

®

WATCHMARK



# MANUAL DE INSTRUÇÕES

[WWW.WATCHMARK.COM](http://WWW.WATCHMARK.COM)

# ÍNDICE

## Introdução

<b>Sobre o relógio</b>	<b>4</b>
Configuração do dispositivo	
Conteúdo da embalagem	
Requisitos de hardware	<b>5</b>
Carregar o relógio	
Informações adicionais	<b>6</b>
<b>Como usar um smartwatch?</b>	<b>7</b>
<b>Substituição da correia</b>	<b>8</b>

## Aplicações e funções

<b>Instalar aplicações</b>	<b>9</b>
<b>Funções disponíveis no smartwatch</b>	<b>10</b>
Hora, data	
Pedómetro	
Contador de calorias	
Distância	
Ajuste da luminosidade do ecrã	<b>11</b>
Pressão arterial	
Saturação	
ECG	
Pulso	<b>12</b>
Função "localizar telemóvel"	
Cronómetro	
Temporizador	<b>13</b>
Alarme	
Monitorização do sono	
Controlo de música	
Modos desportivos	<b>14</b>
Mudança de tema do mostrador	
Tempo	
Notificações / mensagens	<b>15</b>
Chamadas	
Repor o dispositivo	<b>16</b>
Definições	

# ÍNDICE

## Aplicações e funções

**Funções disponíveis na aplicação 17**

Histórico de medições

Notificações

Alterar o tema do mostrador

ECG

Contactos frequentes

Controlo da câmara do telefone 18

Função "Localizar dispositivo

Alarme

Lembrete de movimento

Lembrete de hidratação 19

Sensor G

Tempo

Monitorização automática do ritmo cardíaco

## Informações gerais

**Dados técnicos 20**

---

## Introdução

### Sobre o Watchmark Ultra

Um smartwatch multifuncional criado para pessoas que gostam de um estilo de vida ativo. Graças aos alto-falantes e ao microfone integrados, você pode atender chamadas diretamente do seu pulso. Você também encontrará 19 modalidades esportivas e funções de saúde.

### Configuração do dispositivo

#### Conteúdo do pacote



Smartwatch (cor e material podem variar dependendo da cor selecionada)



Carregador (a cor e o material podem variar dependendo do modelo selecionado)

Alça (a cor e o material podem variar dependendo da cor selecionada)

---

## Requisitos de hardware

iOS 10.0 e superior Android 5.0  
e superior Bluetooth compatível:  
5.1

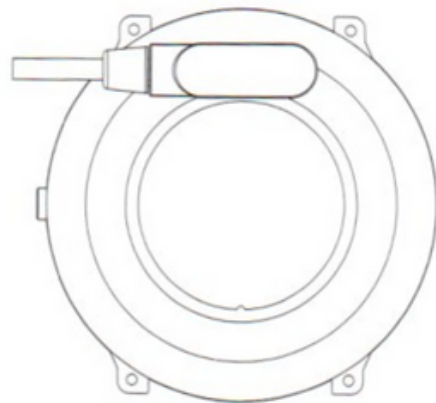
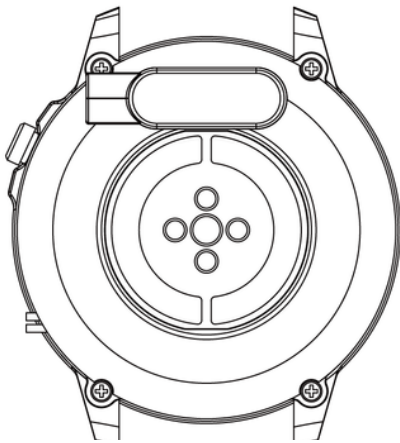


Android 5.0+



iOS 10.0+

## Instruções de carregamento



Este smartwatch usa carregamento magnético.

Conecte o cabo de carregamento à entrada USB e aos pinos de carregamento traseiros do dispositivo. Uma vez conectado, o carregamento começará automaticamente e o ícone de carregamento aparecerá na tela.

