

Manual de utilizare

PulsGo

HEALTH ET572 Fit



Vă mulțumim că ați achiziționat ceasul inteligent PulsGo HEALTH ET572 Fit, care utilizează cele mai moderne tehnologii și senzori pentru monitorizarea funcțiilor corporale și a activităților fizice.

Înainte de prima utilizare, vă rugăm să citiți cu atenție acest manual de utilizare, care vă va facilita utilizarea ceasului.

1. Avertismente importante

- a) Ceasurile inteligente **nu pot fi confundate cu dispozitive medicale și aparate profesionale** pentru măsurarea funcțiilor medicale. Datele obținute prin intermediul ceasurilor inteligente sunt **doar orientative** și pot servi, de exemplu, ca motiv pentru a consulta un medic.
- b) Înainte de a porni și utiliza ceasul pentru prima dată, **încărcați-l la capacitatea maximă a bateriei** folosind cablul de alimentare magnetic inclus în pachet. Ciclul de încărcare durează aproximativ 2-5 ore, în funcție de tipul adaptorului de alimentare utilizat. La prima încărcare, vă recomandăm să conectați ceasul la cablul de alimentare și să îl lăsați să se încarce peste noapte. Mai multe informații în secțiunea „Alimentarea ceasului inteligent” de mai jos.
- c) Ceasurile inteligente **sunt rezistente la stropi de apă în condiții normale** de utilizare zilnică și sport. Ceasurile pot fi expuse la apă în timpul spălării mâinilor, transpirației în timpul sportului, ploii și situații similare. Cu toate acestea, ceasurile nu sunt impermeabile și nu pot fi utilizate pentru înot, scăldat și scufundări la adâncimi mai mari de 1 m.
- d) Este **strict interzisă utilizarea ceasului în saună, baie de aburi și alte instalații similare**. Moleculele de apă în stare gazoasă au o dimensiune mai mică decât moleculele de apă în stare lichidă și, prin urmare, nu este asigurată rezistența la pătrunderea aburului, care ulterior se condensează în apă.

2. Alimentarea ceasurilor inteligente

- a) Nu alimentați ceasul cu alte accesorii decât cele originale, deoarece acesta ar putea fi deteriorat sau distrus.
- b) La prima alimentare, asigurați-vă că ați îndepărtat toate foliile și elementele de protecție de pe ceas și de pe cablul de alimentare. Astfel, veți asigura și accelera alimentarea.
- c) Asigurați-vă că cablul magnetic este lipit de pinii de alimentare ai ceasului cu întreaga suprafață. La începerea procesului de alimentare, pe ecran se aprinde și clipește de trei ori o pictogramă verde care simbolizează alimentarea.
- d) Ceasurile inteligente trebuie alimentate cu un adaptor de alimentare cu un curent de ieșire de **5V/1A până la 5V/2A**. Ceasurile nu acceptă alimentarea cu adaptoare de alimentare cu putere mai mare, destinate alimentării rapide a altor dispozitive.

3. Setări inițiale

După oprirea alimentării, porniți ceasul inteligent apăsând lung butonul lateral de pe partea afișajului. Țineți butonul apăsat până când se activează afișajul.

La prima pornire a afișajului, ceasul va afișa mai întâi selecția limbii preferate. Glisați cu degetul pe ecran pentru a selecta limba preferată „Cehă” și confirmați selecția făcând clic pe limba selectată.

În pasul următor, va fi afișat codul QR destinat descărcării aplicației mobile G Band, care este necesară pentru utilizarea tuturor funcțiilor ceasului inteligent. Descărcați aplicația G Band conform instrucțiunilor de la punctul 4.

4. Descărcarea aplicației mobile G Band

Aplicația mobilă **G Band** este compatibilă cu toate telefoanele care utilizează sistemele de operare Android și IOS. Aplicația mobilă poate fi descărcată:

- 1) Scanând **codul QR** din imaginea de mai jos.
- 2) Introducând numele aplicației **G Band** în Play Store pentru telefoanele cu sistem de operare Android sau în App Store pentru telefoanele cu sistem de operare IOS.



5. Setarea permisiunilor aplicației

În timpul procesului de asociere a ceasului cu aplicația G Band, vi se va solicita de mai multe ori să **acordați permisiunea pentru aplicație**. Pentru a asigura toate funcțiile ceasului, este necesar să acordați aplicației toate permisiunile solicitate, cum ar fi accesul la locație, contacte, mesaje, notificări ale aplicației, rularea aplicației în fundal și altele.

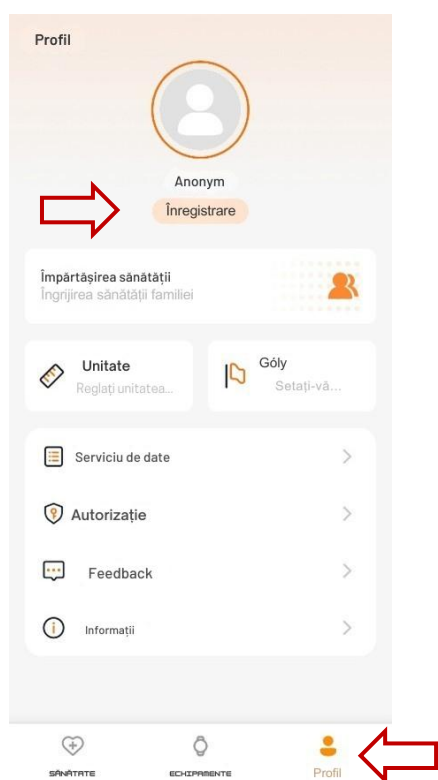
Dacă telefonul dvs. are activată funcția de economisire a energiei aplicațiilor și închide automat aplicația atunci când aceasta este inactivă, dezactivați această funcție pentru aplicația G Band. Dacă nu faceți acest lucru, ceasul se va deconecta automat de la aplicație de fiecare dată când ieșiți din interfața aplicației.

