

Ajuda do usuário do TicWatch Pro 5

Começar

Botão e funções



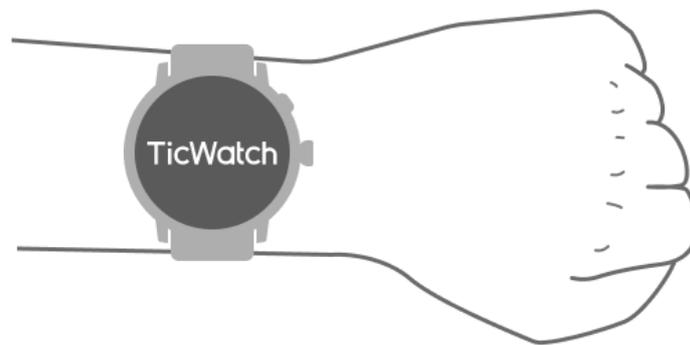
Botão	Função
Botão lateral	<ul style="list-style-type: none">* Pressione e segure por 3 segundos para ligar o seu relógio* Pressione brevemente para abrir a lista de aplicativos recentes* Duplo clique para abrir o Google Wallet* Pressione e segure por 3 segundos para acessar o menu de inicialização* Pressione e segure por 15 segundos para forçar o reinício do relógio
Coroa giratória	<ul style="list-style-type: none">* Pressione brevemente para abrir a lista de aplicativos ou retornar à tela inicial do relógio* Gire para visualizar mais e ajustar valores* Duplo clique para abrir o último aplicativo usado
Coroa giratória + Botão lateral	<ul style="list-style-type: none">* Pressione ambos ao mesmo tempo para tirar uma captura de tela do relógio

Coroa rotativa

Gire a coroa no sentido horário ou anti-horário para controlar facilmente várias funções do relógio.

1. Gire para visualizar os blocos:
 - a. Na tela inicial, gire para visualizar os blocos.
 - b. A função pode ser ativada em Configurações -> Geral -> Rotação para blocos.
2. Gire para visualizar as faces do relógio:
 - a. Pressione e segure na tela inicial e gire para visualizar as faces do relógio.
3. Gire para rolar páginas.
4. Gire para ajustar valores, incluindo volume, números, brilho, etc.

Vestir o relógio



- a. Dados precisos sobre a frequência cardíaca durante o exercício podem ser obtidos através do uso correto do relógio. Dados imprecisos sobre a frequência cardíaca serão obtidos se o relógio estiver muito apertado ou frouxo.
- b. O relógio deve ser usado a uma distância de 1-2 dedos horizontais acima do osso do pulso. O relógio usado deve se encaixar no braço. Agite a mão algumas vezes para garantir o uso confortável.
- c. Mantenha o pulso limpo. O uso prolongado do relógio na mesma área pode comprimir os vasos sanguíneos. Recomenda-se ajustar a posição.

Ligar e desligar o relógio

Ligar o relógio

Pressione e segure o botão lateral por alguns segundos para ligar o relógio.

Desligar o relógio

- Pressione e segure o botão lateral por alguns segundos.
- Toque em **[oacite]**

Reinicialização forçada

Se o seu relógio estiver congelado e sem resposta, pressione e segure o botão lateral por 15 segundos para reiniciá-lo.

Emparelhar o relógio com o telefone

Instale o aplicativo Mobvoi Health no seu telefone.



Para conectar o seu relógio a um smartphone, instale primeiro o aplicativo Mobvoi Health no seu telefone.

- Pesquise e baixe "Mobvoi Health" na Google Play Store.
- O aplicativo Mobvoi Health é compatível apenas com o TicWatch que roda na plataforma Wear OS 3. Se você tiver outros tipos de TicWatch, pode ser necessário instalar o aplicativo Mobvoi e seguir as instruções.
- Se você já tiver o aplicativo Wear OS by Google ou o aplicativo Mobvoi instalados, desinstale-os antes de fazer o emparelhamento.

Conectar o relógio a um smartphone

- Ligue o relógio.
- Toque e selecione um idioma.
- As instruções na tela para abrir o aplicativo Mobvoi Health aparecerão.
- Abra o aplicativo Mobvoi Health no seu smartphone.
- Toque na aba [Dispositivo] e toque em [Adicionar um novo dispositivo].
- Selecione o seu relógio na tela.
- Siga as instruções na tela para concluir o processo de emparelhamento.

Emparelhar com vários relógios

Para dispositivos Android, é possível emparelhar com vários TicWatches ao mesmo tempo.

- Abra o aplicativo Mobvoi Health no seu smartphone.
- Toque na aba [Dispositivo].
- Toque no ícone [+] no canto superior direito para iniciar o processo de emparelhamento.

Desemparelhar o relógio emparelhado

- Abra o aplicativo Mobvoi Health e toque em Configurações.
- Toque no botão de desemparelhar e redefinir na parte inferior para desemparelhar o relógio do aplicativo.

Como manter a estabilidade da conexão?

Após o emparelhamento do relógio, certifique-se de manter a conexão estável entre o relógio e o telefone móvel para garantir funções normais, como notificações de mensagens.

Para Android:

- Pode ser conectado via Bluetooth ou Wi-Fi. Certifique-se de que o Bluetooth esteja ativado.
- Ou mantenha o relógio e o telefone conectados ao mesmo endereço de Wi-Fi.

Navegação na tela

	Entrada	Saída
Bandeja QSS	Deslize para baixo a partir do topo para abrir a bandeja QSS	Deslize para cima a partir de baixo ou pressione a coroa giratória para retornar à tela do relógio
Bandeja de notificações	Deslize para cima a partir de baixo para abrir a bandeja de notificações	Deslize para baixo a partir do topo ou pressione a coroa giratória para retornar à tela do relógio
Blocos	À direita ou à esquerda da tela inicial do relógio	Pressione a coroa giratória para retornar à tela do relógio

Tela inicial

Apresentação de novos tipos de telas iniciais

Tela inicial de Coach de Sono

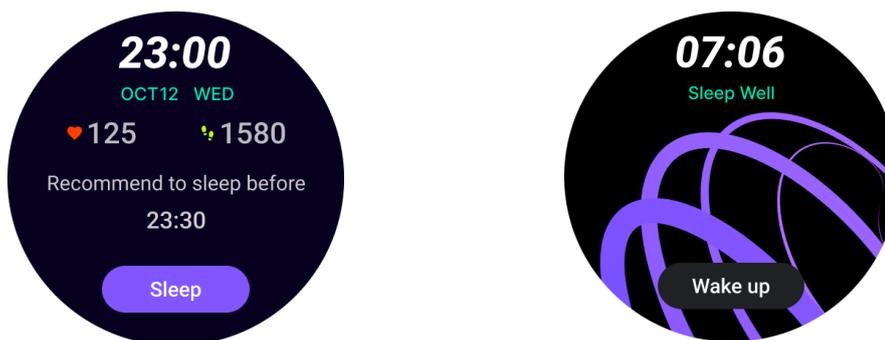
A tela inicial do Coach de Sono exibe diferentes estados e fornece sugestões com base em seu ciclo de sono e registros de sono. Você pode conferir suas informações de sono rapidamente na tela inicial todas as manhãs.

Como usar

- Pressione e segure a tela inicial para acessar a lista de telas iniciais
- Selecione a tela inicial do Coach de Sono e aplique-a
- Configure o seu ciclo de sono. Vá para TicSleep -> Configurações -> Ciclo de sono para modificar sua hora de dormir e de acordar

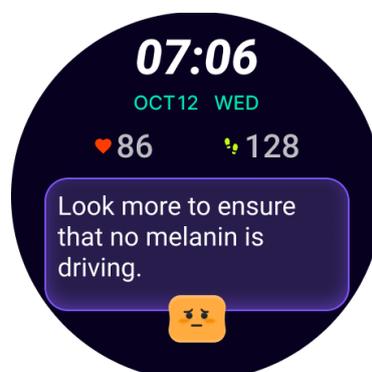
Lembrete de Hora de Dormir

A partir de uma hora antes da hora de dormir, a tela inicial do Coach de Sono irá lembrá-lo de ir dormir a tempo.



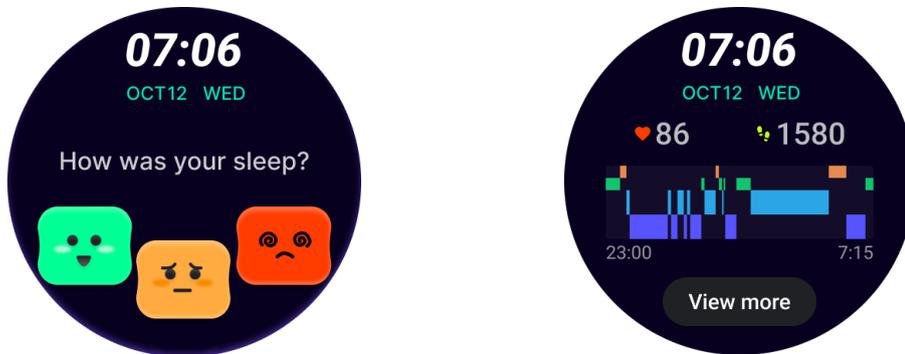
Dicas de Sono

Todos os dias, em diferentes períodos de tempo, serão exibidas dicas de sono benéficas para melhorar a qualidade do sono. Clique na caixa de diálogo para visualizar o conteúdo completo.



