

# S1MPLØ



MANUAL DE INSTRUÇÕES

## MANUAL DE INSTRUÇÕES

### 1. CONGRATULA-SE

Estimado Cliente,

obrigado por comprar este SIMPLO smartwatch à Domethics.

Por favor, leia as instruções fornecidas neste manual para obter o máximo deste produto.

### 2. INFORMAÇÕES DE SEGURANÇA

Ao utilizar este dispositivo, seguir sempre as precauções básicas de segurança listadas abaixo para reduzir o risco de acidentes, choques eléctricos, ferimentos e incêndios.

1. Desligue o dispositivo perto de plantas químicas, bombas de gasolina e outros locais que contenham objectos explosivos.
2. Enquanto conduz, evite olhar para o rosto do smartwatch durante demasiado tempo, não altere as definições, ou utilize quaisquer funções que exijam a sua atenção durante um período de tempo prolongado.
3. Desligue o dispositivo num avião e não o ligue durante o voo.
4. Tenha cuidado ao utilizar o smartwatch perto de dispositivos como pacemakers, próteses áudio e outros implantes electromédicos que possam receber interferências do sinal de rádio do telemóvel.
5. Nunca desmonte o dispositivo sozinho.
6. Carregue num ambiente bem ventilado e afaste-se de fontes inflamáveis e altamente explosivas.
7. Para evitar a desmagnetização, manter o dispositivo longe de discos rígidos, cartões de crédito e outros objectos que funcionem com campos magnéticos.
8. Salvo indicação em contrário no manual, manter o dispositivo afastado de líquidos. Se cair na água, não tente ligá-lo novamente até que esteja completamente seco e tenha a certeza de que não há humidade no seu interior.
9. Evite utilizar o dispositivo em ambientes com temperaturas extremamente baixas ou altas. Nunca deixar o dispositivo num ambiente exterior com luz solar directa, humidade elevada ou cheio de pó.
10. Não utilize líquidos ou detergentes fortes para limpar o dispositivo.

#### 2.1 AVISOS DE BATERIA

Evitar expor o dispositivo a fontes de calor e temperaturas elevadas (por exemplo, não o deixar num veículo estacionado ao sol).

O produto está equipado com uma bateria que pode explodir ou incendiar-se se for mal manuseado.

Para evitar que a bateria expluda ou pegue fogo, não tente abri-la ou repará-la.

Não desmontar, bater, perfurar, provocar curto-circuito ou atirar a bateria para o fogo. Não a deixe cair na água nem a exponha a temperaturas superiores a 60 graus. Não tentar substituir a bateria. Não utilizar objectos afiados para remover a bateria. Mantenha-a fora do alcance das crianças.

#### 2.2 UNIDADE MÉDICA

A utilização de equipamento que transmite sinais de rádio, por exemplo, telemóveis, pode interferir com equipamento médico inadequadamente protegido. Consultar um médico ou o fabricante do dispositivo médico para determinar se este dispõe de protecção adequada contra sinais de rádio externos.

Se houver sinais que proíbam a utilização de telemóveis, é obrigado a observá-los. Os hospitais ou outras instalações médicas utilizam dispositivos que podem ser sensíveis aos sinais de rádio externos.

### 2.3 PACEMAKER

Os fabricantes de pacemakers recomendam uma distância de pelo menos 15 cm entre um telemóvel e um pacemaker para evitar o risco de interferência com o pacemaker. Estas recomendações estão em conformidade com a investigação independente e as sugestões da WTR (Wireless Technology Research).

Pessoas com pacemakers

não deve transportar o dispositivo num bolso no peito.

deve usar o dispositivo no lado oposto do pacemaker para reduzir o risco de interferência. Se houver suspeita de um risco de interferência, desactivar o dispositivo.

### 2.4 ÁREAS COM RISCO DE EXPLOSÃO

Desligue sempre o dispositivo quando estiver numa área onde haja risco de explosão e obedeça a todos os sinais e instruções. Há risco de explosão em locais, incluindo áreas onde é normal ter de desligar o motor do carro. Dentro de uma área, as faíscas podem criar uma explosão ou incêndio que pode levar a ferimentos pessoais ou mesmo à morte.

