WATCHMARK®

INSTRUCCIONES DE USO

WWW.WATCHMARK.COM

ÍNDICE DE CONTENIDOS

Introducción

Sobre el reloj **4**
Configuración
Contenido del envase
Requisitos de hardware **5**
Cargar el reloj
Información adicional **6**

¿Cómo llevar un smartwatch? **7**
Sustitución de la correa **8**

Aplicaciones y funciones

Instalación de aplicaciones **9**

Funciones disponibles en el Smartwatch **10**
Hora, fecha
Podómetro
Contador de calorías
Distancia
Pulso **11**
Tensión arterial
Saturación
Medición de la resistencia **12**
Medición de la temperatura
ECG
Monitor de sueño **13**
Notificaciones
Modos de deporte
Cronómetro **14**
Buscar teléfono
Control de brillo
Control de música **15**
Cambiar el tema de la esfera
Apagar el dispositivo

ÍNDICE DE CONTENIDOS

Aplicaciones y funciones

Funciones disponibles en la aplicación **16**
Historial de mediciones
Medición de la salud
Medición de la fatiga
ECG **17**
Temperatura corporal
Buscar un dispositivo
Control remoto del dispositivo
Ajustes de notificación **18**
Despertador
Modo "No molestar
Función G-Sensor **19**
Medición automática
Restablecer

Información general

Datos técnicos **20**
Reclamación **21**
Devolución **22**
Sustitución **23**

Introducción

Acerca de Watchmark WT1

El brazalete está diseñado para medir la temperatura corporal y ambiental. Proporciona una medición fiable en muy poco tiempo. El reloj también mide el pulso, la presión arterial y la oxigenación y realiza mediciones de ECG. El smartwatch le avisará de las llamadas y mensajes entrantes. El smartwatch se maneja a través de un panel metálico sensible al tacto situado en la parte inferior delantera del sobre.

Configuración del dispositivo

Contenido del paquete

Smartwatch (el color y el material pueden variar según el color elegido)

Cargador (el color y el material pueden variar según el modelo seleccionado)

Correa (el color y el material pueden variar según el color elegido)

Requisitos de hardware

iOS 8.2 y posterior
Android 4.4 y posterior
Bluetooth compatible: 4.0

Android 4.4+

IOS 8.2+

Instrucciones de carga

Este smartwatch utiliza carga USB. Separe la correa del reloj inteligente del dispositivo y, a continuación, conecte el extremo USB al puerto USB. Una vez conectado, la carga se iniciará automáticamente y aparecerá un icono de carga en la pantalla del reloj inteligente.

La batería tarda aproximadamente 2 horas en cargarse por completo. No utilices el reloj mientras se está cargando.

Información adicional

Por favor, lea atentamente todo el manual de usuario antes de utilizar el equipo. Se recomienda utilizar únicamente la batería, el cargador y los accesorios originales que se incluyen en el kit recibido con el dispositivo.
Ni el fabricante ni el distribuidor son responsables del uso de accesorios de terceros.

Las funciones que se presentan en este manual pueden variar entre los modelos, ya que el manual es una descripción general de los smartwatches. Algunos modelos pueden desviarse de la norma.

Antes de utilizar el dispositivo por primera vez, cárguelo durante un mínimo de 2 horas. Antes de utilizar el dispositivo, debes descargar e instalar la aplicación y aceptar todos los consentimientos que te pida el smartwatch. Si esto no se hace completamente, no estarán disponibles todas las funciones del dispositivo. El reloj inteligente sólo pedirá acceso a las funciones que sean necesarias para que el reloj inteligente funcione correctamente.

La empresa se reserva el derecho de modificar el contenido de este manual.

¿Cómo llevar un smartwatch?

La correa de este modelo de reloj es de 17 mm de ancho. Es intercambiable y se pueden adquirir correas adicionales de otro color o material.

Llevar un reloj

Cuando no estés haciendo ejercicio, lleva el smartwatch como lo harías con un reloj normal, es decir, con un dedo por encima del hueso de la muñeca.

Para aprovechar al máximo la función de monitorización de la frecuencia cardíaca durante el ejercicio, intente llevar el dispositivo por encima de la muñeca (2 dedos por encima del hueso de la muñeca) para mejorar la comodidad y la estabilidad. Muchos ejercicios, como el ciclismo o el levantamiento de pesas, pueden hacer que la colocación del smartwatch cambie al doblar la muñeca, por ejemplo. Si el reloj se asienta más abajo en el hueso de la muñeca, las mediciones pueden ser intermitentes, por lo que es importante la colocación correcta.

Sustitución de la correa

Coloque la correa original en el reloj antes de utilizarlo.
Tenga cuidado al hacerlo.

