WATCHMARK®

ISTRUZIONI D'USO

WWW.WATCHMARK.COM

INDICE DEI CONTENUTI

Introduzione

Informazioni sull'orologio **4**
Configurazione del dispositivo
Contenuto dell'imballaggio **5**
Requisiti hardware
Ricarica dell'orologio **6**
Informazioni aggiuntive

Come indossare uno smartwatch? **7**
Sostituzione del cinturino di un orologio **8**

App e funzioni

Installazione delle app **9**

Funzioni disponibili nello smartwatch **10**
Ora dell'appuntamento
Pedometro
contatore di calorie
Distanza
Polso **11**
Pressione sanguigna
Saturazione
Misurazione della resistenza **12**
Misura della temperatura
ECG
monitoraggio del sonno **13**
Notifiche
Modalità sportive
Cronometro **14**
Trova il telefono
Regolazione della luminosità
Controllo della musica **15**
Modifica del tema dello scudo
Spegnere il dispositivo

INDICE DEI CONTENUTI

App e funzioni

Funzioni disponibili nell'applicazione **16**
Cronologia delle misurazioni
Misure sanitarie
Misurazione della fatica
ECG **17**
temperatura corporea
Trova il dispositivo
Telecomando della fotocamera
Impostazioni di notifica **18**
Allarme
Modalità Non disturbare
Funzione sensore G **19**
Misure automatiche
Ripristino

Informazioni generali

Dati tecnici **20**
Reclamo del prodotto **21**
Ritorno del prodotto **22**
Sostituzione del prodotto **23**

Introduzione

Informazioni su Watchmark WT1

Il cinturino è progettato per misurare la temperatura corporea e ambientale. Fornisce una misurazione affidabile in un tempo molto breve. L'orologio misura anche il polso, la pressione sanguigna e l'ossigenazione ed esegue una misurazione ECG. Lo smartwatch ti avviserà delle chiamate e dei messaggi in arrivo. L'orologio intelligente è gestito da un pannello metallico sensibile al tocco situato nella parte inferiore anteriore della cassa.

Configurazione del dispositivo

Contenuto della confezione

Smartwatch (il colore e il materiale possono variare a seconda del colore scelto)

Caricabatterie (il colore e il materiale possono variare a seconda del modello selezionato)

Cinturino (il colore e il materiale possono variare a seconda del colore scelto)

Requisiti hardware

iOS 8.2 e versioni successive
Android 4.4 e versioni successive
Bluetooth supportato: 4.0

Android 4.4+

IOS 8.2+

Istruzioni per la ricarica

Questo smartwatch utilizza la ricarica USB. Stacca il cinturino dello smartwatch dal dispositivo, quindi collega l'estremità USB alla porta USB. Una volta connesso, la ricarica si avvierà automaticamente e un'icona di ricarica apparirà sullo schermo dello smartwatch.

Sono necessarie circa 2 ore per caricare completamente la batteria. Non utilizzare l'orologio durante la ricarica.

Informazioni aggiuntive

Prima di utilizzare l'apparecchiatura, leggere attentamente l'intero manuale d'uso. Si raccomanda di utilizzare esclusivamente la batteria, il caricabatterie e gli accessori originali inclusi nel kit fornito con il dispositivo.
Né il produttore né il distributore sono responsabili dell'uso di accessori di terzi.

Le funzioni presentate in questo manuale possono variare da un modello all'altro, poiché si tratta di una descrizione generale degli smartwatch. Alcuni modelli possono discostarsi dallo standard.

Prima di utilizzare il dispositivo per la prima volta, caricarlo per almeno 2 ore. Prima di utilizzare il dispositivo, è necessario scaricare e installare l'applicazione e accettare tutti i consensi richiesti dallo smartwatch. Se questo non viene fatto completamente, non tutte le funzioni del dispositivo saranno disponibili. Lo smartwatch chiederà l'accesso solo alle funzioni necessarie per il suo corretto funzionamento.