Desligar a unidade em estações de serviço ou perto de bombas de combustível ou garagens.

Observar os limites que se aplicam à utilização de equipamento de rádio perto de locais onde o combustível, produtos químicos ou explosivos são armazenados.

As áreas em risco de explosão são frequentemente, mas nem sempre, claramente identificadas.

Isto também se aplica a telhados baixos (em navios), transporte ou armazenamento de químicos, veículos que utilizam combustível líquido, áreas onde o ar contém químicos ou partículas metálicas (tais como grãos ou pó).

### 2.5 O PRODUTO NÃO É UM DISPOSITIVO MÉDICO E DEVE SER UTILIZADO COM CAUTELA

Este dispositivo não é um dispositivo médico. Nenhum dos dados recolhidos ou medições efectuadas pode ser utilizado para efeitos de diagnóstico ou aplicado para qualquer função médica (salvo especificação em contrário do seu médico ou de um centro cirúrgico médico). Por função médica entendemos a prevenção, monitorização, tratamento, diagnóstico de qualquer patologia. O dispositivo é concebido e destinado única e exclusivamente à aptidão física como uma prática amadora.

É necessário consultar um médico antes de iniciar ou modificar um programa de treino e também antes de utilizar o dispositivo se estiver a tomar medicamentos foto-sensíveis ou se tiver uma ou mais das seguintes condições: doenças específicas do coração ou doenças gerais, epilepsia ou sensibilidade a luzes intermitentes, fluxo sanguíneo restrito, susceptibilidade ou sensibilidade a convulsões de vários tipos, tendinites, síndrome do túnel do carpo, intolerâncias ou alergias ao níquel ou ao plástico, outras perturbações músculo-esqueléticas.

É imperativo interromper a utilização do dispositivo se sentir formigueiro, ardor, dor, sonolência, rigidez nos membros enquanto ou depois de o usar.

### 2.6 AVISOS SOBRE O USO DA BRAÇADEIRA

O aparelho não é um brinquedo. Em particular, a sua inserção na boca deve ser evitada, especialmente por crianças, para evitar engolir e/ou engasgar-se.

O dispositivo não deve ser apertado excessivamente quando usado para permitir a circulação de ar e deve ser removido de tempos a tempos.

O dispositivo, em caso de contacto prolongado, pode causar irritação cutânea em algumas pessoas predispostas. Se ocorrer comichão, irritação, vermelhidão, inchaço da pele, por favor, interromper a utilização do dispositivo.

Durante a condução e em qualquer outra situação em que a distração possa causar uma situação perigosa ou perigosa, por favor, abster-se de verificar as notificações no visor.

### 3. ESPECIFICAÇÕES TÉCNICAS

- CPU: N52832 Nórdico
- Acelerómetro: sensor 3D
- Tamanho do ecrã: 1.3- OLED
- Peso: 38 g
- Data Sync: BT 4.0
- Faixa de temperatura: -10°~50°
- Resistência à água: IP68
- Tipo de bateria: Polímero de lítio
- Capacidade da bateria: 240 mAh
- Tempo de espera: 30 dias
- Utilização normal: 5 dias
- Utilização frequente: 3 dias
- Sistemas compatíveis: Android 8.1 e superior, iOS 13 e superior

### 4. CONTEÚDO DO PACOTE

No pacote encontrará:

1 smartwatch

1 manual do utilizador

1 cabo de alimentação

Manter o material de embalagem e o manual do utilizador num local seguro e para efeitos de garantia.

### 5. GUIA RÁPIDO

#### 5.1 DESCARREGANDO A APLICAÇÃO "SIMPLO".

A fim de definir o tempo e poder utilizar todas as funcionalidades, o smartwatch deve ser emparelhado com um smartphone através da aplicação SIMPLO dedicada.