Demora aproximadamente 2 horas para carregar totalmente a bateria. Não use o relógio durante o carregamento.

**Cuidado: Não conecte o cabo de carregamento magnético a 2 pinos ao mesmo tempo com material condutor, pois isso pode causar um curto-circuito.**

---

## **Informações adicionais**

Antes de utilizar o equipamento, leia atentamente todo o manual de operação. Recomenda-se usar apenas bateria, carregador e acessórios originais que acompanham o dispositivo.

O fabricante ou distribuidor não se responsabiliza pelo uso de acessórios de terceiros.

As funções apresentadas neste manual podem variar entre os modelos, pois o manual é uma descrição geral dos smartwatches. Alguns modelos podem diferir do padrão.

Antes de utilizar o dispositivo pela primeira vez, carregue-o durante pelo menos 2 horas. Antes de começar a usar o aparelho, você deve baixar e instalar o aplicativo e aceitar todos os consentimentos solicitados pelo smartphone. Se isto não for totalmente feito, nem todas as funções do dispositivo estarão disponíveis. O smartphone solicitará apenas acesso às funções necessárias ao bom funcionamento do smartwatch.

A empresa reserva-se o direito de alterar o conteúdo deste manual.

---

## **Como usar um smartwatch?**

A pulseira deste modelo de relógio tem 22 mm de largura. É substituível e você pode comprar pulseiras adicionais em uma cor ou material diferente.

### **Usando um relógio**

Quando não estiver se exercitando, use seu smartwatch como um relógio normal, ou seja, um dedo acima do osso do pulso.

Para aproveitar ao máximo o recurso de monitoramento da frequência cardíaca durante o exercício, experimente usar o dispositivo sobre o pulso (2 dedos acima do osso do pulso) para maior conforto e estabilidade. Muitos exercícios, como andar de bicicleta ou levantar pesos, podem alterar o posicionamento do smartwatch, por exemplo, dobrando o pulso. Se o relógio for posicionado mais abaixo no osso do pulso, as medições poderão ser interrompidas, por isso o posicionamento correto é muito importante.

---

## **Substituindo o cinto**

Antes de usar o relógio, coloque a pulseira original nele. Ao realizar esta atividade tenha muito cuidado e cuidado com as unhas ao fixar os telescópios no relógio.

### **Colocando o cinto**

1. Insira uma extremidade da pulseira com o telescópio na reentrância da caixa do relógio.
2. Do outro lado, deslize o telescópio para dentro do recesso e fixe-o no relógio.

### **Removendo o cinto**

1. De um lado, pressione o círculo no telescópio e mova-o suavemente para dentro.
2. Em seguida, puxe para cima até que o telescópio se solte do relógio.



---

## Aplicativos e recursos

### Instalando o aplicativo

O aplicativo para o modelo Ultra smartwatch é “FitCloudPro”. O aplicativo deve ser baixado na Google Play/App Store ou através do código QR abaixo.



Google Play



App Store

Após instalar o aplicativo, ligue o Bluetooth do seu telefone e acesse o aplicativo. Crie uma conta ou continue sem registro. Preencha os dados e autorize o acesso. Para que a aplicação funcione corretamente, é necessário fornecer todos os consentimentos solicitados pela aplicação. Para conectar o relógio, selecione “Dispositivo” e depois “Varredura”, selecione o modelo do relógio (NX3).

Para usar as funções de chamada e recepção do smartwatch, conecte seu relógio também via Bluetooth. No telefone, acesse as configurações de Bluetooth e conecte-se ao dispositivo chamado “BT-85E”, enquanto no relógio, expanda o menu superior, selecione o ícone do fone de ouvido e ative o “Modo de áudio”. Sem essa conexão, algumas funções não estarão ativas.

---

## Recursos disponíveis no Smartwatch

- **Hora, data, dia da semana**

O display mostra a hora, data e dia da semana. Os dados são exibidos na tela principal do relógio.

- **Pedômetro**

Conta as etapas realizadas em um determinado dia (os dados são redefinidos todos os dias a partir das 00h00). A quantidade de passos realizados pode ser visualizada no aplicativo ou na primeira aba à direita da tela principal.