L'azienda si riserva il diritto di modificare il contenuto del presente manuale.

Come indossare uno smartwatch?

Il cinturino di questo modello di orologio è largo 17 mm. È intercambiabile e si possono acquistare cinghie aggiuntive di colore o materiale diverso.

Indossare un orologio

Quando non si fa attività fisica, indossare lo smartwatch come un normale orologio, cioè con un dito sopra l'osso del polso.

Per sfruttare appieno la funzione di monitoraggio della frequenza cardiaca durante l'esercizio, provare a indossare il dispositivo sopra il polso (2 dita sopra l'osso del polso) per migliorare il comfort e la stabilità. Molti esercizi, come il ciclismo o il sollevamento pesi, possono far cambiare la posizione dello smartwatch, ad esempio piegando il polso. Se l'orologio è posizionato più in basso sull'osso del polso, le misurazioni possono essere intermittenti, quindi è importante che sia posizionato correttamente.

Sostituzione del cinturino di un orologio

Fissare il cinturino originale all'orologio prima di utilizzarlo.
Usare estrema cautela quando si esegue questa operazione.

Mettere la cintura

Inserire l'estremità del cinturino nelle parti in plastica della cassa dell'orologio e premere verso il basso.

Rimozione della cinghia

Prendi la custodia e il cinturino dello smartwatch. Tirare con forza la cinghia per sganciarla.

App e funzioni

Installazione delle applicazioni

L'app per il modello di smartwatch WT1 è "WearFit 2.0". L'applicazione deve essere scaricata da Google Play/App Store o utilizzando il codice QR sottostante.

Google Play

App Store

Dopo aver installato l'applicazione, attiva il Bluetooth sul telefono e vai all'applicazione. Crea un account o entra direttamente (angolo in alto a destra nell'applicazione). Consenti accessi. Per il corretto funzionamento dell'applicazione è necessario esprimere tutti i consensi che l'applicazione richiede. Segui le istruzioni in-app per concedere le autorizzazioni all'app. Per connettere il tuo orologio, fai clic su "Io", "Gestisci connessioni" e "Collega braccialetto" nell'angolo in basso. Il telefono cercherà i dispositivi e selezionerà il modello corretto (T1S).

Funzionalità dello smartwatch

- **Ora, data, giorno della settimana**

Il display mostra l'ora, la data e il giorno della settimana. I dati vengono visualizzati sulla schermata principale dell'orologio.

- **Pedometro**

Conta i passi compiuti in un determinato giorno (i dati si azzerano ogni giorno dalle 00:00). Il numero di passaggi effettuati può essere visualizzato nella prima scheda.

- **Contatore calorie bruciate***

Calcola il numero di calorie bruciate in un determinato giorno. I dati sulle calorie bruciate si trovano nella seconda scheda.

- **Distanza percorsa**

Informazioni sulla distanza percorsa durante il giorno. I dati sulla distanza percorsa sono disponibili nella terza scheda.

Funzionalità dello smartwatch

- **Polso***

Frequenza cardiaca, o polso: questo è il numero di battiti del muscolo cardiaco in 1 minuto. La norma accettata è il limite da 60 a 100 battiti al minuto. Quando il polso è elevato si parla di tachicardia, quando è basso si parla di bradicardia. Entrambe le condizioni possono essere pericolose per la nostra salute. Nell'orologio, la funzione per misurare la frequenza cardiaca si trova nella quarta scheda denominata BPM. Per effettuare una misurazione, premere a lungo il pannello a sfioramento.

- **Pressione sanguigna***

La pressione sanguigna è la forza esercitata dal sangue contro le pareti delle arterie durante la contrazione e il rilassamento del muscolo cardiaco. La norma accettata per la pressione sistolica è 120 mm Hg e per la pressione diastolica 80 mm Hg. Nell'orologio, la funzione per misurare la pressione sanguigna si trova nella scheda del venerdì sotto il nome MMHG. Per effettuare una misurazione, premere a lungo il pannello a sfioramento.