Antes de descarregar, verificar a compatibilidade do sistema operativo e do protocolo Bluetooth. Para descarregar a aplicação SIMPLO, vá a [www.simplo01.com](http://www.simplo01.com) e será redireccionado para Google Play ou para a App Store. Siga as instruções no guia do utilizador incluído no pacote.

#### 5.2 CARREGAMENTO DO DISPOSITIVO

Antes de começar, verifique se a bateria está carregada. Caso contrário, recarregar o dispositivo. Primeiro localizar o "pino" de carga na parte inferior do relógio e ligar o cabo de carga USB fornecido através dos ímanes. Ligar o cabo a uma porta USB num PC/MAC (porta DCSV-500 mA normal) ou a um carregador USB (não fornecido).

Premir durante muito tempo o botão na lateral do ecrã do dispositivo para o ligar.

#### 5.3 PRIMEIROS PASSOS

Antes de iniciar a aplicação, verifique se a opção Bluetooth está activada no seu smartphone.

Enquanto procura e emparelha o dispositivo, prima o botão/ecrã e active o dispositivo (ecrã ligado). Ser-lhe-á pedido que registe apenas a primeira vez, após a qual terá de iniciar sessão.

#### 5.4 LIGAÇÃO AO DISPOSITIVO

Para emparelhamento, consultar o manual "Configuration Wizard" que pode ser descarregado em [www.simplo01.com](http://www.simplo01.com).

### 6. DECLARAÇÃO CE

Domethics S.r.l. declara que este smartwatch está em conformidade com os requisitos essenciais e outras disposições relevantes de disposições relevantes da Directiva 2014/53/UE.

O texto completo da Declaração de Conformidade está disponível em [www.simplio01.com](http://www.simplio01.com).

## 7. ELIMINAÇÃO DO DISPOSITIVO

No final da vida útil do produto, não elimine este produto em resíduos normais, mas entregue-o a um ponto de recolha para a reciclagem de dispositivos eléctricos e electrónicos, em conformidade com a Directiva REEE 207 2-19 UE. O símbolo do contentor de lixo riscado no produto, o guia do utilizador e/ou a caixa indicam esta informação.

Alguns dos materiais utilizados no fabrico do dispositivo podem ser reutilizados se forem entregues a um ponto de recolha.

Ao reutilizar algumas peças ou materiais do produto, está a dar um contributo importante para a protecção ambiental. Contacte as suas autoridades locais para verificar se existem pontos de recolha na área. Em qualquer caso, retire a bateria antes de eliminar o dispositivo.

Elimine as baterias de uma forma ecológica, de acordo com os regulamentos em vigor.

## 8. LIMPEZA E MANUTENÇÃO

Não limpar qualquer parte do dispositivo com solventes de benzeno ou outros químicos, pois estes podem causar danos permanentes ao produto (não cobertos pela garantia).

Se necessário, limpar o dispositivo com um pano ligeiramente humedecido.

Manter o dispositivo afastado de chamas abertas, fontes de calor, condições húmidas ou luz solar intensa. NÃO o deitar na água.