- **Contador de calorias queimadas**

Calcula a quantidade de calorias queimadas em um determinado dia. Os dados de queima de calorias podem ser encontrados na primeira aba do lado direito da tela inicial ou no aplicativo.

- **Distância viajada**

Informações sobre a distância percorrida durante o dia. A distância percorrida está localizada na primeira aba à direita da tela principal ou no aplicativo.

- **Ajustando o brilho da luz de fundo da tela**

Ajustar o brilho ajuda a proteger seus olhos contra o brilho excessivo da tela à noite e economiza a bateria do relógio. Você pode encontrar esse recurso no menu suspenso da tela principal.

---

## Recursos disponíveis no Smartwatch

- **Pressão arterial (BP)\***

A pressão arterial é a força com que o sangue empurra as paredes das artérias durante a contração e relaxamento do músculo cardíaco. A norma aceita para pressão arterial sistólica é 120 mm Hg e para pressão arterial diastólica é 80 mm Hg. No relógio, a função de medição da pressão arterial está localizada no menu sob o nome PA.

- **Saturação (SPO2)\***

A função informa sobre o nível de oxigenação do sangue. Como padrão, o resultado deve ficar entre 95 e 100%. Quando os níveis de oxigenação caem, pode ser perigoso para a nossa saúde. No relógio, a função de medição de saturação está localizada no menu sob o nome "Oxigênio no sangue".

- **Pulso\***

Frequência cardíaca, ou seja, pulso: é o número de batimentos do músculo cardíaco por minuto. A norma aceita é o limite de 60 a 100 batimentos por minuto. Quando o pulso está elevado, é chamado de taquicardia, e quando está diminuído, é chamado de bradicardia. Ambas as condições podem ser perigosas para a nossa saúde. No relógio, a função de medição da frequência cardíaca está localizada no menu chamado "Pulso".

\*Você não deve tomar decisões de saúde apenas com base nos resultados dos testes do seu smartwatch. Para medições precisas, os usuários devem medir as funções de saúde em repouso, como acontece com os dispositivos médicos tradicionais, e abster-se de medir enquanto fazem exercícios, fumam ou bebem álcool. O smartwatch não é um dispositivo médico e os resultados da medição são apenas para fins ilustrativos.

---

## Recursos disponíveis no Smartwatch

- **Função "Encontrar telefone"**

Após emparelhar corretamente o dispositivo com o aplicativo do seu telefone, você poderá encontrar seu telefone rapidamente. Após selecionar a opção “Encontrar telefone”, o telefone vibrará e tocará. No relógio, você encontrará esta função no menu.

- **Rolha**

Uma função usada para controlar e medir curtos períodos de tempo. No relógio, você encontrará esta função no menu.

- **Temporizador de minutos**

O cronômetro permite que você faça uma contagem regressiva do tempo. No relógio, você encontrará esta função no menu.

- **Alarme**

Para visualizar os alarmes que você configurou, vá ao menu e selecione “Alarme”. Para ligar o alarme, acesse o aplicativo. Mais na página 18.

---

## Recursos disponíveis no Smartwatch

- **Monitorar o sono**

Um recurso que ajuda a analisar o sono humano. O relógio mostra o número de horas dormidas e as fases do sono, nas quais distinguimos entre sono leve e profundo. No relógio, a função de monitoramento do sono está localizada no menu e na terceira aba do lado direito da tela principal.

- **Controle de música**

Depois de conectar o relógio ao telefone por meio do aplicativo e ativar a música no telefone, você pode pausar e retomar a música, retroceder e retroceder músicas e controlar o volume. Para controlar a música, ligue-o no seu telefone e vá para a função de música. No relógio, esta função está localizada no menu.

- **Monitorando o ciclo de uma mulher**

Você pode monitorar seu ciclo menstrual em seu smartwatch. Para utilizar esta função, ative-a no aplicativo, personalizando as configurações de acordo com suas preferências. Mais na página 20.