- **Saturazione***

La funzione informa sul livello di ossigenazione del sangue. Di norma, il risultato dovrebbe essere compreso tra il 95 e il 100%. Quando i livelli di ossigeno diminuiscono, può essere pericoloso per la nostra salute. Nell'orologio, la funzione di misurazione della saturazione si trova nella sesta scheda sotto il nome SPO2. Per effettuare una misurazione, premere a lungo il pannello a sfioramento.

Funzionalità dello smartwatch

- **Misurazione dell'immunità (valore immunologico)***

La misurazione consiste nel valutare i meccanismi di difesa del sistema immunitario. Più alto è il valore, maggiore è la resistenza del corpo. Nell'orologio, la funzione per misurare la resistenza è nella settima scheda chiamata riferimento immunitario. Per effettuare una misurazione, premere a lungo il pannello a sfioramento.

- **Misura della temperatura***

La normale temperatura corporea di un essere umano adulto è di 36,6 gradi Celsius. Quando il livello di temperatura sale a 38 gradi, si parla di febbre. La temperatura viene misurata continuamente. Nell'orologio, le informazioni sul valore della temperatura si trovano nell'ottava scheda. È necessario cambiare il quadrante dell'orologio per controllare la temperatura ambiente. Ulteriori informazioni su come eseguire questa operazione sono disponibili a pagina 15.

- **ECG***

Ti permette di rilevare molte malattie legate al sistema circolatorio. Durante la misurazione, tenere la piastra metallica sul lato dell'orologio. Gli elettrodi dell'orologio devono essere a pieno contatto con la pelle. Nell'orologio, la funzione di misurazione ECG si trova nella nona scheda sotto il nome ECG. Per effettuare una misurazione, premere a lungo il pannello a sfioramento. Per finire, premi di nuovo a lungo il pannello a sfioramento. Il risultato apparirà nell'applicazione.

Funzionalità dello smartwatch

- **Monitoraggio del sonno***

Una funzione che aiuta nell'analisi del sonno umano. L'orologio mostra il numero di ore di sonno e le fasi del sonno, in cui distinguiamo la divisione in sonno superficiale e sonno profondo. Nell'orologio, le informazioni sul sonno si trovano nella decima scheda.

- **Notifiche/Messaggi**

Dopo aver collegato l'orologio al telefono tramite l'applicazione e aver concesso gli opportuni consensi, l'orologio visualizzerà le notifiche in arrivo relative a messaggi e social network. Per poter visualizzare le notifiche, questa funzione deve essere abilitata nelle impostazioni dell'applicazione. Maggiori informazioni a pagina 18. Per visualizzare tutte le notifiche, andare all'undicesima scheda e premere a lungo il pannello a sfioramento.

- **Modalità sportive**

Le 5 modalità sportive dell'orologio ti consentono di controllare i tuoi obiettivi di allenamento monitorando i passi, la frequenza cardiaca, le calorie e la distanza. I dati di allenamento possono essere trovati nell'app dopo la sincronizzazione. Modalità sportive disponibili: corsa, ciclismo, arrampicata, basket, calcio. Nell'orologio, per attivare la modalità sport, vai alla dodicesima scheda e premi a lungo il pannello a sfioramento.

***Non prendere decisioni sulla salute esclusivamente sulla base dei risultati dei test dello smartwatch. Per misurazioni accurate, gli utenti dovrebbero misurare le funzioni sanitarie a riposo come con i dispositivi medici tradizionali e astenersi dal misurare durante l'esercizio, il fumo o il consumo di alcol. Lo smartwatch non è un dispositivo medico e i risultati delle misurazioni sono solo di riferimento.**

Funzionalità dello smartwatch

- **Cronometro**

Una funzione utilizzata per controllare e misurare brevi periodi di tempo. Nell'orologio, la funzione cronometro si trova nella tredicesima scheda. Per attivare la funzione, premere a lungo il pannello touch e selezionare "Cronometro".