Toate permisiunile aplicației pot fi setate și gestionate oricând în viitor, selectând fila „**Profil**” din bara de jos a ecranului de start al aplicației și apoi fila „**Permisiuni**”.

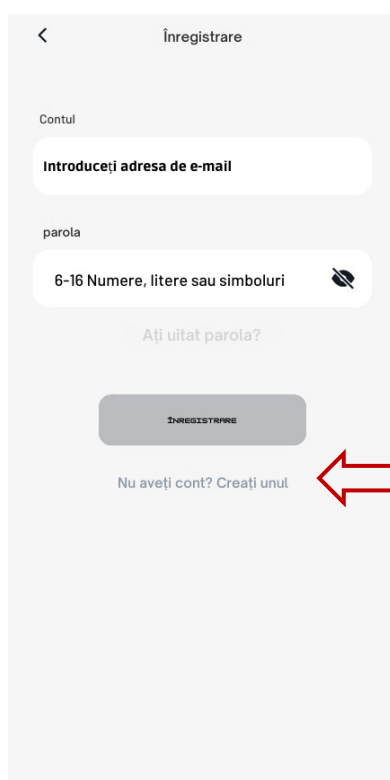
6. Crearea unui cont și prima conectare la aplicația G Band

După descărcarea cu succes, deschideți aplicația G Band și creați-vă propriul cont. În bara de jos a paginii de start a aplicației, selectați fila **„Profil”**, imaginea 1. În partea de sus, selectați opțiunea **„Conectare”**, imaginea 1. Pentru a crea un cont, apăsați **„Creați”**, imaginea 2. Introduceți datele solicitate și apăsați **„Următorul”**, imaginea 3. Pentru a finaliza înregistrarea, urmați instrucțiunile aplicației introducând codul pe care îl veți primi la adresa de e-mail specificată la înregistrare.

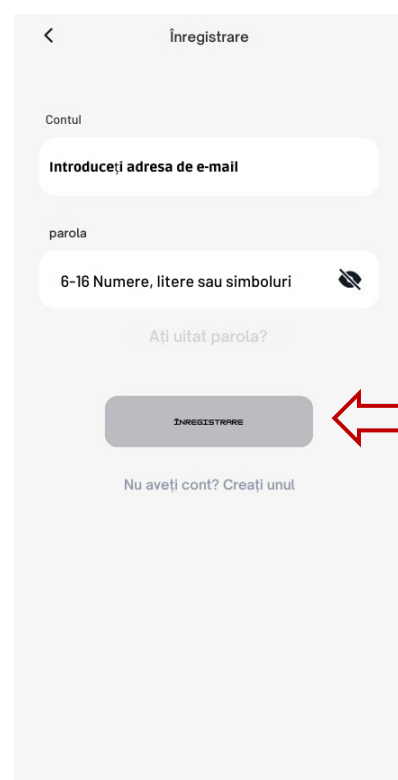
Notă: În timpul procesului de înregistrare, aplicația vă va solicita să introduceți date personale, cum ar fi vârsta, sexul, înălțimea, greutatea și altele. Pentru ca măsurătorile efectuate de ceas să fie cât mai precise, este necesar să introduceți date veridice și exacte. Toate datele pot fi modificate oricând în viitor în setările aplicației mobile. Pentru a modifica datele, selectați fila **„Profil”** din bara de jos a paginii de start a aplicației și faceți clic pe pictograma fotografiei de profil, sub care se află adresa de e-mail la care aveți contul de aplicație înregistrat.



Imagine 1



Imagine 2

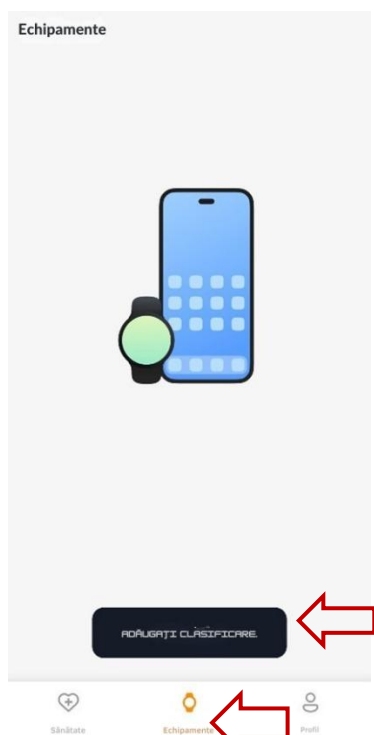


Imagine 3

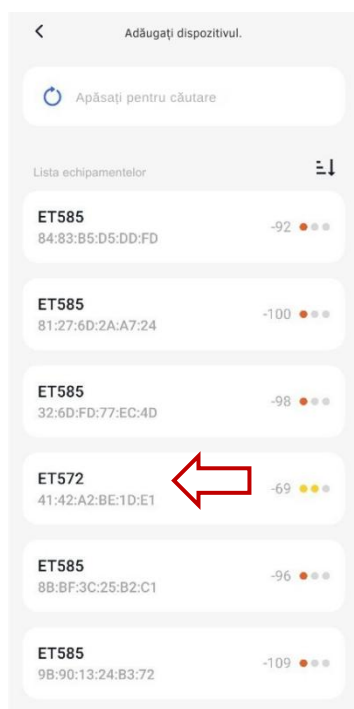
7. Conectarea ceasului inteligent cu aplicația mobilă