---

## Recursos disponíveis no Smartwatch

- **Modos esportivos**

19 modos esportivos no relógio permitem que você controle seus objetivos de treinamento monitorando passos, frequência cardíaca, calorias e distância.

Os dados de treinamento podem ser encontrados no aplicativo após a sincronização ou no relógio no menu à esquerda da tela principal sob o nome “Registro de atividade física”.

No modo esportivo, dependendo da função selecionada, são medidos parâmetros como tempo, calorias queimadas e frequência cardíaca. No relógio, as funções esportivas estão localizadas no menu. Além disso, você pode adicionar outros modos esportivos ao aplicativo. Mais na página 20.

- **Mudando o tema do escudo**

O relógio tem vários mostradores para você escolher. Para alterar os mostradores, pressione longamente a tela principal (cerca de 3 segundos). Você pode baixar mais mostradores no aplicativo. Mais na página 17.

- **Clima**

Após conectar-se ao aplicativo, o relógio mostrará a temperatura de um determinado dia. No relógio, a função meteorológica está localizada no menu ou na quarta aba à direita da tela principal. Mais na página 19.

---

## Recursos disponíveis no Smartwatch

- **Notificações/Mensagens**

Depois de conectar o relógio ao telefone por meio do aplicativo e Bluetooth e permitir os consentimentos apropriados, as mensagens recebidas e as notificações de mídia social serão exibidas no relógio. Para que as notificações apareçam, esta função deve estar habilitada nas configurações do aplicativo. Mais na página 17.

- **Conexões**

Conectar o relógio ao telefone via Bluetooth permite fazer chamadas a partir do smartwatch, mantendo a alta qualidade de som. Depois de conectar o relógio ao telefone, os contatos do telefone serão exibidos no relógio. Para fazer uma chamada, você pode inserir manualmente o número ou selecionar na lista de contatos mais frequentes.

- **Contatos frequentes**

Você pode acessar os contatos discados com mais frequência no relógio para fazer uma chamada rapidamente. Para adicionar contatos, acesse o aplicativo. Mais na página 17.

- **Modo Não perturbe**

Um modo que impede o aparecimento de todas as notificações. Para ativar este modo, selecione o ícone da lua no menu suspenso na tela principal.

---

## Recursos disponíveis no Smartwatch

- **Redefinindo para as configurações de fábrica**

A redefinição de fábrica permite redefinir seu relógio e apagar todos os dados e configurações. No relógio, a função de reinicialização está localizada nas configurações do menu.

- **Configurações**

Nas configurações você pode:

- defina o tempo de luz de fundo e o brilho da tela
- definir o tempo de resposta da função do sensor G
- defina a intensidade da vibração
- selecione o estilo do menu principal
- ativar o modo de economia de bateria
- defina o idioma do relógio
- configurar senha
- restaurar configurações de fábrica
- desligue o aparelho



---

## **Funções disponíveis em um aplicativo dedicado**

- **Histórico de medição**

No aplicativo você encontrará o histórico das medições feitas pelo relógio. Para verificar seu histórico, selecione “Home” no aplicativo.

- **Notificações**

A função de notificação permite ler o início da mensagem na tela do smartwatch. As notificações podem vir de aplicativos como Facebook, Instagram, Skype e Messenger. Para ativar esse recurso, vá em “Dispositivo” e selecione “Configurações de notificação”.

- **Mudando o tema do escudo**

Outros temas de discagem estão disponíveis no aplicativo dedicado. Para selecionar mostradores do relógio, vá para "Dispositivo" e depois "Seleção do mostrador do relógio" no aplicativo. Para baixar escudos, os dados/Wi-Fi devem estar ativados no seu telefone.

- **Contatos frequentes**

Para adicionar contatos, selecione “Dispositivo” e depois “Contatos” no aplicativo.

---

## **Funções disponíveis em um aplicativo dedicado**

- **Controle da câmera do telefone**

A função permite tirar fotos remotamente com a câmera do seu telefone, ativando o botão do obturador da câmera agitando o relógio. Para tirar uma foto, selecione “Dispositivo” e depois “Câmera remota”. Esta função é útil para tirar fotos de grupo à distância.