Visão Geral dos Dados de Sono

Após acordar todos os dias, você pode verificar rapidamente os dados de sono da noite anterior e fornecer feedback subjetivo sobre sua experiência de sono. Clique em "Ver mais" para entrar no TicSleep e visualizar detalhes.

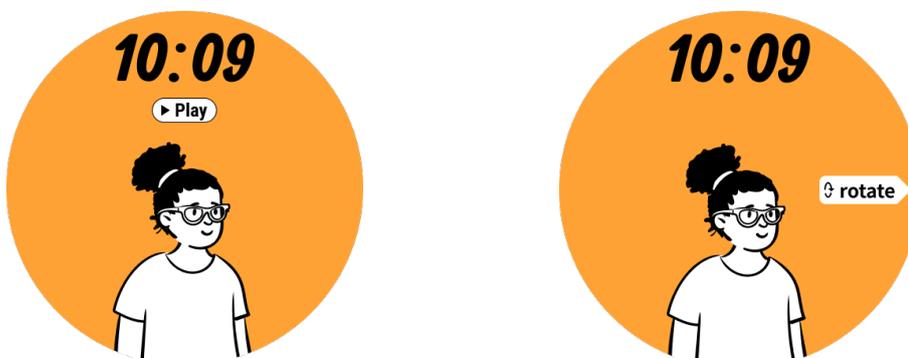


Tela de Rotação Feliz

Uma tela inicial muito divertida que pode interagir com o botão rotativo.

Como usar

- Pressione e segure a tela inicial para acessar a lista de telas iniciais
- Selecione a tela de Rotação Feliz e aplique-a
- Toque em "Jogar" para entrar no modo de jogo, gire o botão rotativo para alternar entre diferentes imagens.
- Deslize da esquerda para a direita para sair do modo de jogo e aplicar a imagem atual.



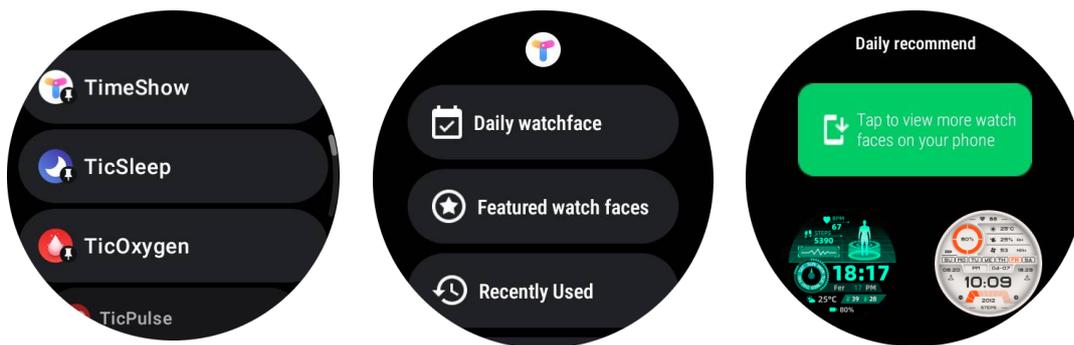
TimeShow - Explore mais telas iniciais

- Pressione e segure na tela inicial para acessar a lista de telas iniciais
- Toque na tela TimeShow para aplicar.
- Você pode escolher diferentes telas iniciais no aplicativo TimeShow, tanto no seu relógio quanto no seu telefone. Certifique-se de definir o TimeShow como sua tela inicial atual.



Explorar telas iniciais no seu relógio

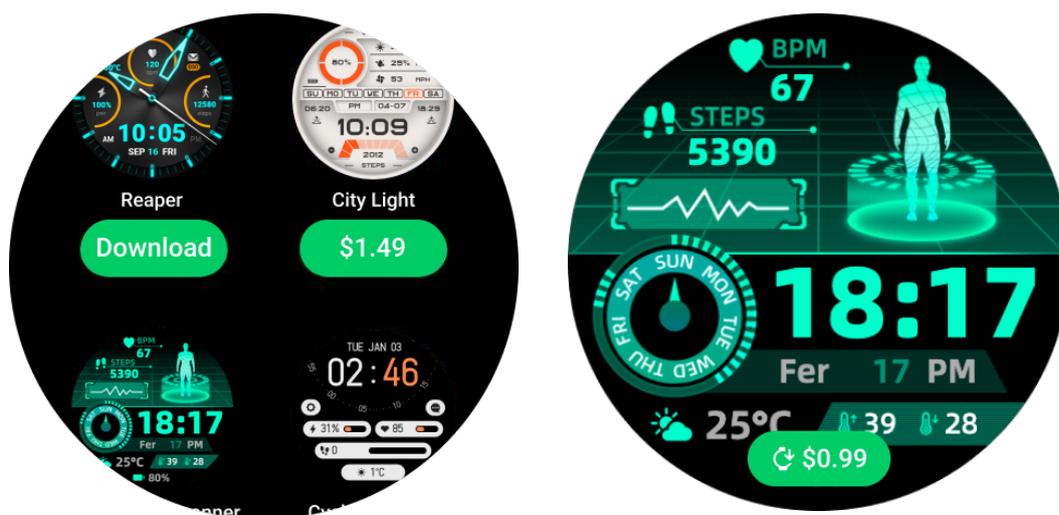
- Pressione a coroa rotativa para entrar no menu da lista de aplicativos
- Toque no aplicativo TimeShow
- Você pode explorar as telas iniciais da recomendação diária ou da lista de destaques
- Toque na tela inicial para visualizá-la
- Você pode baixar a tela inicial gratuita e aplicá-la diretamente
- Ou você pode comprar telas iniciais pagas.



Comprar telas iniciais no seu relógio

1. Faça login na sua conta TimeShow no seu relógio tocando em Configurações -> Conta -> Fazer login. Certifique-se de que seu relógio esteja conectado ao seu telefone.
2. Toque na tela inicial que deseja comprar para visualizá-la.
3. Toque no botão de preço para gerar o pedido.
4. Complete o pagamento na Play Store do seu telefone.

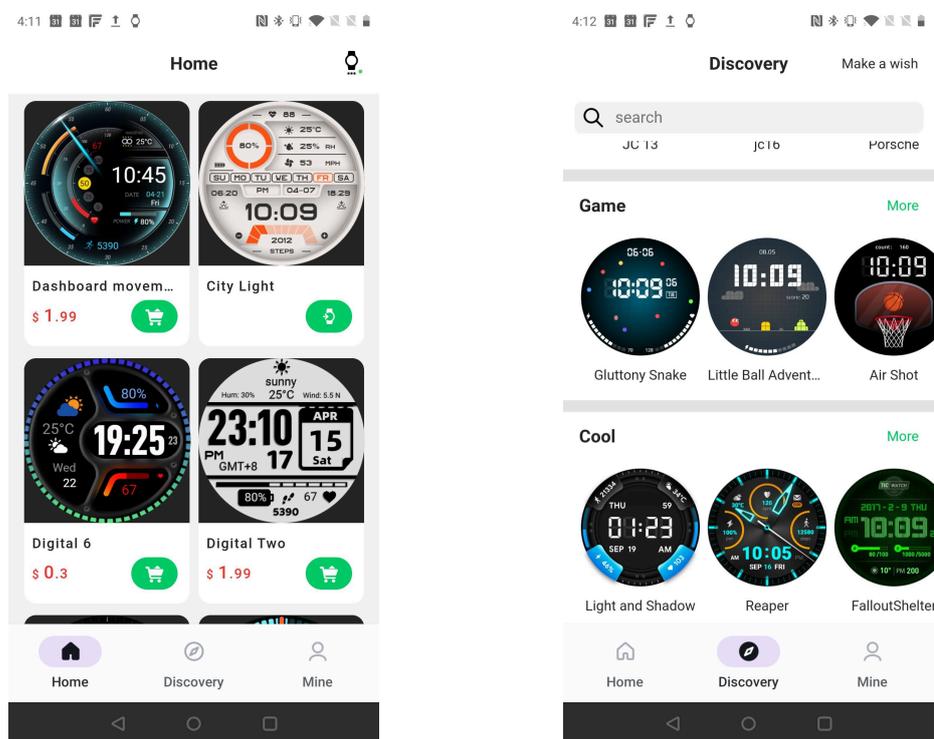
Se esta for a sua primeira compra, talvez seja necessário fazer login na sua conta no aplicativo TimeShow no seu telefone para garantir que ele esteja conectado com sucesso ao seu relógio.



Visualizar TimeShow no seu telefone

Você pode encontrar mais telas iniciais por meio dos seguintes métodos:

- Baixe e instale o aplicativo TimeShow no seu telefone
- Você pode usar seu endereço de e-mail registrado na Mobvoi e senha para fazer login no TimeShow diretamente ou fazer login com a conta do Google.
- Se desejar comprar ou sincronizar telas iniciais gratuitas, toque no botão de sincronização e siga as instruções.