După înregistrarea cu succes a contului și introducerea tuturor datelor, faceți clic pe fila **„Dispozitive”** din bara de jos a paginii de start a aplicației și selectați **„Adăugați dispozitiv”**, imaginea 4. Aplicația va începe automat să caute toate dispozitivele din apropiere care sunt disponibile pentru asociere. Din opțiunile

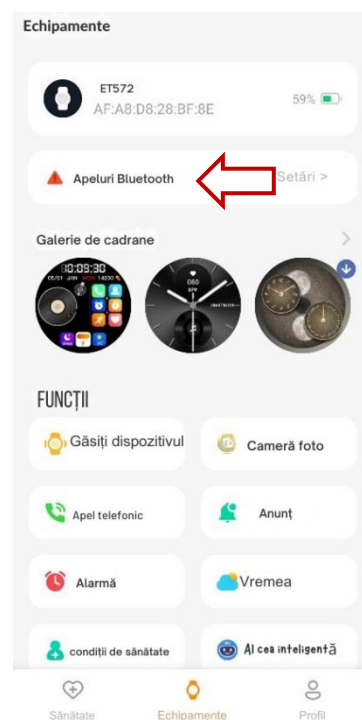
oferite, selectați dispozitivul cu numele „ET572” și conectați-vă la acest dispozitiv, imaginea 5.



Imagine 4



Imagine 5



Imagine 6

8. Apeluri telefonice

După conectarea cu succes a ceasului, data și ora se vor seta automat, iar datele măsurate se vor transfera în aplicația mobilă.

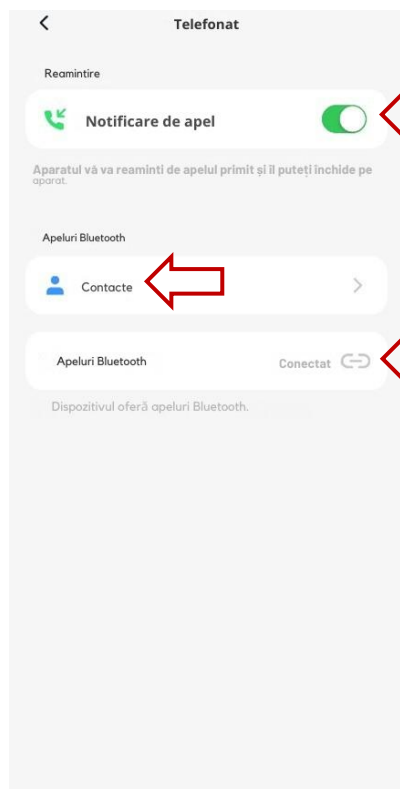
Dacă doriți să primiți apeluri telefonice prin intermediul ceasului inteligent, activați apelurile făcând clic pe „**Apeluri Bluetooth**”, imaginea 6. În pasul următor, activați „**Notificare apel**” dacă doriți ca ceasul să sune/vibreze la primirea unui apel. Apoi, adăugați și sincronizați contactele dorite și activați apelurile Bluetooth, imaginea 7.

Puteți modifica această setare oricând în viitor, accesând bara de jos a paginii de start a aplicației, fila „**Dispozitive**” și apoi fila „**Apel telefonic**”.

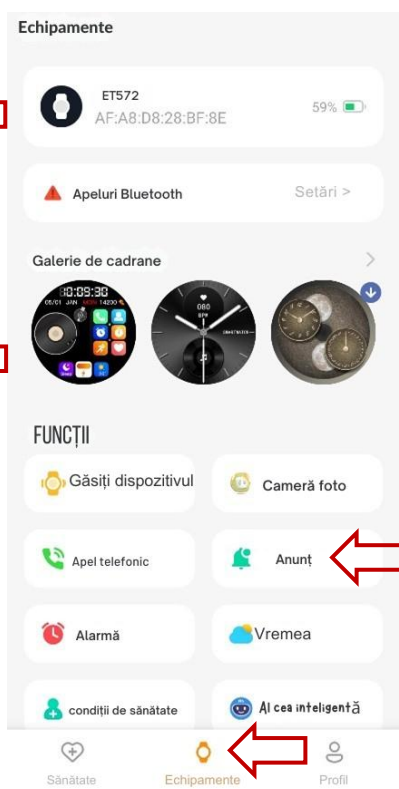
9. Mesaje SMS și notificări de pe rețelele sociale

Ceasul inteligent PulsGo HEALTH **ET572** permite afișarea mesajelor SMS, e-mailurilor și notificărilor din aplicațiile de pe telefonul mobil. Pentru activare, faceți clic pe bara de jos a paginii de start a aplicației pe fila „**Dispozitive**” și selectați fila „**Notificări**”, imaginea 8. Din opțiunile oferite, selectați notificările și aplicațiile de la care doriți să primiți notificări, imaginea 9.