- **Trova il telefono**

Una funzione che ti aiuterà a trovare il tuo telefono. Quando la funzione è attivata, il telefono emetterà un segnale acustico. Nell'orologio, la funzione Trova telefono si trova nella tredicesima scheda. Per attivare la funzione, premere a lungo il pannello a sfioramento e selezionare "Trova". Per spegnere, premere di nuovo a lungo il touchpad.

- **Regolazione della luminosità in 4 fasi della retroilluminazione dello schermo**

La regolazione della luminosità a quattro livelli aiuta a proteggere gli occhi dallo schermo troppo luminoso di notte e consente di risparmiare le batterie dell'orologio. Sull'orologio, la funzione di impostazione della luminosità si trova nella tredicesima scheda. Per regolare la luminosità, premere a lungo il pannello a sfioramento e selezionare "Luminosità". Per confermare la selezione, premere di nuovo a lungo il touchpad.

Funzionalità dello smartwatch

- **Controllo della musica**

Dopo aver collegato l'orologio al telefono tramite l'applicazione e aver acceso la musica sul telefono, è possibile mettere in pausa e riprendere la riproduzione della musica, nonché riavvolgere e riavvolgere i brani. Per controllare la musica, accendila sul telefono, quindi vai alla funzione musica. Troverai questa funzione nella tredicesima scheda. Per controllare la musica, premi a lungo il touch pad e seleziona "Musica". Premendo brevemente il pannello a sfioramento, è possibile passare da un'opzione all'altra: mettere in pausa/riprendere la musica, riavvolgere, riavvolgere e uscire dalla modalità musica. Premi a lungo il touchpad per confermare le opzioni.

- **Modifica del tema dello scudo**

L'orologio ha diversi quadranti tra cui scegliere. Per modificare i quadranti, premere a lungo il touch pad (circa 4 secondi). Attiva/disattiva premendo brevemente il pannello a sfioramento. Per selezionare un volto, premi a lungo il touchpad.
ATTENZIONE! Un quadrante che misura e mostra la temperatura ambiente riduce significativamente la durata della batteria.

- **Spegnere il dispositivo**

Per spegnere il dispositivo, vai alla tredicesima scheda e premi a lungo il pannello a sfioramento. Selezionare la funzione "Off" e premere nuovamente a lungo il pannello a sfioramento. Il dispositivo si spegnerà.

Funzionalità disponibili in un'applicazione dedicata

- **Cronologia delle misurazioni**

Nell'applicazione troverai la cronologia delle misurazioni effettuate dall'orologio. Per controllare lo storico, seleziona "Principale" nell'applicazione e poi clicca sul parametro che ti interessa. Puoi analizzare come cambiano i risultati durante il giorno, la settimana e il mese.

- **Misurazione del polso, della pressione sanguigna, della saturazione e dell'immunità***

Puoi anche misurare queste misurazioni utilizzando l'app. Per effettuare una misurazione utilizzando l'app, vai all'app e seleziona "Principale", "Polso/Pressione sanguigna/Saturazione/Resistenza", quindi "Misurazione singola".

- **Misura della fatica***

Puoi anche effettuare misurazioni della fatica dall'app. La misurazione richiede 20 secondi. Il punteggio va da 0 a 120. Più è alto, più sei stanco. Per effettuare una misurazione utilizzando l'app, vai all'app e seleziona "Principale", "Fatica", quindi "Misura singola".

***Non prendere decisioni sulla salute esclusivamente sulla base dei risultati dei test dello smartwatch. Per misurazioni accurate, gli utenti dovrebbero misurare le funzioni sanitarie a riposo come con i dispositivi medici tradizionali e astenersi dal misurare durante l'esercizio, il fumo o il consumo di alcol. Lo smartwatch non è un dispositivo medico e i risultati delle misurazioni sono solo di riferimento.**

Funzionalità disponibili in un'applicazione dedicata

- **ECG***

Per eseguire una misurazione utilizzando l'applicazione, accedere all'applicazione e selezionare "Principale", "Fatica", quindi "Fare clic per avviare la misurazione". Il risultato apparirà nell'applicazione. Per scaricare o condividere il risultato della misurazione, seleziona l'icona nell'angolo in alto a destra.

