: Toca dos veces cualquiera de los auriculares.
- Finalizar llamada: Toca dos veces cualquiera de los auriculares.
- Rechazar llamada: Toca tres veces cualquiera de los auriculares.

Encuentra tu Sleep A30 con la aplicación soundcore



Si extravías tu Sleep A30, puedes usar la función Encontrar Dispositivo en la aplicación soundcore para localizarlos.

Cómo encontrar su Sleep A30

1. Abre la aplicación soundcore y asegúrate de que tus auriculares estén conectados.
2. Desde la pantalla de inicio del dispositivo, toca el ícono de **Más ajustes** en la esquina superior derecha.
3. Toca **Buscar dispositivo**.
4. Escribe el auricular que deseas encontrar. Reproducirá un sonido fuerte para ayudarte a localizarlo.

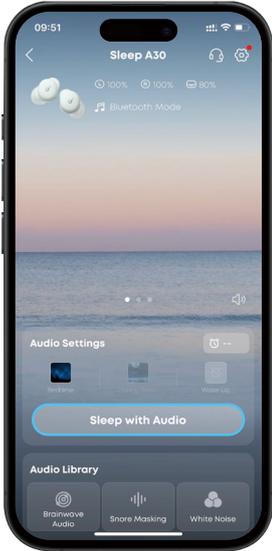
Importante: Retire los auriculares de sus oídos antes de usar la función Buscar dispositivo. El sonido que emite es fuerte y podría dañar su audición.

Rastrea tu sueño

Tu Sleep A30 puede rastrear tus etapas de sueño, los niveles de ruido ambiental y las posiciones al dormir para crear un informe detallado del sueño.

Puedes realizar un seguimiento de tu sueño de dos maneras:

Seguimiento manual (a través de la aplicación)



Este método está disponible solo en el modo Bluetooth.

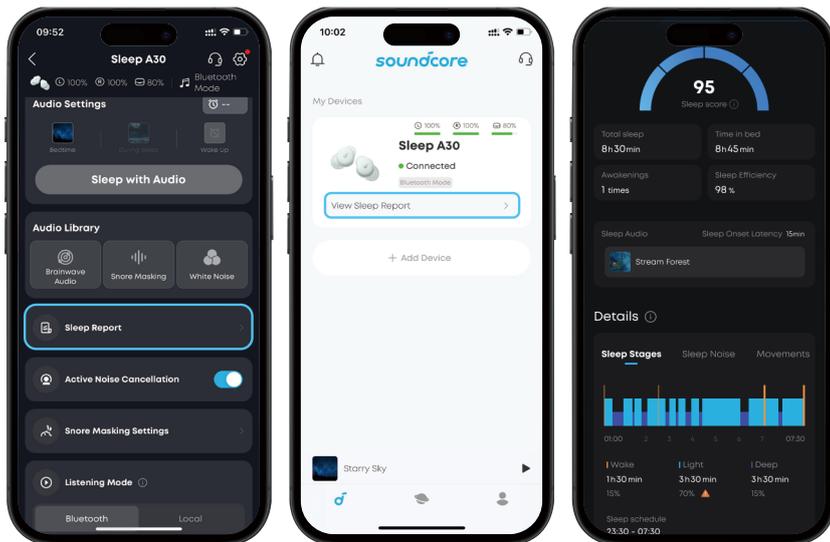
- Para comenzar, toca "**Dormir con audio**" en la pantalla de inicio de la aplicación.
- Este modo puede registrar con precisión tu latencia de sueño (el tiempo que tardas en quedarte dormido).

Seguimiento automático (a través de los auriculares)

Este método funciona tanto en los modos Bluetooth como en el Local.

- Los auriculares utilizan sensores integrados para detectar automáticamente cuando te quedas dormido y comenzar a registrar datos.
- Nota: Este modo no registra la latencia del sueño.

Cómo ver tu informe de sueño



Después de haber dormido más de 30 minutos, se generará un informe.

- Con tus auriculares conectados: Puedes ver el informe directamente desde la página principal de Sleep A30 en la aplicación.
- Con tus auriculares desconectados: Puedes acceder a tus informes de sueño desde la página **Mis Dispositivos** en la aplicación.

Desvincular, Reiniciar o Restablecer su Sleep A30

Si tu Sleep A30 no funciona como se espera, puedes intentar desvincularlo, reiniciarlo o restablecerlo.

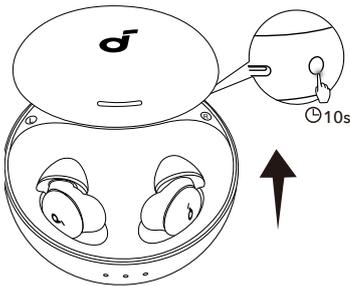
Desvincula tu Sleep A30

Ve a la configuración de Bluetooth en tu dispositivo, encuentra "soundcore Sleep A30" en la lista de dispositivos y selecciona la opción de olvidarlo o eliminarlo.

Reinicia tu Sleep A30

Para reiniciar sus auriculares, colóquelos en el estuche de carga y cierre la tapa. Espera unos segundos y luego abre la tapa nuevamente. Los auriculares se reiniciarán automáticamente.

Restablece tu Sleep A30



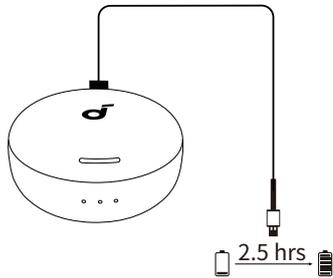
Si aún tienes problemas de emparejamiento después de reiniciar, puedes restablecer los auriculares.