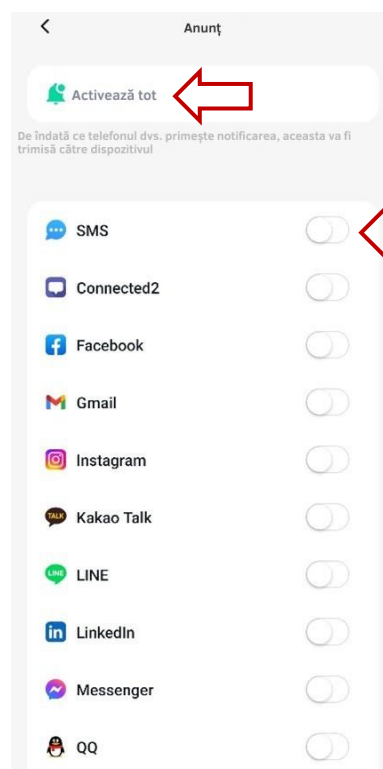
Notă: Apelurile telefonice prin intermediul ceasului sunt active numai atunci când ceasul este asociat cu telefonul mobil prin Bluetooth. Raza de acțiune a conexiunii wireless Bluetooth este de aproximativ 5-10 metri, în funcție de condițiile din jur. Dacă ceasul se îndepărtează de telefonul mobil la o distanță mai mare, conexiunea se va întrerupe automat. De îndată ce ceasul se apropie, conexiunea se va restabili automat.



Imagine 7



Imagine 8



Imagine 9

10. Salvarea contactelor

Prin intermediul aplicației mobile G Band, puteți sincroniza contactele din telefonul mobil și crea o agendă telefonică pentru a apela cu ușurință contactele direct de pe ceas. Pentru a sincroniza contactele, selectați fila **„Dispozitiv”** din bara de jos a ecranului de start al aplicației, apoi fila **„Apeluri”** – „Contacte”. Apăsați butonul „Adăugați” pentru a selecta din listă contactul pe care doriți să îl încărcați în ceas, imaginea 10.

Ceasul acceptă funcția de **apel SOS rapid**. Puteți activa această funcție direct pe ceasul inteligent apăsând butonul lateral timp de aproximativ 5 secunde. Ceasul va începe să apeleze automat **contactele SOS** până când

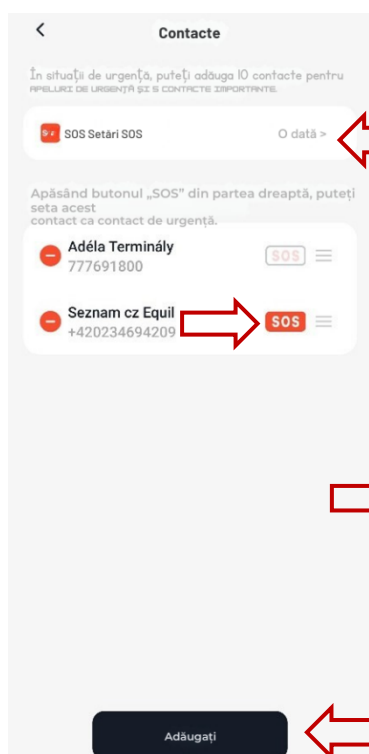
apelul va fi conectat. Dacă doriți să setați contactul respectiv pentru apeluri SOS, faceți clic pe simbolul „SOS” de lângă contactul respectiv.

Atenție: funcția este activă numai atunci când ceasul este asociat cu un telefon mobil.

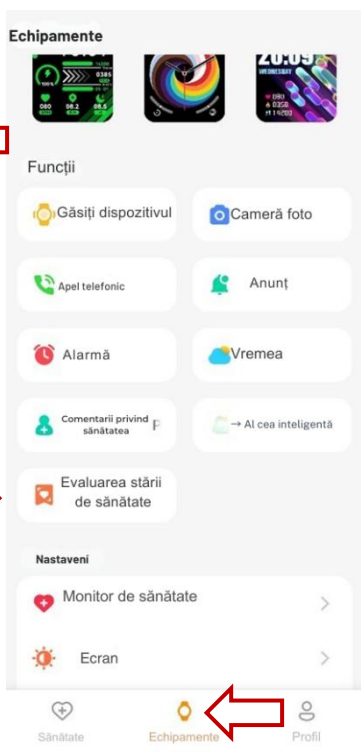
11. Activarea funcției de măsurare a glicemiei și a componentelor sanguine

Ceasul inteligent PulsGo HELATH ET572 Fit **permite monitorizarea nivelului de zahăr din sânge și a componentelor sanguine**. Deoarece unii utilizatori nu utilizează aceste măsurători, aceste funcții sunt inactive în setările de bază ale ceasului pentru a economisi energie și a simplifica **meniul – ascunse**. Dacă doriți să utilizați funcțiile de măsurare a nivelului de zahăr din sânge și a componentelor sanguine, trebuie să activați manual aceste funcții în aplicația mobilă.

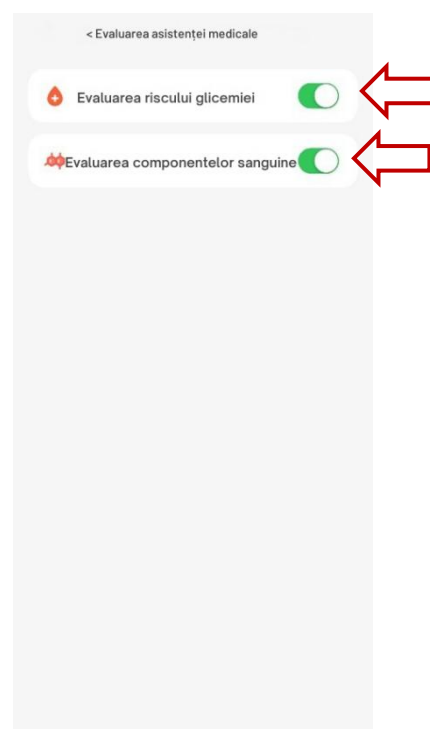
Pentru a activa funcția de **măsurare a nivelului de zahăr din sânge și a componentelor sanguine**, selectați fila „Dispozitiv” din bara de jos a ecranului de start al aplicației, apoi fila „Evaluarea riscurilor pentru sănătate” (figura 11). Activați funcțiile dorite, care vor fi afișate ulterior și în meniul ceasului (figura 12).