## 9. GARANTIA E SERVIÇO

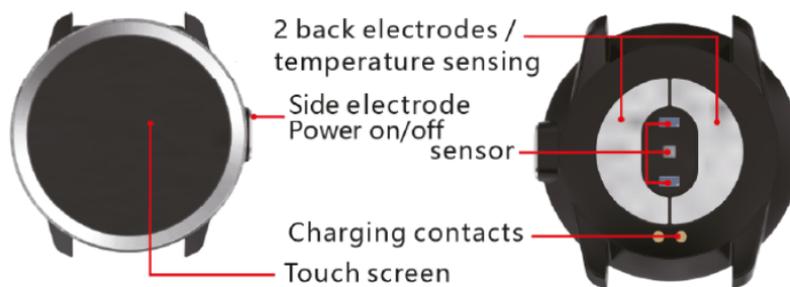
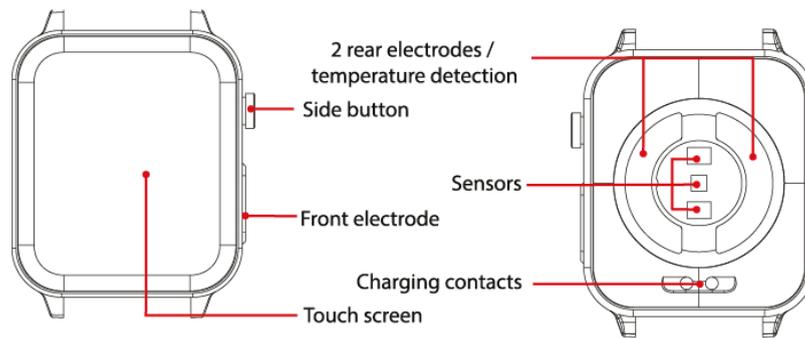
O dispositivo tem uma garantia de 24 meses a partir da data indicada no recibo ou no recibo de venda. Esta garantia não cobre falhas ou defeitos causados por acidente, mau uso, desgaste ou negligência, relâmpagos, sabotagem do dispositivo ou qualquer tentativa de desmontagem ou reparação por qualquer outra pessoa que não seja um técnico aprovado. As reclamações de garantia podem ser feitas devolvendo o produto ao revendedor onde o produto foi adquirido ou contactando o nosso departamento de serviço ao cliente em [contact.us@domethics.com](mailto:contact.us@domethics.com).

O fabricante declara que a utilização deste dispositivo não implica o envio de dados a terceiros. Os dados utilizados ou recolhidos são todos de forma anónima e são armazenados exclusivamente no smartwatch e Smartphone, salvo autorização consciente em contrário do proprietário através da aplicação.

Nos modelos em que certas informações são recolhidas (por exemplo, frequência cardíaca, passos, etc.), estas são armazenadas exclusivamente no Smartphone e podem ser apagadas pelo utilizador em qualquer altura, salvo autorização consciente do proprietário, emitida através da aplicação.

## 10. INSTRUÇÕES RÁPIDAS DE UTILIZAÇÃO

## INTRODUÇÃO DE COMPONENTES



(2 eléctrodos traseiros / detecção de temperatura / botão lateral / eléctrodo frontal - contactos de carregamento / ecrã táctil)

### 10. 1 CARREGAR E ACTIVAR O RELÓGIO

O relógio deve ser carregado e activado antes de ser utilizado pela primeira vez. Utilizar o cabo de carga magnético fornecido.

Ligue a extremidade com os dois ímanes aos ímanes do relógio e a outra extremidade do cabo de carga com a tomada USB à ligação USB do seu computador.



### 10. 2 INSTALAR A APLICAÇÃO DO RELÓGIO

Digitalize o código QR em frente ou entre na loja de aplicações Appie ou Google Play Android para descarregar e instalar "SIMPLO".

Requisitos do dispositivo: iOS 13 e superior; Android 8.1 e superior, Bluetooth 4.0 é suportado.



#### REGISTO DO PERFIL NO SIMPLO.APP

1. Aceitar os termos de utilização
2. Introduza o seu e-mail e uma palavra-passe segura
3. Vá ao seu e-mail e clique no link no e-mail recebido para activar a sua conta
4. Volte para a aplicação e introduza novamente o seu e-mail e palavra-passe
5. Ligue o seu SPORTPIX OU QUADRANT, clicando no botão "+" e depois no ícone "wearable" e depois nas instruções da aplicação.
6. Após definir os termos de utilização (recomendamos que aceite as notificações), encontrará a lista de dispositivos disponíveis.
7. Seleccione o seu relógio clicando no respectivo código (o código pode ser encontrado em SPORTPIX OU QUADRANT, activando o ecrã e arrastando o ecrã de cima para baixo. No ecrã seguinte, encontrará o ícone 'i'. Clique sobre ele e o código do dispositivo aparecerá.
8. Na aplicação, clique no código correspondente ao seu relógio
9. Aguarde que o aplicativo se sincronize com o seu SPORTPIX OU QUADRANT

Na interface principal, prima o ecrã para mudar a interface de marcação.