Projetar sua própria tela inicial

Visite o site oficial do TimeShow para projetar e publicar seu trabalho:

<https://timeshowcool.com/>

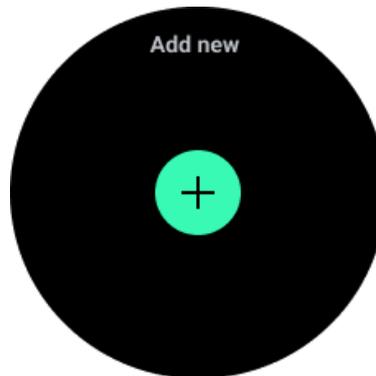
Alterar telas iniciais

- Pressione e segure a tela inicial para acessar a lista de telas iniciais

- Toque na tela inicial para aplicar

Se desejar adicionar a tela inicial aos seus favoritos:

- Toque em "Ver mais telas iniciais" para ver todas as suas telas iniciais
- Toque na tela inicial para adicioná-la aos seus favoritos



Editar telas iniciais

Algumas telas iniciais personalizáveis possuem um botão "Editar". Você pode editá-las de acordo com suas preferências.

- Toque no ícone de configurações
- Deslize para a esquerda ou direita na tela para selecionar a opção de personalização desejada
- Use a coroa rotativa ou deslize para cima ou para baixo para alterar a cor ou outras configurações.
- Para alterar as complicações, toque na área destacada desejada e configure-as.



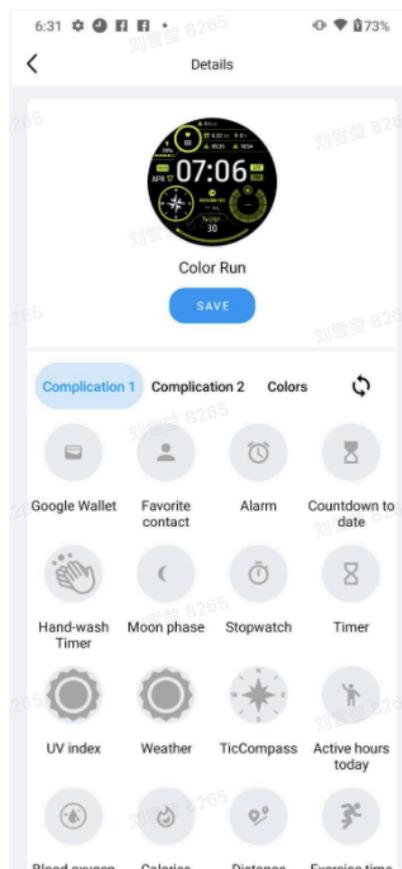
Você também pode alterar e personalizar as telas iniciais no aplicativo Mobvoi Health no seu telefone.

Editar tela inicial no seu telefone

1. Você pode aplicar e personalizar a tela inicial no seu telefone. Abra o aplicativo Mobvoi Health no seu telefone

2. Toque na aba Dispositivo.

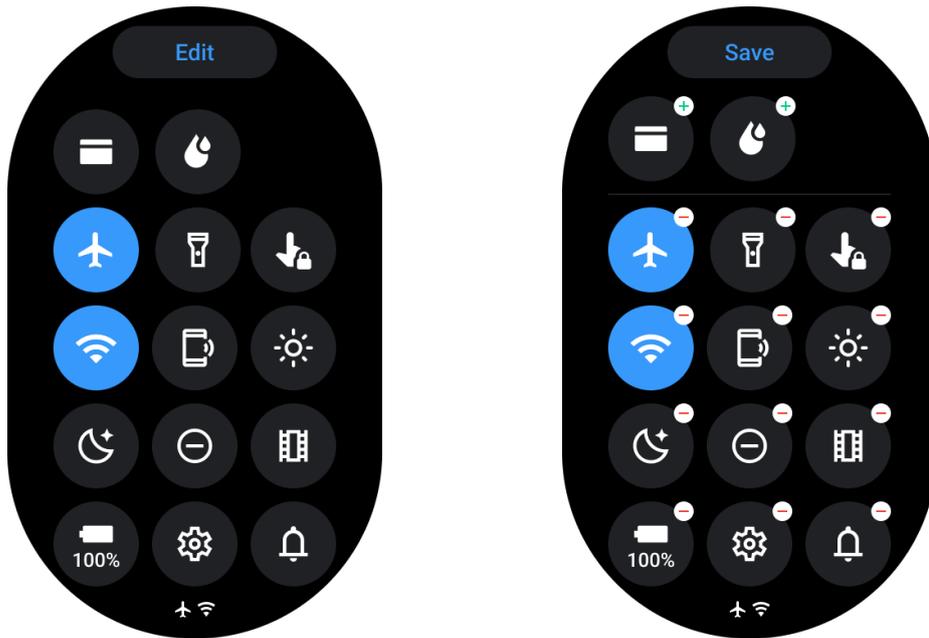
Certifique-se de que o seu telefone e o seu relógio estejam conectados via Bluetooth.



Painel de Configurações Rápidas

Ele permite que você veja e edite as configurações rápidas. Para abrir o painel de configurações rápidas, deslize para cima na tela inicial. Use a coroa rotativa ou deslize para cima e para baixo para ver mais ícones de configurações.

Editar configurações rápidas



- Toque no botão Editar para editar os ícones de configurações rápidas.
- Toque [+] para adicionar os ícones para aparecer na bandeja QSS
- Toque [-] para remover da bandeja QSS
- Toque [Salvar] para salvar as alterações

Reordenar ícones de configurações

- Mantenha pressionado e arraste para reordenar os ícones

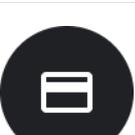
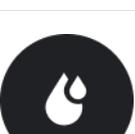
Ícones de indicador diferentes

Ícone	Significado
	Carregando
	Modo avião ativado
	Bateria fraca
	

	Modo Não perturbe ativado
	Modo de hora de dormir ativado
	Bloqueio de tela ativado
	Bloqueio de toque ativado
	Telefone desconectado
	LTE desconectado
	Modo Teatro ativado
	Relógio está aquecido

Ícones de configuração rápida diferentes

Ícone	Significado
	Acesse as configurações do modo essencial
	Abra o aplicativo de Configurações
	Ative o modo de som ou silencioso
	Ative o modo Não perturbe

	Ative o modo Teatro
	Ativar o modo Hora de dormir
	Ativar o modo avião
	Abrir o aplicativo Encontrar meu telefone
	Ajustar o brilho
	Ativar o bloqueio de toque
	Ativar a lanterna
	Abrir a carteira Google
	Conectar à rede Wi-Fi
	Começar a ejetar água

Azulejos

Você pode visualizar os azulejos deslizando a tela para a esquerda ou para a direita ou girando a coroa no sentido horário ou anti-horário. Você pode ativá-lo em Configurações -> Geral -> Rolagem horizontal para azulejos.

Adicionar e excluir azulejos

- Toque e segure para acessar o modo de edição
- Toque [+] para adicionar azulejos ou
- Toque [-] ou deslize para cima para remover os azulejos
- O limite máximo é de 10 azulejos

Reordenar o azulejo

- Toque



ou



para alterar a localização do azulejo

Gerenciar azulejos no seu telefone

- Abra o aplicativo Mobvoi Health
- Toque na guia Dispositivo
- Toque em Azulejos

Certifique-se de que seu telefone e relógio estejam conectados.

Atividade em andamento

Quando há aplicativos em execução em segundo plano, seus ícones aparecerão na tela do relógio.

- Toque na área inferior e o aplicativo será aberto
- O número indica quantos aplicativos estão em execução em segundo plano.



Notificações

Visualizar notificações

- Quando há notificações não lidas, como uma nova notificação do telefone ou uma chamada perdida, um indicador de notificação será visível na parte inferior da tela.
- Você pode deslizar para cima para abrir o painel de notificações e girar para visualizar as notificações.
- Se o indicador de notificação não aparecer, abra Configurações -> Geral -> Mostrar ponto de notificação não lida para ativá-lo.



Excluir notificações

Deslize para a esquerda ou para a direita para excluir uma notificação.

Gerenciar preferências de notificação

No seu relógio

Acesse Configurações -> Aplicativos e notificações -> Notificações

No seu telefone

- Abra o aplicativo Mobvoi Health no seu smartphone

- Acesse Dispositivo -> Configurações -> Aplicativos e notificações

Lista de aplicativos

Editar lista de aplicativos

- Pressione a coroa rotativa para entrar no menu da lista de aplicativos
- Pressione e segure em um aplicativo para entrar no modo de edição
- Toque no ícone de "pino" para manter o aplicativo atual no topo da lista.
- Toque novamente para desafixar o aplicativo.