- **Encontre seu dispositivo**

No aplicativo, selecionar a função “Procurar relógio” acionará um alarme vibratório no relógio, que ajudará a localizar o dispositivo.

- **Alarmes**

Para definir um alarme em seu relógio, selecione a hora e a hora do alarme no aplicativo. Para fazer isso, selecione “Dispositivo” e depois “Alarmes” no aplicativo.

- **Lembrete de movimento**

No aplicativo você pode definir lembretes de hora em hora, graças aos quais o relógio, ao detectar que uma pessoa permanece imóvel por muito tempo, a lembra de realizar alguma atividade. Para ativar o recurso, selecione “Dispositivo” e depois “Lembrete de inatividade”.

---

## Funções disponíveis em um aplicativo dedicado

- **Lembrete de hidratação**

No aplicativo, você pode definir lembretes cíclicos a cada 30-180 minutos, graças aos quais o relógio lembra você de pegar água. Para habilitar esta função, selecione “Dispositivo” e depois “Lembrete de hidratação” no aplicativo.

- **Ativar a tela com um movimento do pulso (G-Sensor)**

Para ativar ou desativar a função de ligar a tela do relógio com o movimento do pulso, selecione “Dispositivo” no aplicativo e depois “Acordar com o movimento do pulso”.

- **Clima**

Para exibir o clima atual em seu relógio, você deve habilitar o aplicativo para acessar a localização do seu telefone e habilitar a função de informações meteorológicas no aplicativo. Vá para “Dispositivo” e depois “Informações meteorológicas”.

- **Monitoramento automático da frequência cardíaca**

No aplicativo, você pode definir que a medição da frequência cardíaca seja realizada ciclicamente. A frequência pode ser definida dentro de um determinado período de tempo. A medição automática é realizada sem a nossa intervenção. Para ativar o recurso, selecione “Dispositivo” e depois “Monitoramento contínuo da frequência cardíaca” no aplicativo. Definir medições automáticas reduz a vida útil da bateria.

---

## Funções disponíveis em um aplicativo dedicado

- **Modos esportivos adicionais**

Além dos modos esportivos básicos disponíveis no smartwatch, você pode adicionar modos adicionais. Para adicioná-los, selecione “Dispositivo” no aplicativo e depois “Sports push”.

- **Monitorando o ciclo de uma mulher**

Para ativar esta função, vá em “Perfil” e selecione “Calendário Menstrual”. Você deve conceder acesso ao calendário. No aplicativo você pode escolher entre 3 opções: ciclo menstrual, ciclo de preparação para gravidez e ciclo de gravidez. Depois de inserir os dados no aplicativo, o smartwatch registra os ciclos menstruais e lembra quando o próximo está previsto. Para definir os parâmetros, vá em “Perfil” e depois em “Calendário Menstrual” no aplicativo.

- **Objectivos**

No aplicativo você pode definir metas diárias de número de passos dados, distância percorrida e calorias queimadas. O relógio monitorará sistematicamente seu progresso em direção a essas metas. Dependendo do mostrador do relógio escolhido, você pode acompanhar suas conquistas diárias. Para definir metas, vá em “Perfil” e depois em “Meta”.

- **Configurações da unidade**

Para ajustar as unidades de comprimento, massa e temperatura, vá em “Perfil” e depois em “Unidades” no aplicativo.

---

## Informações gerais

### Dados técnicos

#### À prova d'água IP67\*\*

Permite usar o relógio enquanto lava as mãos ou em dias de chuva.

#### Processador RTL8762DK

Processador inovador com alto desempenho.