Llevar cinturón

Introduzca el extremo de la correa en las piezas de plástico de la envoltura del reloj y apriétela.

Retirar el cinturón

Sujete el sobre del smartwatch y la correa. Tira firmemente de la correa para separarla.

Aplicaciones y funciones

Instalación de aplicaciones

La aplicación para el modelo de reloj inteligente WT1 es "WearFit 2.0". La aplicación debe descargarse desde Google Play / App Store o mediante el código QR que aparece a continuación.

Google Play

App Store

Una vez instalada la aplicación, activa el Bluetooth en tu teléfono y ve a la aplicación. Crea una cuenta o entra directamente (esquina superior derecha de la aplicación). Permite el acceso. Para que la aplicación funcione correctamente, tienes que conceder todos los permisos que te pida. Para conceder permisos a la aplicación, sigue las instrucciones que aparecen en la aplicación. Para conectar el reloj, pulsa en la esquina inferior: "Yo", "Gestión de llamadas" y "Conectar pulsera". Tu teléfono buscará dispositivos y deberás seleccionar el modelo adecuado (T1S).

Funciones disponibles en el Smartwatch

- **Hora, fecha, día de la semana**

La pantalla muestra la hora, la fecha y el día de la semana. Los datos se muestran en la pantalla principal del reloj.

- **Podómetro**

Cuenta los pasos dados en un día determinado (los datos se reinician cada día a partir de las 00:00). El número de pasos dados puede verse en la primera pestaña.

- **Contador de calorías***

Calcula el número de calorías quemadas en un día determinado. Los datos sobre las calorías quemadas pueden verse en la segunda pestaña.

- **Distancia recorrida**

Información sobre la distancia recorrida durante el día. Los datos sobre la distancia recorrida pueden consultarse en la tercera pestaña.

Funciones disponibles en el Smartwatch

- **Pulso**

Frecuencia cardíaca o pulso: es el número de latidos del músculo cardíaco por 1 minuto. La norma aceptada se sitúa entre 60 y 100 latidos por minuto. Cuando el pulso es elevado hablamos de taquicardia, mientras que cuando es reducido hablamos de bradicardia. Ambas condiciones pueden ser peligrosas para nuestra salud. En el reloj, la función para medir el pulso sanguíneo se encuentra en la cuarta pestaña bajo el nombre BPM. Para realizar una medición, realice una pulsación larga en la almohadilla táctil.

- **Presión sanguínea***

La tensión arterial es la fuerza con la que la sangre empuja contra las paredes de las arterias durante la contracción y la diástole del músculo cardíaco. La norma aceptada para la presión sistólica es de 120 mm Hg, mientras que para la presión diastólica es de 80 mm Hg. En el reloj, la función para medir la tensión arterial se encuentra en la pestaña Viernes bajo el nombre MMHG. Para realizar una medición, mantenga pulsada la almohadilla táctil.

- **Saturación**

Esta función indica el nivel de oxigenación de la sangre. Como norma, el resultado debe estar entre 95 y 100%. Cuando el nivel de oxigenación desciende, puede ser peligroso para nuestra salud. En el reloj, la función para medir la saturación se encuentra en la sexta pestaña bajo el nombre SPO2. Para realizar una medición, mantenga pulsada la almohadilla táctil.

Funciones disponibles en el Smartwatch

- **Medición de la inmunidad (valor inmunológico)***

Se mide evaluando los mecanismos de defensa del sistema inmunitario. Cuanto mayor es el valor, mayor es la inmunidad del organismo. En el reloj, la función para medir la inmunidad se encuentra en la séptima pestaña, bajo el nombre de referencia inmunológica. Para realizar la medición, mantenga pulsada la almohadilla táctil.

- **Medición de la temperatura***

Se considera que la temperatura corporal normal de un adulto es de 36,6 grados centígrados. Cuando la temperatura sube a 38 grados se habla de fiebre. La temperatura se mide continuamente. En el reloj, la información sobre el valor de la temperatura se encuentra en la octava pestaña. Para comprobar la temperatura ambiente es necesario cambiar la esfera del reloj. Consulte la página 15 para obtener más información sobre cómo hacerlo.

- **ECG**

Permite detectar muchas enfermedades cardiovasculares. Durante la medición, sujete la placa metálica del lateral del reloj. Los electrodos del reloj deben estar completamente contra la piel. En el reloj, la función para medir el ECG se encuentra en la novena pestaña bajo el nombre ECG. Para realizar una medición, mantenga pulsada la almohadilla táctil. Para finalizar, vuelva a pulsar prolongadamente el panel táctil. El resultado aparecerá en la aplicación.