Tela de ultra baixo consumo de energia (ULP)

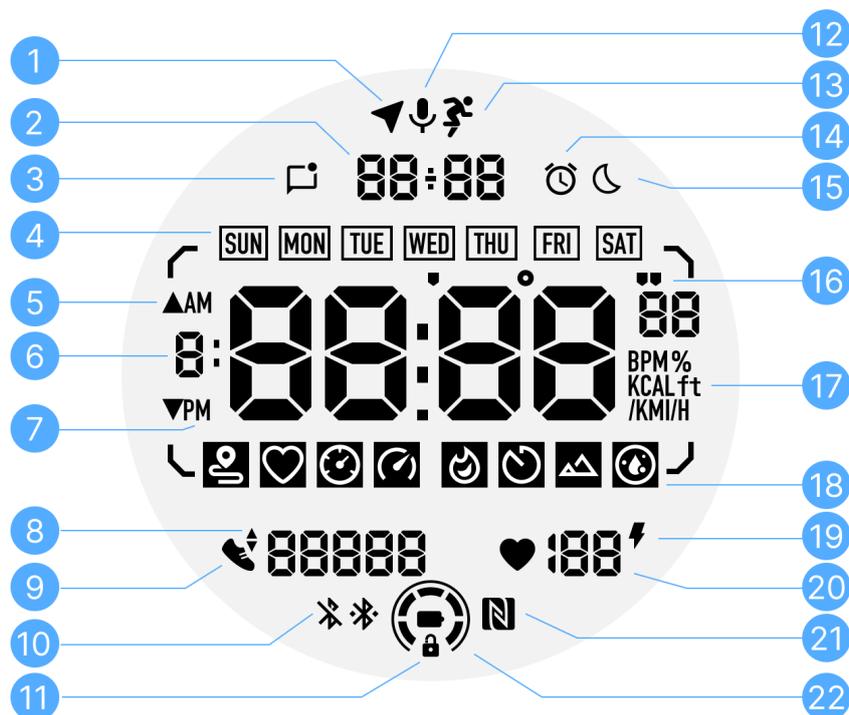
O que é a tela ULP?

A tela ULP é uma tela de ultra baixo consumo de energia que pode ser usada para exibir hora, dados de saúde e fitness.

A tela ULP recém-projetada pode mostrar mais informações e, com o conceito de azulejos ULP introduzido, permite a medição rápida ou visualização de dados relacionados à saúde e fitness sem entrar no sistema.

Observações: A tela ULP não representa o modo Essencial. Ele será exibido nos modos Smart e Essencial.

A interface de usuário da tela ULP



Nº	Ícone	Significados
1	Status do GPS	Apenas usado para TicExercise. Este ícone indica que o GPS foi adquirido/fixado. O ícone piscante indica que o GPS está atualmente adquirindo/procurando sinais de GPS.
2	Data/Hora	Durante o modo de espera, exibe a data de hoje, suportando formatos DD-MM e MM-DD. Durante um treino, exibe a hora atual.
3	Notificações não lidas	Este ícone indica a presença de notificações não lidas. Quando uma nova mensagem é recebida, o ícone piscará por vários segundos.
4	Dia da semana	Este ícone indica o dia da semana atual.
5	Ganho/perda de	Apenas usado para TicExercise.

	elevação	Os dois ícones de triângulo indicam ganho e perda de elevação durante um treino.
6	Zona de dados principal	Esta área é a tela principal para todos os tipos de dados. Ele representa várias informações em diferentes azulejos ULP, como hora atual, frequência cardíaca, ritmo, etc.
7	AM/PM	AM e PM, apenas para formato de 12 horas.
8	Cadência	Apenas usado para TicExercise. Indica a cadência atual, que é suportada apenas por certos tipos de treinos, como corrida ao ar livre.
9	Contagem de passos	Durante o modo de espera, indica os passos diários. Durante um treino, indica os passos do exercício do treino atual, que são suportados apenas por certos tipos de treinos, como caminhada ao ar livre.
10	Status do Bluetooth	Esses dois ícones indicam o status da conectividade Bluetooth. O ícone da esquerda representa um estado desconectado, enquanto o da direita indica um estado conectado. Se eles não forem exibidos, significa que o Bluetooth está desativado.
11	Status de bloqueio de exibição ULP	Este ícone indica que a tela ULP está em estado bloqueado. Para evitar operações acidentais, a tela ULP deve ser desbloqueada antes de prosseguir para a próxima etapa, como trocar de azulejo. Observação: Isso não representa o status de bloqueio de tela do modo inteligente.
12	Microfone	Este ícone não está sendo usado atualmente.
13	Indicador de treino	Apenas usado para TicExercise. Este ícone indica que um treino está em andamento.
14	Alarme de sono	Vem do alarme de sono do TicSleep, e quando o alarme de sono está ativado, o ícone é exibido. Observação: Isso não representa o status do alarme do

		aplicativo de alarme.
15	Modo de hora de dormir	Este ícone indica que o relógio está no modo Hora de Dormir.
16	Unidade de ritmo/ângulo	Esses ícones (') indicam a unidade de ritmo, minutos e segundos. O ícone (°) indica o ângulo (grau) e é usado para o azulejo ULP da bússola.
17	Unidades	Esses ícones indicam as unidades de diferentes métricas.
18	Indicador de azulejo ULP	Esses ícones indicam diferentes azulejos ULP. Da esquerda para a direita, eles representam distância do exercício, frequência cardíaca, ritmo, velocidade, calorias, contagem/voltas, elevação e oxigênio no sangue.
19	Status de saúde do coração	Este ícone indica se a função de monitoramento da saúde do coração por 24 horas está ativada. Observação: A função de saúde do coração não é suportada em alguns países ou regiões.
20	Frequência cardíaca	Esta área indica a frequência cardíaca mais recente de hoje. A frequência cardíaca será atualizada a cada segundo quando o monitoramento contínuo de frequência cardíaca por 24 horas estiver ativado.
21	Status NFC	Este ícone indica se o NFC está ativado.
22	Nível de bateria	Esses ícones indicam o nível da bateria. Quando a bateria estiver fraca, o ícone da bateria piscará para lembrá-lo de carregar o seu relógio.

Quais são os azulejos ULP?

Para o TicWatch Pro 5, o novo design da tela ULP pode mostrar mais informações.

E pela primeira vez, o conceito de azulejos ULP foi introduzido, o que permite a medição rápida ou visualização de dados relacionados à saúde e à forma física sem a necessidade de acessar o sistema.

Azulejos ULP em espera

Durante o modo de espera, atualmente ele suporta os seguintes azulejos:

1. Azulejo ULP de mostrador de relógio: projetado para exibir hora/data, informações de status do relógio e dados importantes de saúde, como passos, última FC etc.



2. Azulejo ULP de frequência cardíaca: projetado para detecção ativa da frequência cardíaca.



3. Azulejo ULP de oxigênio no sangue: projetado para detecção ativa de oxigênio no sangue.



Para garantir uma medição precisa, evite usar frouxamente, inclinar ou agitar excessivamente durante a detecção de oxigênio no sangue. Se alguma dessas condições ocorrer, o dispositivo emitirá um aviso "FALHA".

Ajuste-se à posição correta e mantenha o relógio estável antes de fazer uma nova medição.
Para obter mais informações, consulte a descrição no aplicativo TicOxygen.



4. Azulejo ULP de calorias diárias: projetado para verificar rapidamente as calorias diárias.



5. Azulejo ULP de bússola: projetado para visualização rápida de direções.



Se o seu relógio for afetado por interferência de campo magnético, ele exibirá "CAL". Nesse caso, será necessário recalibrar a bússola antes de poder usá-la novamente.



Azulejos ULP do TicExercise

Durante um treino, o relógio mudará dos azulejos ULP em espera para os azulejos ULP do TicExercise.

Cada tipo de exercício suporta apenas um subconjunto dos seguintes azulejos, não todos eles. Os azulejos suportados serão mostrados no início de cada exercício.



Observações: nem todos os azulejos ULP possuem ícones indicadores.

1. Azulejo ULP de duração do exercício: projetado para exibir a duração do exercício, azulejo padrão para cada exercício.



2. Azulejo ULP de distância do exercício: suporta unidades imperial (MI) e métrica (KM).



3. Azulejo ULP de frequência cardíaca do exercício: projetado para exibir a frequência cardíaca do exercício em tempo real.