Imagine 10



Imagine 11



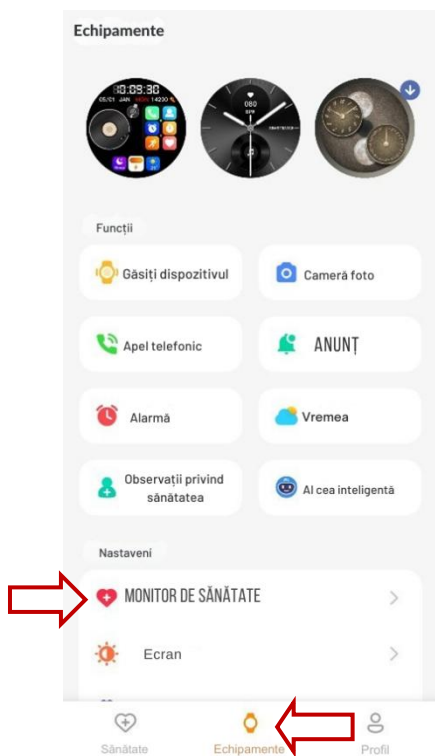
Imagine 12

12. Măsurare automată la intervale

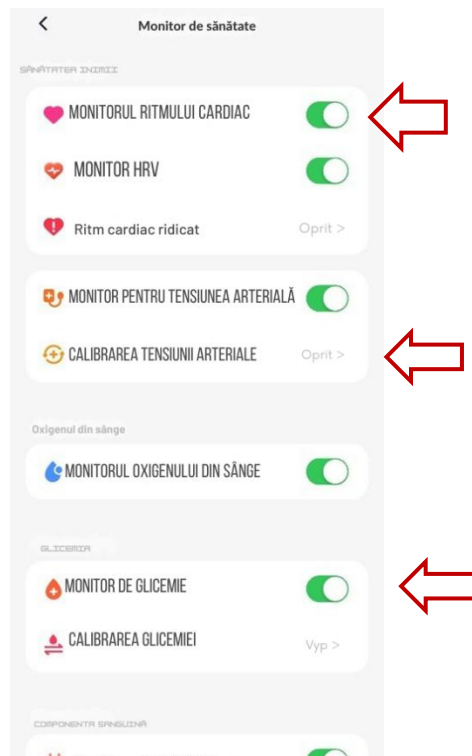
Ceasul inteligent PulsGo HELATH ET572 Fit permite măsurarea automată a ritmului cardiac, tensiunii arteriale, HRV, cantității de oxigen din sânge, glicemiei, componentelor sângelui, calității somnului, temperaturii corporale și stresului la intervale regulate de 10-30 de minute.

Pentru a seta și activa măsurarea automată, selectați fila „Dispozitiv” din bara de jos a ecranului de start al aplicației, apoi fila „Monitor de sănătate”,

Imaginea 13. Din opțiunile oferite, selectați măsurătorile automate pe care doriți să le activați, imaginea 14.



Imagine 13



Imagine 14

13. Calibrarea măsurătorilor

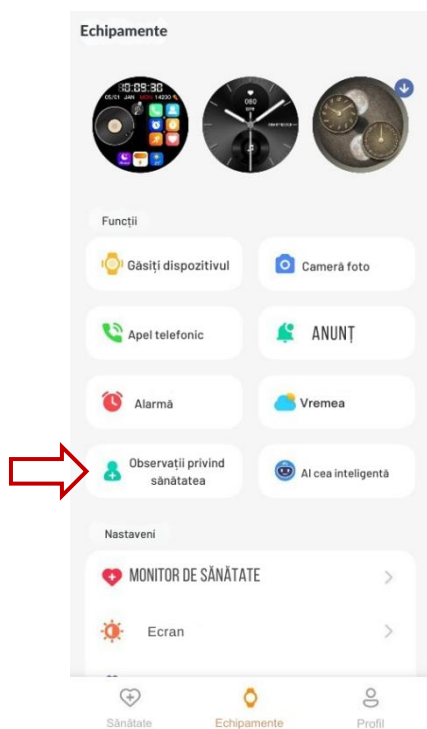
Ceasurile inteligente permit măsurarea neinvazivă a nivelului de zahăr din sânge, a tensiunii arteriale și a componentelor sângelui. Dacă doriți să monitorizați aceste valori, calibrați ceasul cu aparate de măsurare profesionale certificate. Astfel, veți crește semnificativ precizia măsurătorilor și veți reduce posibila abatere. Vă recomandăm să efectuați calibrarea cel puțin o dată pe lună.

Pentru a efectua calibrarea, selectați fila „**Dispozitive**” din bara de jos a ecranului de start al aplicației, apoi fila „**Monitor de sănătate**”, imaginea 15. Din opțiunile oferite, selectați „Calibrare tensiune arterială”, „Calibrare glicemie”, „Calibrare componente ale sângelui” și urmați instrucțiunile aplicației, imaginea 16. Mai multe informații și instrucțiuni detaliate pentru efectuarea calibrării sunt prezentate într-un manual de utilizare separat.