#### Bateria 400mAh

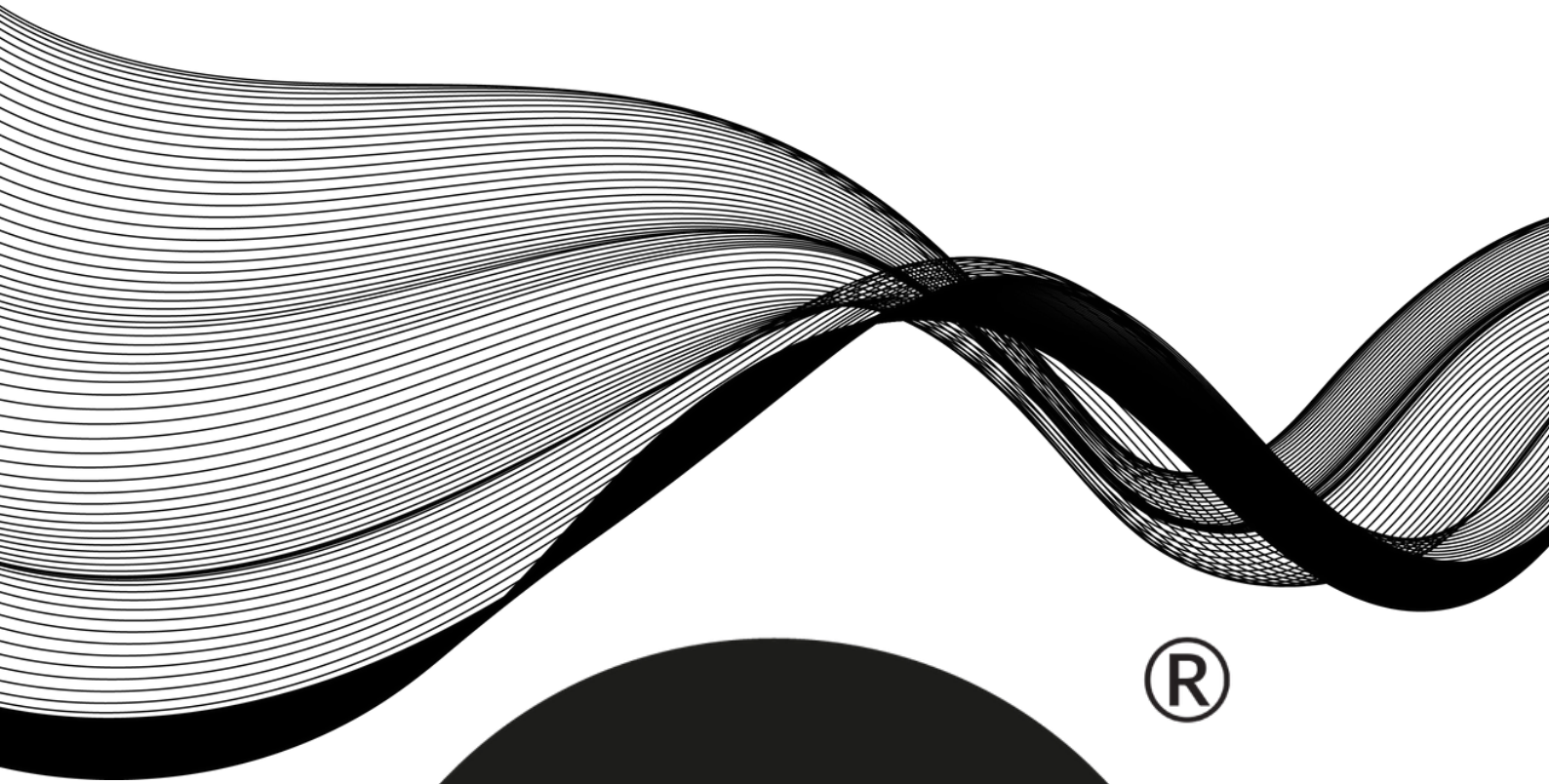
Bateria moderna de polímero de lítio com alta capacidade.

#### Ar livre

Materiais duráveis e uma pulseira de silicone fácil de limpar.



\*\*O padrão IP67 permite temperaturas da água de +10 a +35 graus Celsius e imersão a uma profundidade de 1 m por até 30 minutos. O relógio não pode ser utilizado em banhos quentes ou sauna, pois não é resistente ao vapor. Não se destina à natação, foi concebido para o ajudar a manter-se saudável.



®

WATCHMARK