4. Azulejo ULP de ritmo: suporta unidades imperial (/MI) e métrica (/KM).



5. Azulejo ULP de velocidade: suporta unidades imperial (MI/H) e métrica (KM/H).





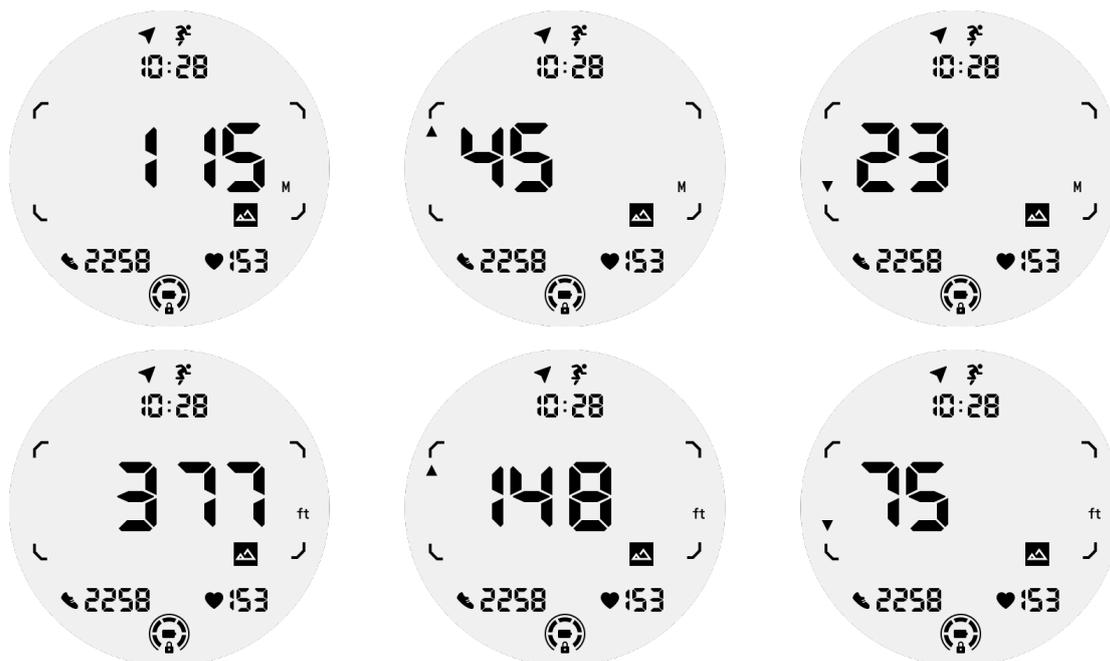
6. Azulejo ULP de calorías do exercício: projetado para exibir as calorías queimadas durante o exercício atual.



7. Azulejo ULP de contagens/voltas: projetado para exibir voltas ou contagens.



8. Azulejo ULP de avaliação: exibe a elevação atual, ganho de elevação do exercício e perda de elevação do exercício em sequência. Suporta unidades imperial (ft) e métrica (M).



9. Azulejo ULP de bússola: projetado para visualização rápida de direções.

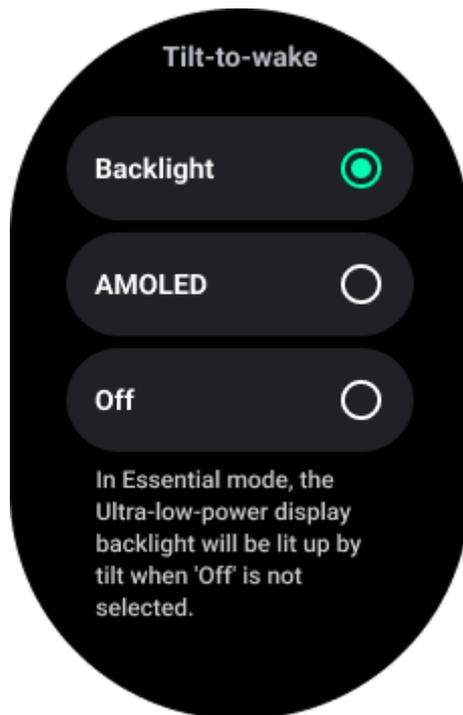


As operações da tela ULP

Como ligar e desligar a luz de fundo?

A opção de luz de fundo Ativar ao inclinar está ativada por padrão.

Acesse "Configurações -> Tela -> Ativar ao inclinar" para obter detalhes.



Em geral, existem duas maneiras de iluminar a luz de fundo: levantar o pulso ou girar a coroa rotativa mais de 180 graus. A luz de fundo se desligará automaticamente quando expirar o tempo limite ou quando você baixar o pulso, e a tela ULP será bloqueada para evitar operações acidentais.

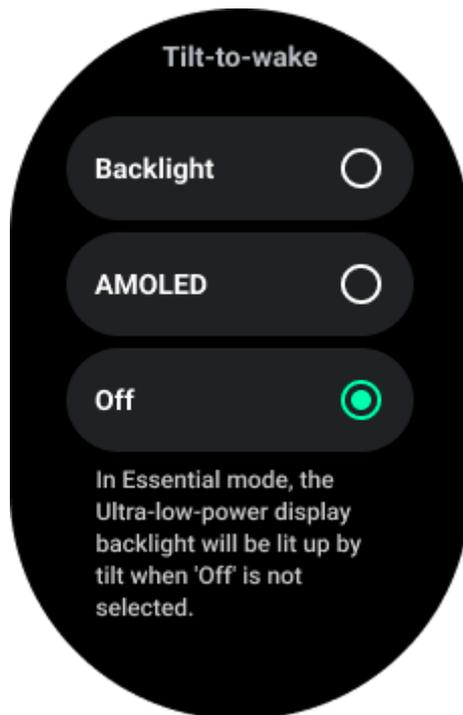
No modo Essencial, você também pode ligar ou desligar a luz de fundo clicando no botão lateral.

Observações: quando o modo de Hora de dormir ou o modo Teatro estiver ativado, levantar o pulso não ativará a luz de fundo.

Como desativar a luz de fundo ao inclinar?

Se você quiser apenas desabilitar temporariamente a retroiluminação inclinar-para-acordar, você pode ativar o modo de Hora de Dormir ou o modo Teatro.

Se você quiser desativar permanentemente essa função, escolha a opção "Desligado" nas configurações de inclinar-para-acordar.



Como desbloquear/bloquear a tela ULP?

Para desbloquear a tela ULP, você deve girar continuamente a coroa giratória no sentido horário ou anti-horário por mais de 180 graus.

Ao abaixar o pulso ou quando acionar o timeout, a tela ULP será automaticamente bloqueada para evitar operações acidentais.

Observações: O cartão ULP da bússola só será bloqueado automaticamente após 1 minuto. Se você mantiver esse cartão ativo, esteja ciente de que abaixar o pulso diretamente pode causar operações acidentais.

Como alternar entre os cartões ULP?

Após desbloquear a tela ULP, girar a coroa no sentido horário ou anti-horário irá alternar sequencialmente entre os cartões ULP em ordem crescente e decrescente.



Configurações da tela ULP

A opção de configuração para a tela ULP está localizada no menu de configurações do sistema.

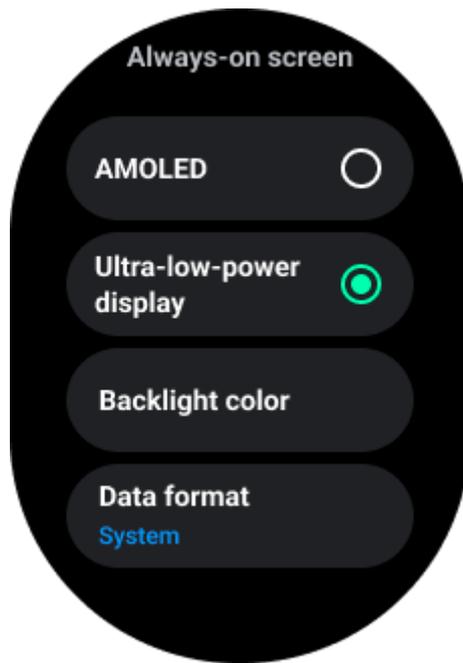
Por favor, vá para "Configurações -> Display -> Tela sempre ligada" para mais detalhes.

Como configurar a tela sempre ligada?

Dentro das configurações da tela sempre ligada, existem duas opções de exibição disponíveis: uma tela AMOLED colorida e uma tela ULP de baixo consumo de energia.

A tela ULP é pré-selecionada como opção padrão. Você pode alterar para a opção de sua preferência.

Observações: Apenas a tela ULP é suportada para a tela sempre ligada no modo Essential. Isso significa que se você escolher AMOLED como tela sempre ligada, isso será aplicado apenas ao modo Smart. Quando o relógio entra no modo Essential, a tela sempre ligada será automaticamente alternada para a tela ULP.

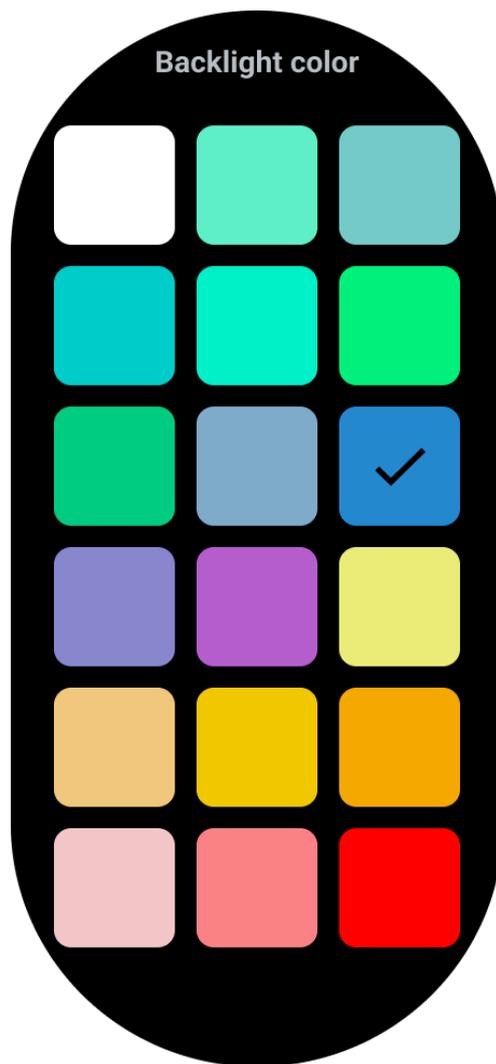


Quais opções estão disponíveis para a tela ULP?