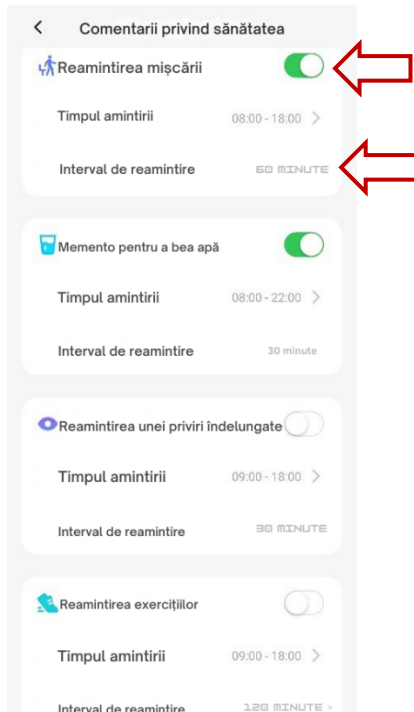
14. Atenție la regimul de hidratare, mișcare, medicamente

Pentru respectarea corectă a obiceiurilor zilnice, ceasul permite activarea notificărilor privind regimul de hidratare, perioadele lungi de inactivitate, administrarea medicamentelor, cititul cărților și altele.

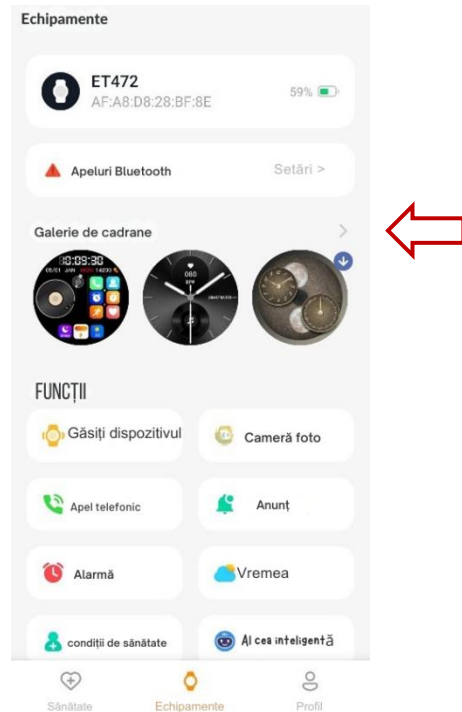
Pentru a activa și seta intervalele de timp specifice pentru aceste alerte de calibrare, selectați fila „**Dispozitiv**” din bara de jos a ecranului de start al aplicației, apoi fila „**Mementouri de sănătate**”, imaginea 16. Din opțiunile oferite, activați alertele pe care doriți să le primiți și setați intervalele de timp individuale, imaginea 17.



Imagine 15



Imagine 16



Imagine 17

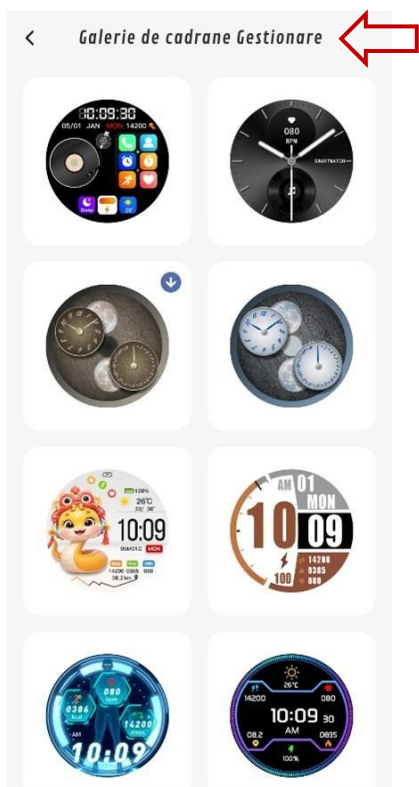
15. Schimbarea temei cadranului / setarea unei fotografii personalizate

Ceasurile inteligente permit schimbarea temei cadranului inițial sau încărcarea unei fotografii personale pe cadranul inițial. Direct pe ceas, puteți alege dintre 5 teme pentru cadranul inițial. Pentru a schimba tema, apăsați lung pe ecranul inițial al ceasului timp de 5 secunde, activând astfel interfața de selectare a temei.

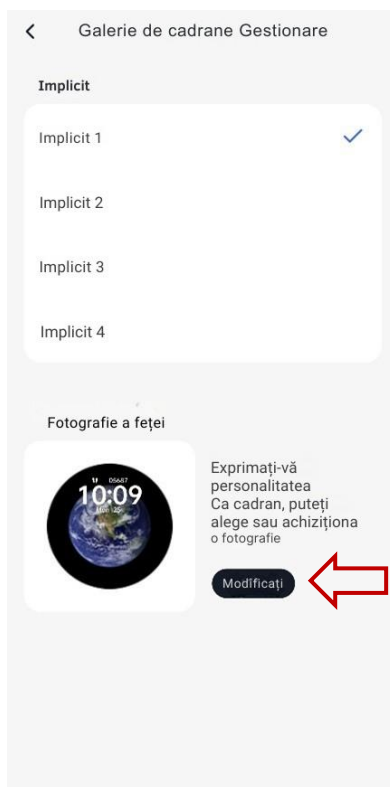
În aplicația mobilă **G Band** sunt disponibile alte sute de teme pentru cadranul inițial, care pot fi încărcate gratuit în ceas. Pentru a selecta alte teme pentru cadranul inițial, selectați fila „**Dispozitiv**” din bara de jos a ecranului inițial al aplicației, apoi fila „**Galerie cadrane**”, imaginea 18.