- **Temperatura corporea**

Il dispositivo misura costantemente la temperatura. Per visualizzare il risultato attuale e la cronologia delle misurazioni, vai all'applicazione e seleziona "Principale" e poi "Temperatura corporea". Per scaricare o condividere il risultato della misurazione, seleziona l'icona nell'angolo in alto a destra.

- **Trova il dispositivo**

Per trovare il tuo dispositivo, vai su "Io" nell'app, quindi su "Gestione dispositivo" e seleziona "Cerca braccialetto". L'orologio vibrerà.

- **Scuoti per scattare una foto**

Uno smartwatch può fungere da otturatore remoto della fotocamera sul telefono. Per scattare una foto, vai su "Io" nell'app, quindi su "Gestione dispositivo" e seleziona "Foto". Quindi stringi la mano per scattare la foto.

Funzionalità disponibili in un'applicazione dedicata

- **Notifiche di chiamate e messaggi**

Puoi attivare le notifiche di chiamate e messaggi dal tuo smartwatch. L'orologio vibra quando arriva una chiamata o un messaggio sul telefono. Per abilitare questa funzione, vai su "Io", quindi su "Gestione dispositivo" e seleziona "Notifiche".

- **Notifiche dell'app**

Dal livello dello smartwatch, puoi abilitare le applicazioni da cui desideri ricevere le notifiche. Le notifiche possono provenire da: QQ, WeChat, Facebook, WhatsApp, Twitter. Per abilitare questa funzione, vai su "Io", quindi su "Gestione dispositivo" e seleziona "Notifiche".

- **Allarme**

Nell'applicazione, puoi impostare una sveglia per aiutarti a svegliarti in tempo. Per abilitare questa funzione, seleziona "Io", quindi "Gestione dispositivo" e seleziona "Sveglia".

- **Modalità Non disturbare**

In questa modalità, nessuna notifica verrà ricevuta dallo smartwatch. Per abilitare questa funzione, seleziona "Io", quindi "Gestione dispositivo" e "Imposta orari senza notifiche".

Funzionalità disponibili in un'applicazione dedicata

- **Funzione sensore G**

Per accendere lo schermo dell'orologio agitando la mano, seleziona "Io" nell'app, quindi "Gestione dispositivo" e "Touchscreen".

- **Monitoraggio automatico della funzione sanitaria ogni ora**

Per eseguire misurazioni automatiche senza il nostro intervento, le misurazioni automatiche vengono eseguite senza il nostro intervento, attivare la funzione di misurazione automatica. Per abilitare questa funzione, seleziona "Io", quindi "Gestione dispositivo" e "Misura ogni ora".

- **Ripristino delle impostazioni di fabbrica**

Un ripristino delle impostazioni di fabbrica ti consente di ripristinare l'orologio e cancellare tutti i dati e le impostazioni. Per reimpostare l'orologio, seleziona "Io", quindi "Impostazioni" e "Ripristina braccialetto".

Informazioni generali

Dati tecnici

IP67 impermeabile**

Ti consente di utilizzare l'orologio mentre ti lavi le mani o in una giornata piovosa.

Batteria da 90 mAh

Moderna batteria ai polimeri di litio.

Processore MTK2502

Elevata efficienza e precisione delle misurazioni.

Design sportivo

Materiali durevoli e cinturino in silicone per una facile pulizia.

**Lo standard IP67 consente la temperatura dell'acqua da +10 a +35 gradi Celsius e l'immersione a una profondità di 1 m per 30 minuti. L'orologio non può essere utilizzato in bagni caldi o saune in quanto non è resistente al vapore. Non è destinato al nuoto, è progettato per aiutarti a prenderti cura della tua salute.

WATCHMARK®