Quando a tela ULP é usada como tela sempre ligada, você pode personalizar a cor da retroiluminação e o formato de data.

Configurações da retroiluminação

Você pode escolher sua cor preferida de retroiluminação entre as opções de cor predefinidas.



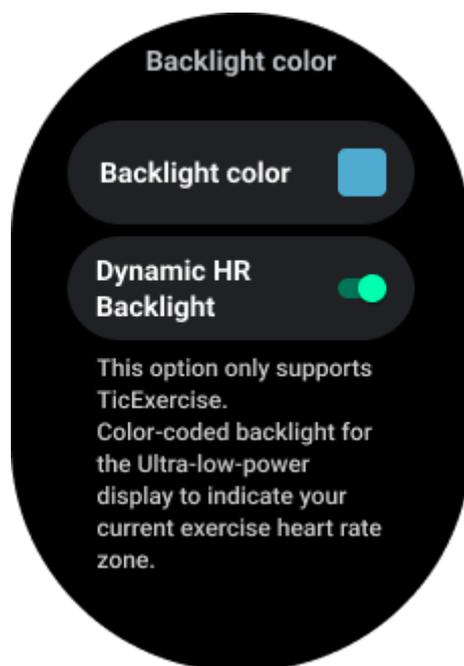
Retroiluminação da zona dinâmica de frequência cardíaca

Durante o exercício, a cor da retroiluminação da tela ULP é usada para indicar sua zona de frequência cardíaca atual.

Você pode facilmente identificar sua zona de frequência cardíaca inclinando o pulso para ativar a retroiluminação.



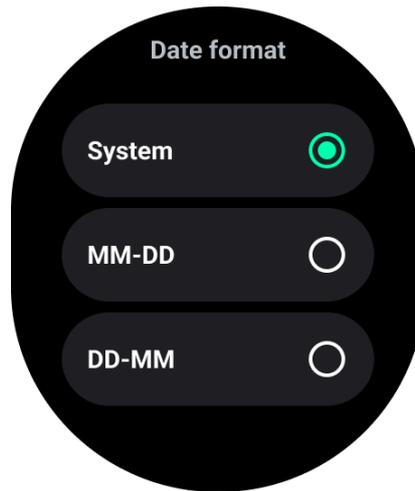
A opção Retroiluminação da Zona de Frequência Cardíaca Dinâmica está disponível apenas para o TicExercise.



Formato da data

Ele suporta formatos DD-MM e MM-DD.

Por padrão, ele seguirá as configurações do sistema, mas você também pode escolher seu método de exibição preferido.



Recursos de saúde

TicHealth

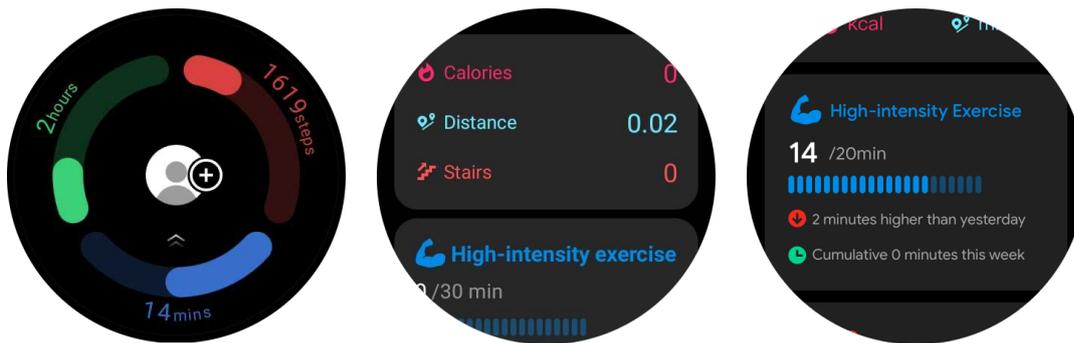
TicHealth pode registrar e exibir seu histórico de exercícios e todos os seus dados de saúde para o dia, com todas as informações em uma só tela.

Os dados relacionados à saúde abrangem: corrida, sono, frequência cardíaca, oxigênio no sangue, estresse e ruído, que são fornecidos pelos aplicativos TicExercise, TicSleep, TicPulse, TicOxygen e TicZen. Alguns dados podem não estar disponíveis, dependendo do modelo.

Atividade diária

Você pode verificar seu status diário atual, incluindo passos, horas de atividade e tempo de exercício.

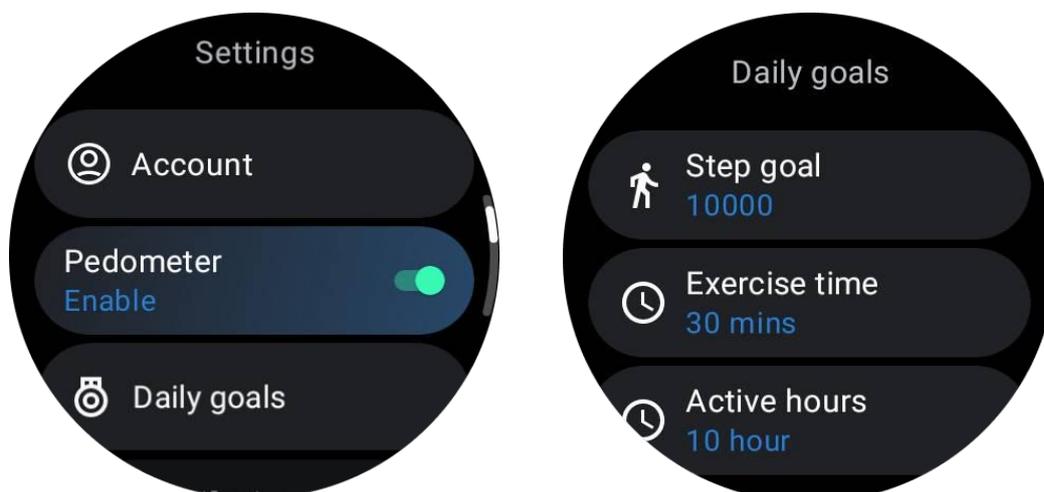
- O anel vermelho representa os passos diários
- O anel verde representa as horas de atividade diárias (150 passos por hora contados como uma hora de atividade)
- O anel azul representa o tempo diário de exercício.
- Calorias: As calorias totais que você queimou hoje
- Distância: A distância total que você percorreu hoje
- Pisos: O total de pisos que você subiu hoje
- Exercício de alta intensidade: Os minutos totais que você fez exercício de alta intensidade hoje
- A barra de progresso indica o quão longe você chegou em relação à sua meta diária.



Configurações

Defina suas metas diárias

- Abra o aplicativo TicHealth e toque no ícone de configurações
- Toque em **Metas diárias**



Configure as notificações do TicHealth

Você pode tocar em Notificações para gerenciar as notificações do TicHealth, incluindo:

- Não perturbar: Ativar o modo não perturbe para silenciar as notificações do TicHealth
- Lembrete de meta: Receber uma notificação ao alcançar a meta definida
- Lembrete de passos: Receber uma notificação ao atingir 80% da meta de passos
- Lembrete de atividade: Ser lembrado de se levantar e se mover a cada hora

TicPulse

Monitoramento da saúde do coração

O recurso de monitoramento da saúde do coração fornece detecção e monitoramento de problemas relacionados a batimentos cardíacos irregulares, incluindo taquicardia, bradicardia e monitoramento de fibrilação atrial (FA). Isso ajudará a monitorar sua saúde cardíaca. Esse recurso pode não estar disponível dependendo do modelo.

Iniciar teste de saúde do coração manualmente

Os usuários podem escolher fazer a verificação manualmente ou ativar o monitoramento automático de 24 horas. Se desejar fazer a verificação manualmente, toque no botão "Medir", que abrirá a página de medição. Após a conclusão da medição, o resultado será exibido.

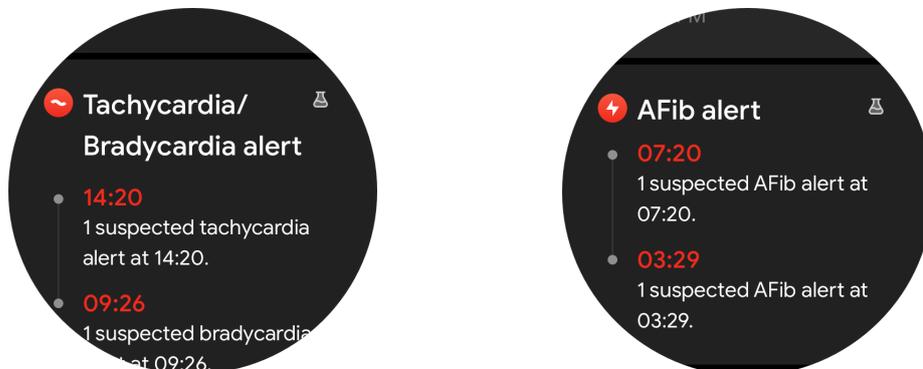
Configurar monitoramento automático de 24 horas

Para ativar o monitoramento de 24 horas, vá para TicPulse -> Configurações -> Monitoramento de saúde do coração -> ativar Monitoramento de saúde do coração.