Prin intermediul aplicației mobile, puteți încărca pe ecranul de start o fotografie proprie sau o imagine din galeria telefonului mobil. Pentru a încărca o fotografie proprie, selectați fila „**Dispozitive**” din bara de jos a ecranului de start al aplicației, apoi fila „**Galerie cadrane**”. În partea de sus a interfeței, selectați

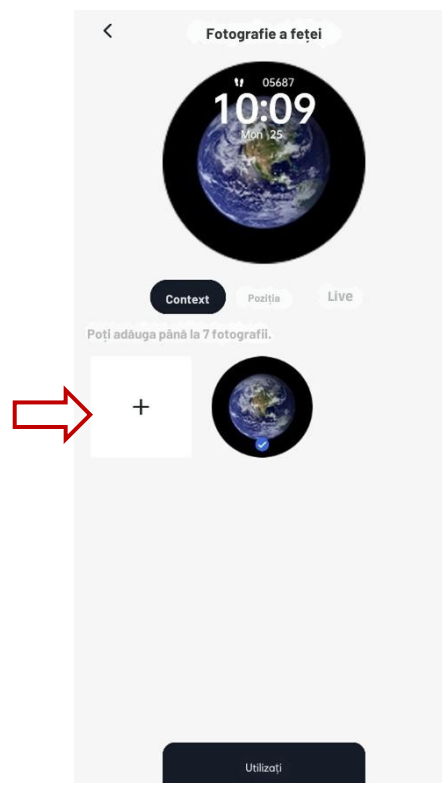
„**Gestionare**”, imaginea 16. Apoi faceți clic pe „**Editați**”, imaginea 19 și pe semnul „+”, imaginea 20. Din meniu, selectați dacă doriți să creați o fotografie nouă folosind camera telefonului sau să selectați o fotografie/imagine deja creată din galeria telefonului.



Imagine 18



Imagine 19



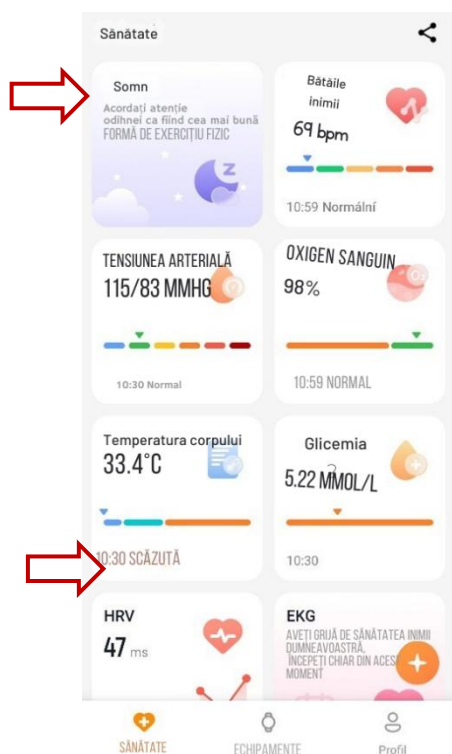
Imagine 20

16. Măsurători și istoricul măsurătorilor

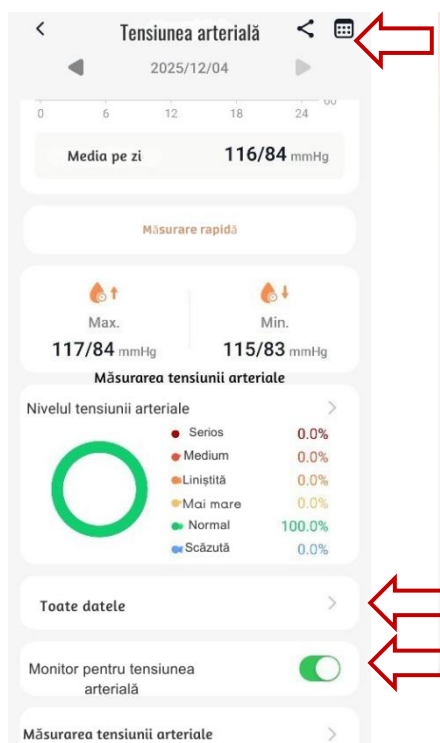
Prin intermediul aplicației mobile, este posibil să vizualizați oricând valorile măsurate în prezent, evoluția măsurătorilor zilnice la intervale și istoricul măsurătorilor din ultimele 30 de zile pentru puls, tensiune arterială, HRV, cantitatea de oxigen din sânge, glicemie, componente ale sângelui, compoziția corpului, calitatea somnului, temperatura corpului și stresul. Pentru a se efectua măsurători regulate ale valorilor și transferul acestora în aplicație, Trebuie să fie activată opțiunea „**Măsurare automată la intervale**”, vezi pagina 7, paragraful 11 din acest manual de utilizare.