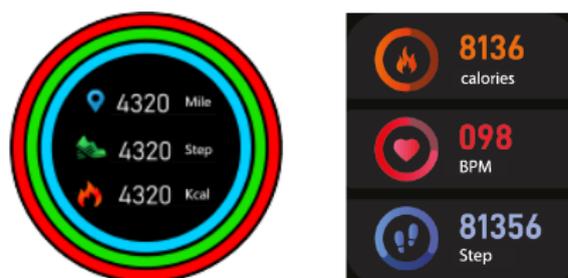


Na interface principal, premir o botão lateral ou deslocar-se para cima para entrar na página de funções, depois premir o botão lateral ou deslocar-se para baixo para regressar à interface principal



#### 10.4 CALORIAS/BPM/PACES

Para ver calorias queimadas, ritmo cardíaco por minuto e passos dados, passe o dedo da direita para a esquerda no ecrã táctil do relógio.

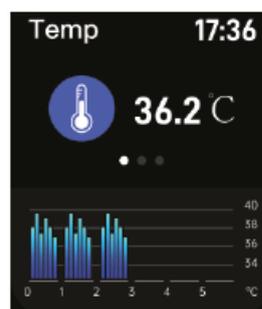
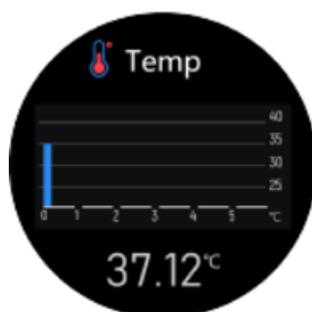


## 10,5 INTERFACE DE TEMPERATURA CORPORAL

Para fazer uma medição de temperatura, certifique-se de que o relógio é colocado firmemente no pulso e que os sensores estão em bom contacto com a sua pele. Passe o seu dedo da direita para a esquerda duas vezes para mudar do ecrã principal para o ecrã de medição da temperatura.

Uma vez no ecrã, a medição começará automaticamente. Espere pelo menos 30 segundos para que a sua temperatura corporal seja exibida.

Nota: Durante o teste da temperatura corporal, o fundo do relógio deve estar em contacto total com a sua pele (iniciar a medição 10 minutos depois de a ter colocado no pulso). O teste de temperatura corporal será influenciado pela diferença de temperatura do ambiente. O resultado serve apenas como uma indicação. Para medições precisas, utilizar equipamento médico profissional.



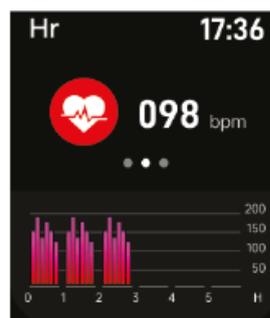
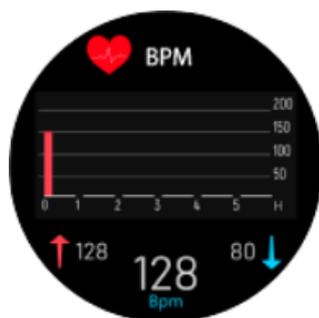
## 10.6 MONITORIZAÇÃO DO RITMO CARDÍACO

Para medir o ritmo cardíaco, certifique-se de que o relógio é colocado firmemente no pulso e que os sensores estão em bom contacto com a sua pele.

Passe da direita para a esquerda três vezes para passar do ecrã principal para o ecrã de medição do ritmo cardíaco. Uma vez no ecrã, a medição começará automaticamente.

Espere pelo menos 30 segundos para que o seu ritmo cardíaco seja exibido.

NOTA: A medição é puramente indicativa e não tem qualquer valor médico. Para efectuar uma medição precisa, recomendamos que consulte um médico ou que utilize um dispositivo médico profissional.