Visualizar alerta anormal

Quando houver dados anormais, haverá uma notificação de alerta no relógio.

Os resultados de monitoramento do relógio exibirão apenas os resultados de monitoramento de saúde do coração do dia atual. Os dados históricos podem ser visualizados no aplicativo Mobvoi Health.



Por que a medição às vezes é imprecisa?

O resultado da medição pode ser influenciado por fatores como forma de uso e área de contato com a pele. Ele é apenas para referência e não é recomendado como base para diagnóstico.

Monitoramento da frequência cardíaca

Alterar as configurações de medição da frequência cardíaca:

- No aplicativo TicPulse, role até o final da página
- Toque em Configurações

- Ative o monitoramento de 24 horas.



Após ativado, você pode escolher a frequência de monitoramento, que inclui monitoramento comum e monitoramento em tempo real.



1. Monitoramento comum: Os dados são exibidos com uma frequência de um ponto de dados a cada 10 minutos.
2. Monitoramento em tempo real: Os dados são exibidos com base na coleta de dados em tempo real.

Medir a frequência cardíaca manualmente

No aplicativo TicPulse, toque no ícone "Atualizar" para iniciar a medição.



FAQ

Qual é a zona mínima de frequência cardíaca?

O tempo mínimo de exibição é de 1 minuto. Um período inferior a um minuto é contado como 1 minuto.

Por que a medição às vezes é imprecisa?

O resultado da medição pode ser influenciado por fatores como forma de uso e área de contato com a pele. Ele é apenas para referência e não é recomendado como base para diagnóstico.

TicSleep

Monitore seu sono

O relógio pode detectar automaticamente o estado do sono e registrar dados do sono se for usado durante o sono. Você pode visualizar os dados do sono da última noite no relógio. O recurso pode não estar disponível dependendo do modelo do relógio.

Se o relógio estiver conectado ao smartphone e a rede móvel ou Wi-Fi do relógio estiverem disponíveis, os dados do sono podem ser sincronizados com o aplicativo Mobvoi Health no telefone.

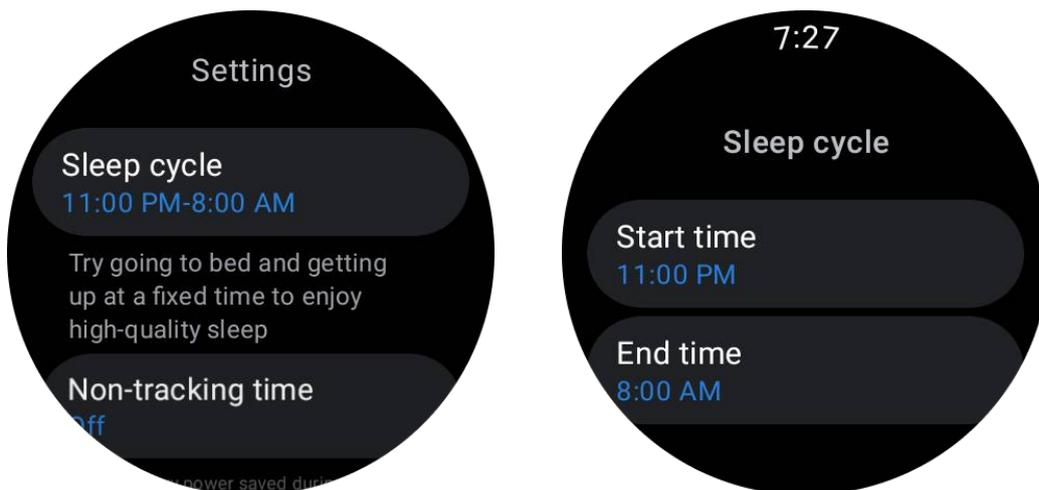
Você pode obter mais detalhes no Mobvoi Health.



Definir ciclo de sono

Você pode definir seu próprio ciclo de sono (horário para dormir, horário para acordar) para ver se você alcança a duração esperada. Se você ainda estiver dormindo no horário pré-definido, o alarme de sono será ativado; ele não soará se você acordar antes deste horário.

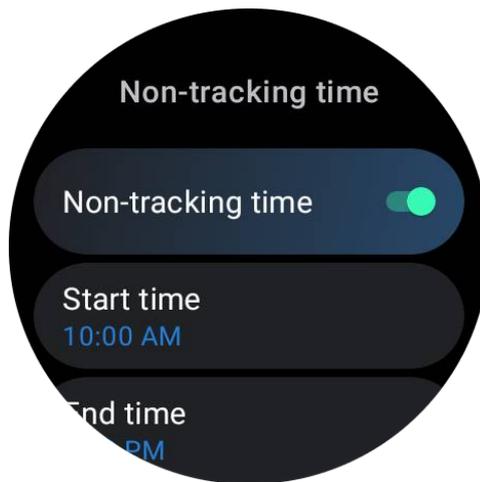
Toque no ícone de configurações -> Ciclo de sono.



Definir horário de não rastreamento

Você pode definir o "Horário de não rastreamento", durante o qual os dados do sono não serão registrados, para evitar períodos de tempo desnecessários.

Toque no ícone de configurações -> Horário de não rastreamento.

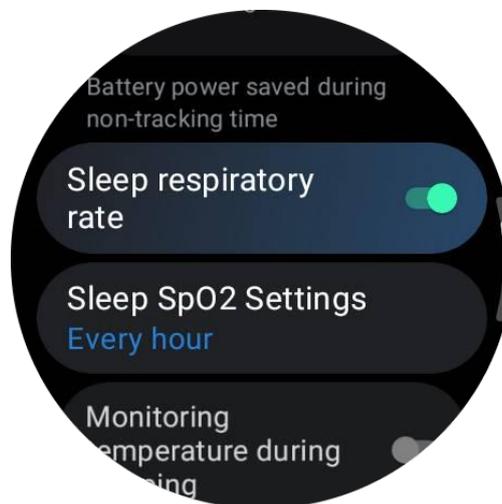


Outras configurações

Você também pode definir o "Alarme de sono", "Lembrete de hora de dormir", "Notificação de sono concluído", etc.

Ritmo respiratório durante o sono

Os usuários podem ativar o interruptor de ritmo respiratório durante o sono nas configurações. Uma vez ativado, ele irá monitorar o ritmo respiratório do usuário durante o sono e exibir um gráfico de dados, ritmo respiratório médio, ritmo respiratório máximo e ritmo respiratório mínimo nos detalhes do sono.



Oxigênio no sangue durante o sono

1. Os usuários podem ativar o interruptor de oxigênio no sangue durante o sono nas configurações e escolher a frequência de monitoramento para o oxigênio no sangue durante o sono.



2. A frequência de monitoramento de oxigênio no sangue durante o sono pode ser definida para um dos três modos: uma vez a cada hora, uma vez a cada 30 minutos ou monitoramento em tempo real. Os dados de oxigênio no sangue durante o sono serão exibidos de acordo com a frequência de monitoramento escolhida.



Perguntas frequentes

Por que há reconhecimento falso do sono?

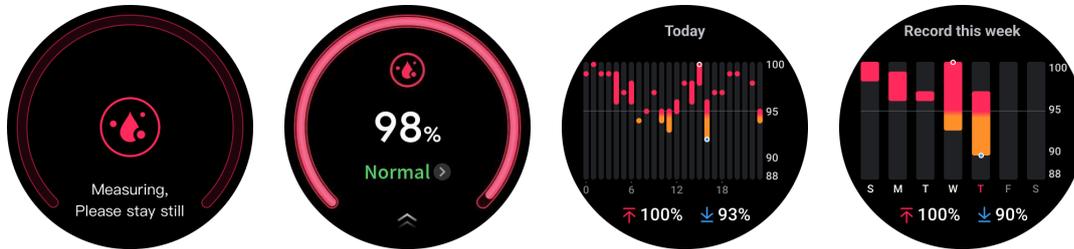
- O monitoramento do sono depende da atividade do corpo. Por exemplo, um estado de imobilidade prolongado pode ser erroneamente reconhecido como sono.
- Como o algoritmo do sono leva algum tempo para fazer julgamentos, a duração do sono menor que 1 hora pode não ser registrada.

TicOxygen

Medição manual do oxigênio no sangue

Pressione a coroa rotativa para mostrar a lista de aplicativos, selecione TicOxygen e você pode começar a medir seu oxigênio no sangue.

Fique parado durante a medição. Se houver qualquer movimento durante a medição, pode causar uma desviação significativa no valor medido ou falha na medição.