P Pentru a afișa valorile măsurate, selectați fila „Sănătate” din bara de jos a ecranului de start al aplicației, selectați măsurătoarea dorită și accesați interfața cu afișarea valorilor măsurate, imaginea 21. În interfața valorilor date, puteți porni măsurarea manuală „Măsurare rapidă”, afișa evoluția măsurării

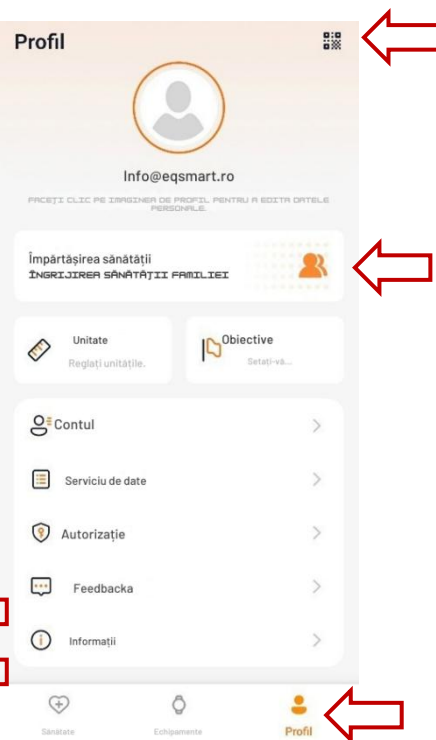
zilnice „Toate datele”, activa/dezactiva măsurarea automată a valorii date, afișa istoricul măsurărilor din ultimele 30 de zile „pictograma calendar”, imaginea 22.



Imagine 21



Imagine 22



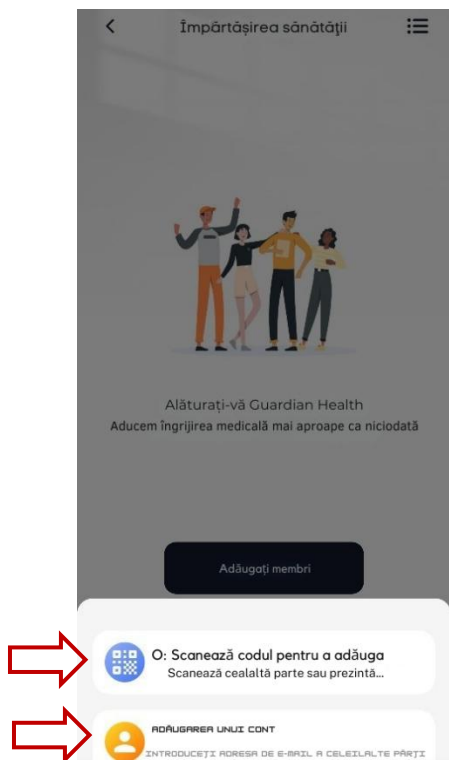
Imagine 23

17. Partajarea măsurărilor cu alți membri ai familiei

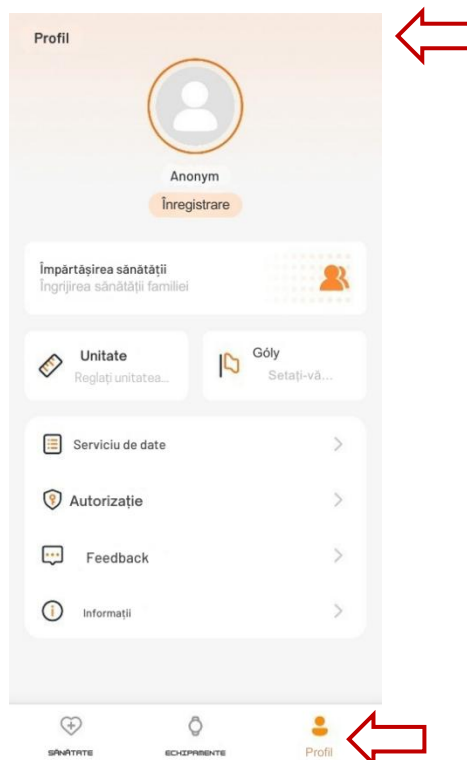
Datele transferate de la ceasul inteligent la aplicația mobilă pot fi partajate cu alți membri ai familiei, care astfel au o imagine de ansamblu asupra stării actuale de sănătate a utilizatorului în timp real. Pentru a partaja datele, este necesar ca noul utilizator cu care doriți să partajați datele să descarce aplicația G Band pe telefonul său mobil și să își înregistreze propriul cont.

Pentru a configura partajarea, selectați fila **„Profil”** și fila „Partajare sănătate” din bara de jos a ecranului de start al aplicației, imaginea 23. Apoi selectați **„Adăugați membri”** și alegeți modul în care doriți să partajați datele.

Alege una dintre cele două opțiuni: 1) introdu adresa de e-mail pe care noul utilizator și-a creat contul în aplicația mobilă G Band sau 2) scanează codul QR unic pe care noul utilizator îl va afișa în aplicația sa, imaginea 24. Pentru a afișa codul QR, fă clic pe pictograma codului QR din colțul din dreapta sus al aplicației mobile, în interfața „Profil”, imaginea 25.



Imagine 24



Imagine 25

18. Măsurarea ECG cu ajutorul ceasurilor inteligente

Accesați interfața de măsurare ECG de pe ceasul inteligent și faceți clic pe „Porniți măsurarea”. Apăsați și țineți apăsat electrodul lateral cu degetul arătător al mâinii drepte și asigurați-vă că ambii senzori optici inferiori sunt în contact complet cu pielea. Rezultatele testului pot fi vizualizate în aplicația mobilă. Notă: Rezultatele testului sunt doar informative și nu trebuie folosite ca date medicale.



19. Măsurarea compoziției corpului

Accesați interfața de măsurare a compoziției corporale de pe ceasul inteligent și faceți clic pe „Porniți măsurarea”. **Apăsați și țineți apăsat electrodul lateral** cu degetul arătător al mâinii drepte și asigurați-vă că ambii senzori optici inferiori sunt în contact complet cu pielea. După finalizarea testului, va fi afișat un mesaj cu privire la elementele testate corespunzătoare, iar datele vor fi transferate automat în aplicația mobilă.