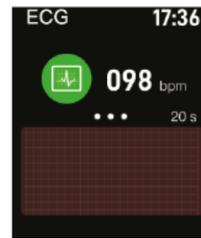
## 10.7 ECG

Para efectuar um ECG, certifique-se de que o relógio é colocado firmemente no pulso com os sensores traseiros em bom contacto com a sua pele.

Ao iniciar, coloque o seu dedo indicador no eléctrodo lateral localizado por baixo do botão lateral. Verifique se o seu dedo está em bom contacto com o eléctrodo. Para iniciar a medição, passe o seu dedo da direita para a esquerda quatro vezes para mudar do ecrã principal para o ecrã de medição do ECG.

Uma vez no ecrã, a medição começará automaticamente. Se a medição for iniciada a partir do relógio, a medição será contínua. Para efectuar uma medição cronometrada, iniciar o ECG a partir do APP e esperar até a barra de progresso atingir 100%. No final da medição a partir do APP, aparecerá um relatório de análise.

NOTA: A medição é puramente indicativa e não tem qualquer valor médico. Para efectuar uma medição precisa, recomendamos que consulte um médico ou que utilize um dispositivo médico profissional.

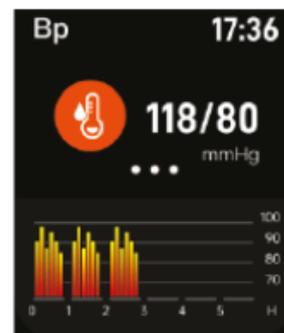


### 10.8 MONITORIZAÇÃO DA TENSÃO ARTERIAL

Para visualizar a interface da tensão arterial, passe o dedo da direita para a esquerda cinco vezes para mudar do ecrã principal para o ecrã de monitorização da tensão arterial. A tensão arterial é gerada por um algoritmo e é puramente indicativa.

Para refinar a figura, é importante ter introduzido primeiro os dados gerais correctamente (sexo, idade, peso, etc.).

NOTA: A medição é puramente indicativa e não tem qualquer valor médico. Para fazer uma medição precisa, recomendamos que consulte um médico ou que utilize um dispositivo médico profissional.



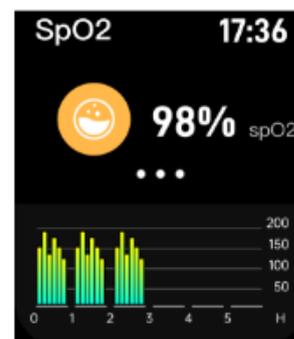
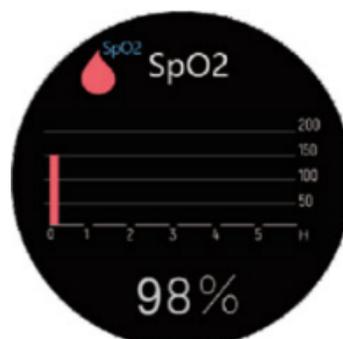
### 10.9 INTERFACE DE OXIGÉNIO SANGUÍNEO

Para fazer uma medição do oxigénio no sangue, certifique-se de que o relógio é colocado firmemente no pulso e que os sensores estão em bom contacto com a sua pele.

Passa o seu dedo da direita para a esquerda seis vezes para passar do ecrã principal para o ecrã de medição do oxigénio sanguíneo.

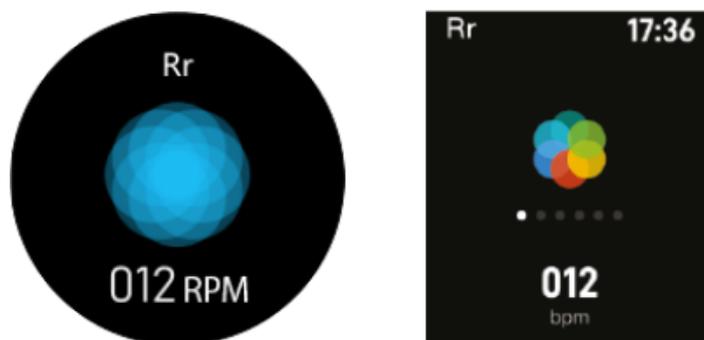
Uma vez no ecrã, a medição começará automaticamente. Espere pelo menos 30 segundos para que o seu oxigénio sanguíneo seja exibido.