***No tome decisiones de salud basadas únicamente en los resultados del smartwatch. Para que las mediciones sean precisas, los usuarios deben medir las funciones sanitarias en reposo como lo harían con los dispositivos médicos tradicionales y abstenerse de realizar mediciones durante el ejercicio, el tabaquismo o el consumo de alcohol. El smartwatch no es un dispositivo médico y los resultados de las mediciones son meramente ilustrativos.**

Funciones disponibles en el Smartwatch

- **Monitor de sueño**

Una función que ayuda a analizar el sueño de una persona. El reloj muestra el número de horas dormidas y las fases del sueño, en las que se distingue entre sueño superficial y profundo. En el reloj, la información sobre el sueño se encuentra en la décima pestaña.

- **Notificaciones/mensajes**

Una vez que el reloj se ha conectado al teléfono a través de la aplicación y se han permitido los consentimientos pertinentes, el reloj mostrará las notificaciones entrantes de mensajes y de redes sociales. Para que se muestren las notificaciones, debes activar esta función en los ajustes de la aplicación. Consulta la página 18 para obtener más información. Para ver todas las notificaciones, ve a la undécima pestaña y mantén pulsado el panel táctil.

- **Modos de deporte**

Los 5 modos de deporte del reloj te permiten controlar tus objetivos de entrenamiento monitorizando los pasos, la frecuencia cardiaca, las calorías y la distancia.
Los datos del entrenamiento se pueden encontrar en la aplicación después de la sincronización.
Modos deportivos disponibles: carrera, ciclismo, escalada, baloncesto y fútbol. En el reloj, para activar el modo deportivo, ve a la duodécima pestaña y mantén pulsado el panel táctil.

Funciones disponibles en el Smartwatch

- **Cronómetro**

Función que se utiliza para comprobar y medir distancias cortas de tiempo. En el reloj, la función de cronómetro se encuentra en la decimotercera pestaña. Para activar la función, mantenga pulsado el panel táctil y seleccione "Cronómetro".

- **Encontrar su teléfono**

Una función para encontrar su teléfono. Cuando la función esté activada, el teléfono empezará a emitir un pitido. En el reloj, la función Encontrar teléfono se encuentra en la decimotercera pestaña. Para activar la función, mantenga pulsado el panel táctil y seleccione "Encontrar". Para desactivarla, vuelva a pulsar prolongadamente el panel táctil.

- **Ajuste del brillo de la retroiluminación en 4 pasos**

El ajuste del brillo en cuatro niveles ayuda a proteger tus ojos de una pantalla demasiado brillante por la noche y ahorra batería del reloj. En el reloj, la función de ajuste del brillo se encuentra en la decimotercera pestaña. Para ajustar el brillo, mantenga pulsado el panel táctil y seleccione "Brillo". Para confirmar la selección, vuelva a realizar una pulsación larga en el panel táctil.

Funciones disponibles en el Smartwatch

- **Control de la música**

Cuando conectas el reloj al teléfono a través de la aplicación y activas la música en el teléfono, puedes pausar y reanudar la música, así como rebobinar y retroceder canciones. Para controlar la música, enciéndela en tu teléfono y luego ve a la función de música. Encontrarás esta función en la decimotercera pestaña. Para controlar la música, pulsa prolongadamente el panel táctil y selecciona "Música". Pulsando brevemente el panel táctil, puedes cambiar entre las opciones: pausar/reanudar música, rebobinar, avanzar rápido y salir del modo música. Para confirmar las opciones, mantenga pulsado el panel táctil.

- **Cambiar el tema de la esfera**

Hay varias esferas para elegir en el reloj. Para cambiar de esfera, mantenga pulsado el panel táctil (unos 4 segundos). Cambie pulsando brevemente el panel táctil. Para seleccionar una esfera, mantenga pulsado el panel táctil.
NOTA: Un dial que mide y muestra la temperatura ambiente reduce significativamente la duración de la batería.

- **Apagar el dispositivo**

Para apagar el dispositivo, vaya a la decimotercera pestaña y mantenga pulsado el panel táctil. Seleccione la función "Apagar" y vuelva a pulsar prolongadamente el panel táctil. El dispositivo se apagará.

Funciones disponibles en una aplicación específica

- **Historial de mediciones**

En la aplicación, encontrarás el historial de las mediciones realizadas por el reloj. Para consultar el historial, seleccione "Principal" en la aplicación y, a continuación, haga clic en el parámetro que le interese. Puedes analizar cómo cambian los resultados a lo largo de un día, una semana y un mes.

- **Medición del pulso, la tensión arterial, la saturación y la resistencia***

También puedes medir estos parámetros con la aplicación. Para medirlas con la aplicación, ve a la aplicación y selecciona "Principal", "Pulso/Tensión arterial/Saturación/Resistencia" y, a continuación, "Medición única".