1. Primero, elimina o olvida "soundcore Sleep A30" de la configuración de Bluetooth de tu dispositivo.
2. Coloca los auriculares en el estuche de carga y deja la tapa abierta.
3. Mantén presionado el botón en la parte trasera del estuche durante 10 segundos hasta que el indicador LED dentro del estuche se apague durante 3 segundos.

Verificar el estado de la batería y la carga

Cómo cargar tus auriculares y el estuche

Antes de cargar, asegúrese de que los auriculares y el puerto USB-C del estuche estén completamente secos. Recomendamos cargar completamente los auriculares y el estuche antes del primer uso.



1. Coloque los auriculares en el estuche de carga y cierre la tapa.
2. Conecte el estuche a una fuente de alimentación utilizando el cable USB-C incluido y un cargador de 5V (no incluido).

Verificar el nivel de batería del estuche de carga

Las luces LED en la carcasa muestran el nivel de batería.

Mientras se está cargando el estuche:

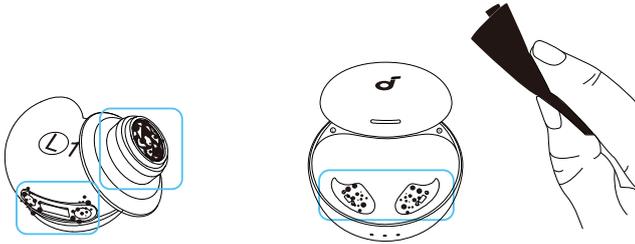
- Menos del 20%: La primera luz parpadea.
- 20% - 60%: La primera luz está fija y la segunda parpadea.
- 60% - 100%: Las dos primeras luces están fijas y la tercera parpadea.
- Totalmente cargado: Las tres luces permanecen encendidas de forma fija durante 5 minutos y luego se apagan.

Cuando abras la tapa (sin cargar):

- Menos del 5%: La primera luz parpadea durante 5 segundos.
- 5% - 20%: La primera luz permanece fija durante 5 segundos.
- 20% - 60%: Las dos primeras luces están fijas durante 5 segundos.
- 60% - 100%: Las tres luces permanecen encendidas de forma fija durante 5 segundos.

Limpia tu Sleep A30

Para obtener el mejor rendimiento, limpia tus auriculares regularmente para eliminar cualquier polvo o cerumen.



- Utilice un hisopo de algodón ligeramente humedecido con alcohol para limpiar suavemente el filtro de malla metálica debajo de la punta del auricular.
- Utilice el mismo método para limpiar los contactos de carga en los auriculares y dentro del estuche de carga.

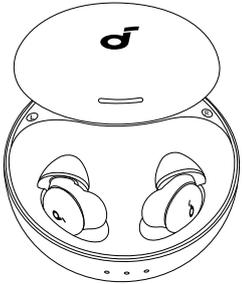
Nota

- No utilice alcohol, agua u otros líquidos para limpiar las almohadillas de espuma viscoelástica.
- Las almohadillas de espuma viscoelástica son consumibles y deben reemplazarse periódicamente.

Actualizar el firmware y la aplicación

Cómo actualizar el firmware

Se te notificará a través de la aplicación soundcore cuando haya una nueva versión de firmware disponible para tu Sleep A30. También puedes verificar manualmente las actualizaciones en la configuración de la aplicación.



Para garantizar que la actualización se complete con éxito:

- Coloca los auriculares en el estuche de carga y deja la tapa abierta.
- Asegúrese de que el estuche de carga esté conectado a una fuente de alimentación.
- No utilice los auriculares hasta que la actualización haya finalizado.

Cómo actualizar la aplicación soundcore

Si tienes problemas para conectar tus auriculares a la aplicación soundcore, ve a la App Store o Google Play Store en tu teléfono para asegurarte de que tienes la última versión de la aplicación.

Especificaciones del Sleep A30

Característica	Especificaciones
Entrada	5V = 0.6A
Salida	5V = 0,088A (0,044A por puerto)
Capacidad de la batería	800mAh/38mAh
Tiempo de carga (auriculares)	1,5H
Tiempo de reproducción (auriculares/estuche)	9/45H
Respuesta de frecuencia	20~20000Hz
Impedancia	13.5 ohm
Clasificación de resistencia al agua (auriculares)	IPX4
Versión de Bluetooth	soundcore Sleep A30 es compatible con Bluetooth 5.4.Sin embargo, debido a las limitaciones del dispositivo, puede mostrarse como Bluetooth 5.3.
Alcance de Bluetooth	10m

Nota: Las especificaciones están sujetas a cambios sin previo aviso.

Obtener soporte



servicio@soundcore.com
soporte.me@soundcore.com (Solo para Oriente Medio y África)
support@anker.com (Japón)
support.kr@anker.com (Corea del Sur)



+1 (800) 988 7973 (EE. UU./Canadá)
+44 (0) 1604 936200 (Reino Unido)
+49 (0) 69 9579 7960 (DE)
03 4455 7823 (Japón)
+86 400 0550 036 (China)
+82 1666-8470 (Corea del Sur)
+971 8000320817 (EAU)
+966 8008500030 (KSA) se traduce como:
+965 22069086 (Kuwait)
+20 8000000826 (Egipto)
+90 (850) 460 14 14 (Turquía)
+8 (800) 511-86-23 (Rusia)
000-8000-504-414 (India)