NOTA: A medição é puramente indicativa e não tem qualquer valor médico. Para fazer uma medição precisa, recomendamos que consulte um médico ou que utilize um dispositivo médico profissional.



## 10.10 INTERFACE DA TAXA RESPIRATÓRIA

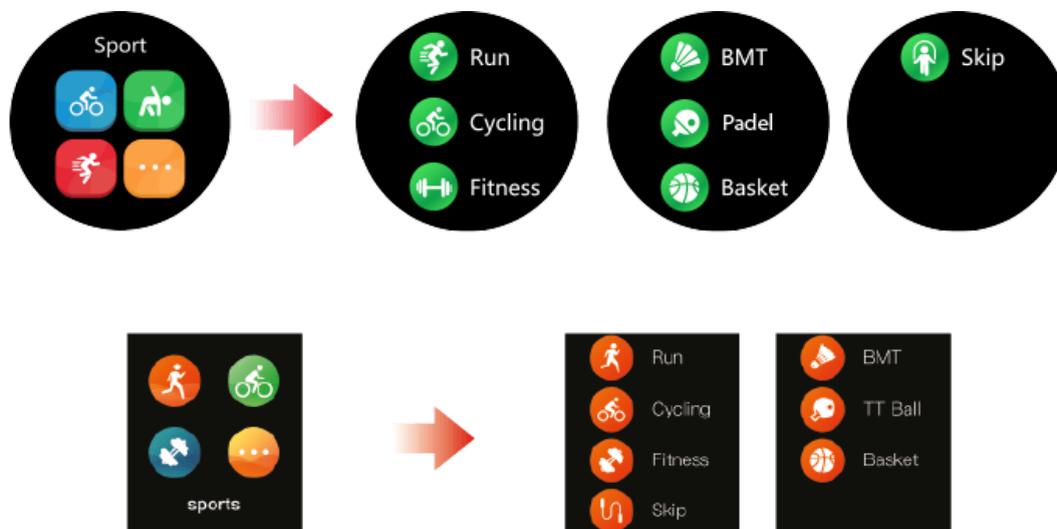
Para visualizar a interface da taxa respiratória, passe o dedo da direita para a esquerda sete vezes para mudar do ecrã principal para o ecrã de monitorização da taxa respiratória. Aguarde pelo fim da medição para visualizar o resultado.



## 11.1 MODO DESPORTIVO

Para mostrar a interface do modo desportivo, passe o dedo da direita para a esquerda oito vezes para mudar do ecrã principal para a interface do modo desportivo. Há vários modos de desporto à escolha. Clique no ícone do exercício para aceder ao exercício correspondente.

Desloque-se para cima ou para baixo para mudar os modos. Clicar para iniciar a medição, rolar para a direita para sair.



## 11.2 INFORMAÇÃO METEOROLÓGICA

A página do tempo mostra a situação meteorológica em tempo real. Para ver a informação, deslize o dedo para cima três vezes a partir do ecrã principal. Para o posicionamento, é necessário activar as definições a partir do telefone.



### 11.3 MONITORIZAÇÃO DO SONO

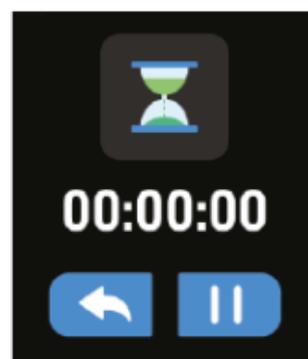
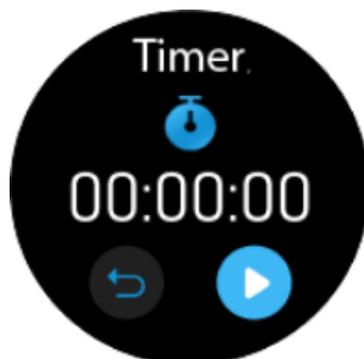
Quando adormece, o relógio detecta automaticamente que está em modo de sono e detecta automaticamente há quanto tempo dorme e a qualidade do seu sono: sono leve/depósito.