- **Medición de la fatiga***

También puedes medir la fatiga desde la aplicación. La medición dura 20 segundos. La puntuación oscila entre 0 y 120. Cuanto mayor sea la puntuación, mayor será la fatiga. Para realizar una medición utilizando la app, ve a la app y selecciona "Principal", "Fatiga" y, a continuación, "Medición única".

***No tome decisiones de salud basadas únicamente en los resultados del smartwatch. Para que las mediciones sean precisas, los usuarios deben medir las funciones de salud en reposo como lo harían con los dispositivos médicos tradicionales y abstenerse de medir durante el ejercicio, el tabaquismo o el consumo de alcohol. El smartwatch no es un dispositivo médico y los resultados de las mediciones son sólo de referencia.**

Funciones disponibles en una aplicación específica

- **ECG***

Para medir utilizando la app, vaya a la app y seleccione "Principal", "Fatiga" y, a continuación, "Haga clic para empezar a medir". El resultado aparecerá en la aplicación. Para descargar o compartir el resultado de la medición, seleccione el icono de la esquina superior derecha.

- **Temperatura corporal**

El dispositivo mide continuamente la temperatura. Para ver el resultado actual y el historial de mediciones, vaya a la aplicación y seleccione "Principal" y, a continuación, "Temperatura corporal". Para descargar o compartir el resultado de la medición, seleccione el icono de la esquina superior derecha.

- **Encuentra tu dispositivo**

Para encontrar tu dispositivo, ve a "Yo" en la aplicación, luego a "Gestión de dispositivos" y selecciona "Búsqueda de pulsera". El reloj empezará a vibrar.

- **Agitar para hacer una foto**

El smartwatch puede actuar como un disparador remoto de la cámara de tu teléfono. Para hacer una foto, ve a "Yo" en la aplicación, luego a "Gestión de dispositivos" y selecciona "Foto". A continuación, agita la mano para hacer una foto.

Funciones disponibles en una aplicación específica

- **Notificaciones de llamadas y mensajes**

Desde el reloj inteligente, puedes activar las notificaciones de llamadas y mensajes. El reloj vibrará cuando reciba una llamada o un mensaje en su teléfono. Para activar estas funciones, ve a "Yo", luego a "Gestión de dispositivos" y selecciona "Notificaciones".

- **Notificaciones de aplicaciones**

Desde el smartwatch, puedes activar de qué aplicaciones quieres recibir notificaciones. Las notificaciones pueden proceder de: QQ, WeChat, Facebook, WhatsApp, Twitter. Para activar esta función, ve a "Yo", luego a "Gestión del dispositivo" y selecciona "Notificaciones".

- **Despertador**

Puedes configurar un despertador en la aplicación para despertarte a tiempo. Para activar esta función, ve a "Yo", luego a "Gestión de dispositivos" y selecciona "Despertador".

- **Modo "No molestar"**

En este modo, el smartwatch no recibirá ninguna notificación. Para activar esta función, vaya a "Yo", luego a "Gestión del dispositivo" y seleccione "Establecer horas sin notificaciones".

Funciones disponibles en una aplicación específica

- **Función G-Sensor**

Para activar la función de activar la pantalla del reloj con un movimiento de la mano, selecciona "Yo" en la aplicación, luego "Gestión de dispositivos" y "Pantalla táctil".

- **Seguimiento automático de las funciones de salud cada hora**

Para que las mediciones automáticas se realicen sin nuestra intervención, active la función de mediciones automáticas. Para activar esta función, seleccione "Yo", luego "Gestión del dispositivo" y "Medir cada hora".

- **Restablecer los ajustes de fábrica**

El restablecimiento de los ajustes de fábrica permite reiniciar el reloj y borrar todos los datos y ajustes. Para restablecer el reloj, seleccione "Yo", luego "Ajustes" y "Restablecer pulsera".

Información general

Datos técnicos

Resistencia al agua IP67

Le permite utilizar el reloj mientras se lava las manos o en un día lluvioso.

Batería de 90 mAh

Batería de polímero de litio de última generación.

Procesador MTK2502

Mediciones de alto rendimiento y precisión.

Diseño deportivo

Materiales duraderos y correa de silicona para facilitar la limpieza.

****La norma IP67 permite una temperatura del agua de +10 a +35 grados Celsius y la inmersión a una profundidad de 1 metro durante un máximo de 30 minutos. El reloj no puede utilizarse en baños calientes ni saunas, ya que no es resistente al vapor. No está diseñado para nadar, sino para cuidar su salud.**

WATCHMARK®