Nota: Para detectar estes dados, deve usar o relógio antes de adormecer e manter o relógio ligado durante toda a noite. Por vezes, devido à posição de sono, o relógio não permanece bem em contacto com o pulso, o que pode levar a uma falha na medição.



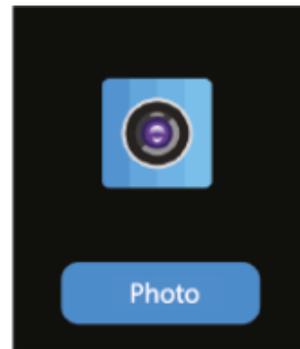
### 11.4 CRONÓMETRO

Toque no cronómetro para entrar no modo de cronómetro. Desviar para a direita para sair.



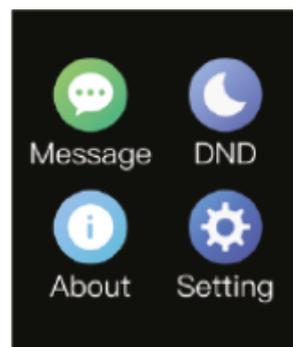
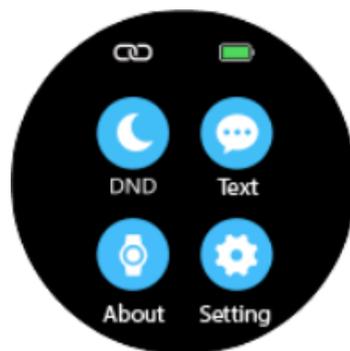
### 11.5 FOTOGRAFIAS

Uma vez lançada a aplicação, pode tirar uma fotografia à distância, usando o ícone 'máquina fotográfica' para tirar uma fotografia.



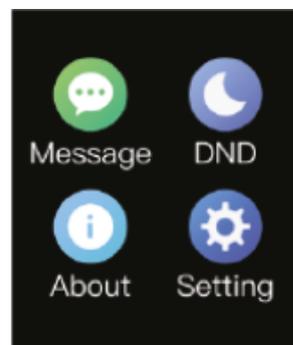
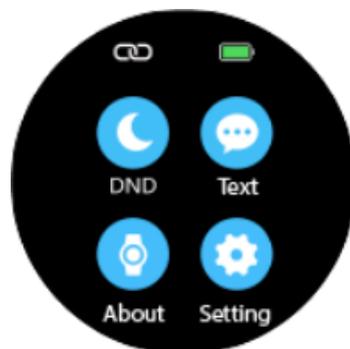
### 11.6 FUNÇÕES DE ATALHO

Desça a partir da interface principal para aceder à interface da função de atalho, seleccione "Não Perturbar", "Mensagens", "Sobre", "Definições". Clique no ícone escolhido para aceder à função correspondente.



#### 11.6.2 INFORMAÇÃO

Clique na mensagem para exibir o conteúdo da mensagem, rolar para cima e para baixo para alterar a mensagem. Desloque-se para a direita para sair.



#### 11.6.3 LEVANTAR O PULSO

Toque no ícone do elevador de pulso para ligar automaticamente o ecrã quando levantar o pulso.

#### 11.6.4 LUMINOSIDADE

Clique no ícone de brilho para seleccionar livremente o brilho do ecrã.

#### 11.6.5 RESTAURAR

Clique no ícone de reiniciar para aceder à possibilidade de reiniciar o relógio para as definições de fábrica.

#### 11.6.6 DESLIGAMENTO

Clique no ícone de encerramento para aceder à função de encerramento.