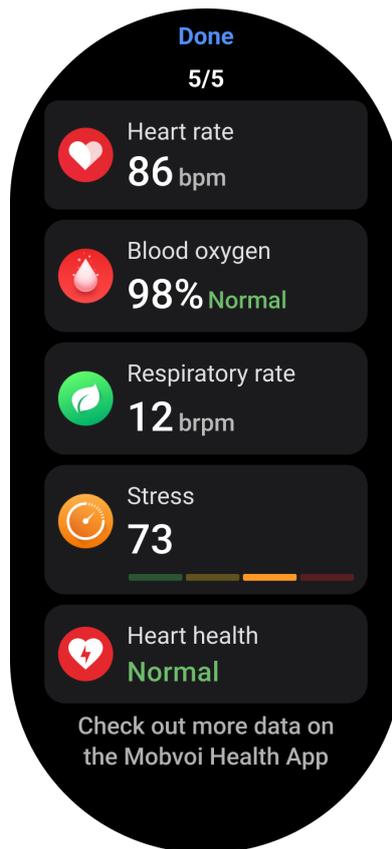


Configurar monitoramento automático de 24 horas

Deslize para baixo até o final e toque no ícone "Configurações" para ativar o monitoramento automático em segundo plano de 24 horas.

Medição em um toque

1. Após abrir o aplicativo de medição em um toque, os usuários precisam aguardar aproximadamente 90 segundos para obter indicadores de saúde, como frequência cardíaca, oxigênio no sangue e níveis de estresse.
2. Na página de resultados, os usuários podem tocar nos dados da lista para navegar até o aplicativo correspondente. Por exemplo, se o usuário tocar na frequência cardíaca na página de resultados, ele será direcionado ao aplicativo TicPulse.



TicZen

A medição de estresse é o resultado de cálculos baseados em dados de variabilidade da frequência cardíaca (VFC) medidos por sensores fotoelétricos. A VFC se refere às alterações na diferença entre os ciclos cardíacos sucessivos.

- A medição deve ser feita em estado de repouso para obter dados estáveis.
- A precisão dos dados também é comprometida se o relógio estiver muito folgado ou apertado. Ele deve ser preferencialmente usado confortavelmente no braço.
- Fumar, beber, ficar acordado até tarde ou tomar medicamentos também afetam os dados.
- Este não é um dispositivo médico e os valores são apenas para referência.
- Se a medição for feita sempre no mesmo horário e estado de uso, ajuda na detecção da fadiga.
- Os resultados do teste mostram a avaliação qualitativa, como alto estresse ou sem estresse.
- Se você se sentir mentalmente angustiado, alivie o estresse fazendo exercícios ou respirando profundamente.

Medir seu nível de estresse

- Inicie o TicZen.

- Toque no botão esquerdo para medir e visualizar os dados de estresse.
- Toque no botão direito para iniciar exercícios de respiração.



TicBreathe

Relaxe respirando

Toque no aplicativo TicBreathe e toque no botão de início para começar o exercício de respiração.

O aplicativo mostrará as alterações nos valores de estresse e frequência cardíaca após a conclusão do exercício.



Definir a duração da respiração

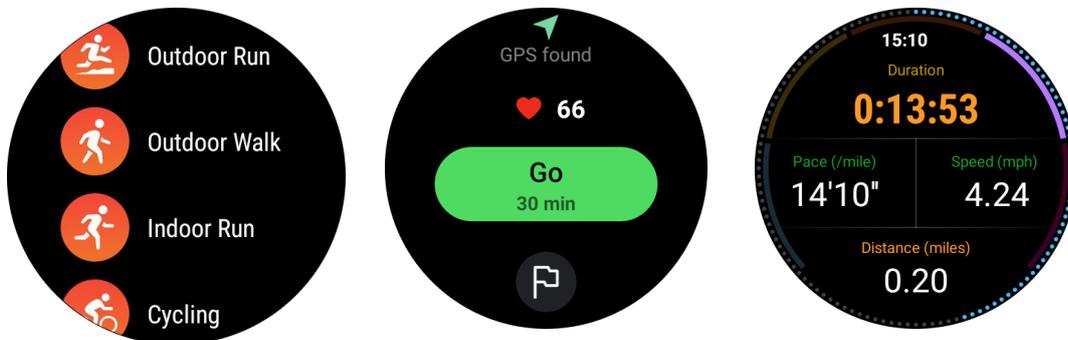
No aplicativo "TicBreathe", a duração padrão é de 1 minuto. A duração da respiração aumenta de 1 a 5 minutos ao clicar na duração.

A duração do exercício de respiração pode ser ajustada girando a coroa ou tocando na área "Duração".

Recursos de fitness

Iniciar exercícios

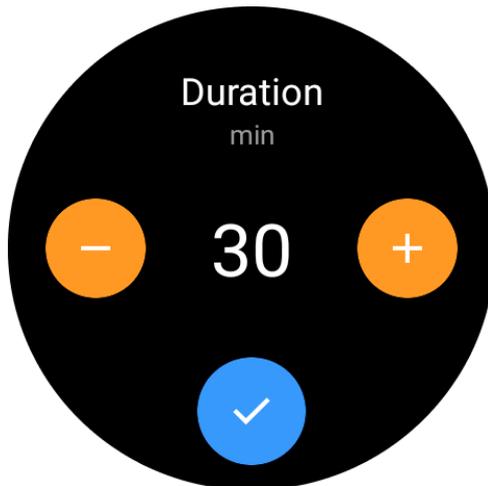
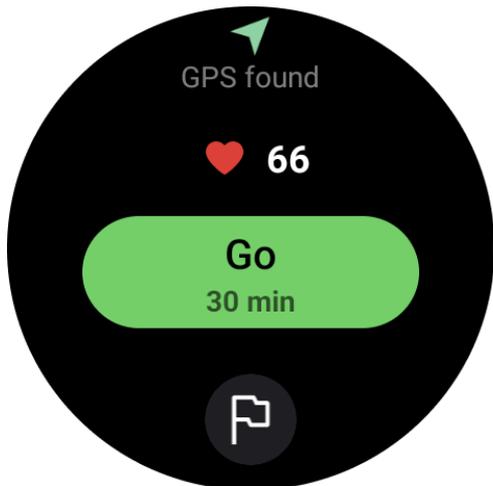
- Abra o aplicativo TicExercise no relógio.
- Selecione o esporte desejado.
- Toque em Iniciar para começar a gravar os dados esportivos.
- Use a coroa rotativa ou deslize na tela para visualizar mais dados durante o exercício.
- Para encerrar o exercício, você pode deslizar para a direita e tocar no botão "Encerrar" para concluir o exercício e salvar os dados do exercício.



Definir metas de exercício

- Toque no ícone da bandeira.
- Você pode definir metas de acordo com o tempo, calorias ou distância.
- Use a coroa rotativa ou toque no ícone +/- para ajustar os valores.

Diferentes tipos de exercício suportam diferentes configurações de tipo de meta. Você pode verificar se a meta pré-definida é alcançada durante e após os exercícios.



Gerenciar tipos de exercício

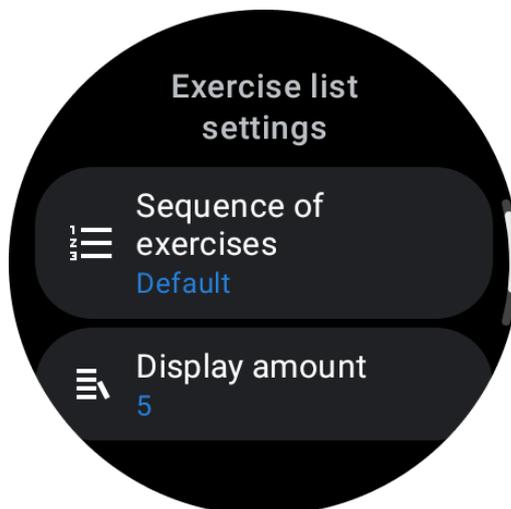
Toque em "Mais" para ver mais tipos de exercícios. Nós organizamos a lista em ordem alfabética para ajudá-lo a encontrar rapidamente o tipo de exercício correspondente.

Para alterar o número de exercícios exibidos na página inicial,

vá para Configurações -> Configurações da lista de exercícios -> Quantidade exibida -> escolha o número (5, 10, 15, 20, 50, Todos).

Para alterar a ordem em que eles são exibidos,

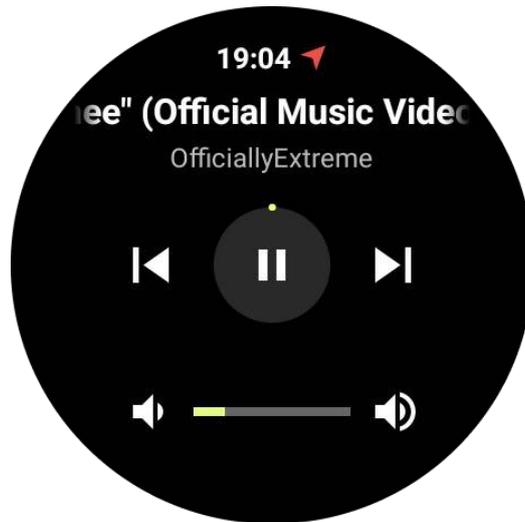
vá para Configurações -> Configurações da lista de exercícios -> Sequência de exercícios.



Controlo de música durante o exercício

Durante o exercício, pode deslizar para a esquerda para mudar para o ecrã de controlo de música, onde pode controlar a reprodução de música, pausar, avançar para a música anterior ou seguinte, e muito mais.

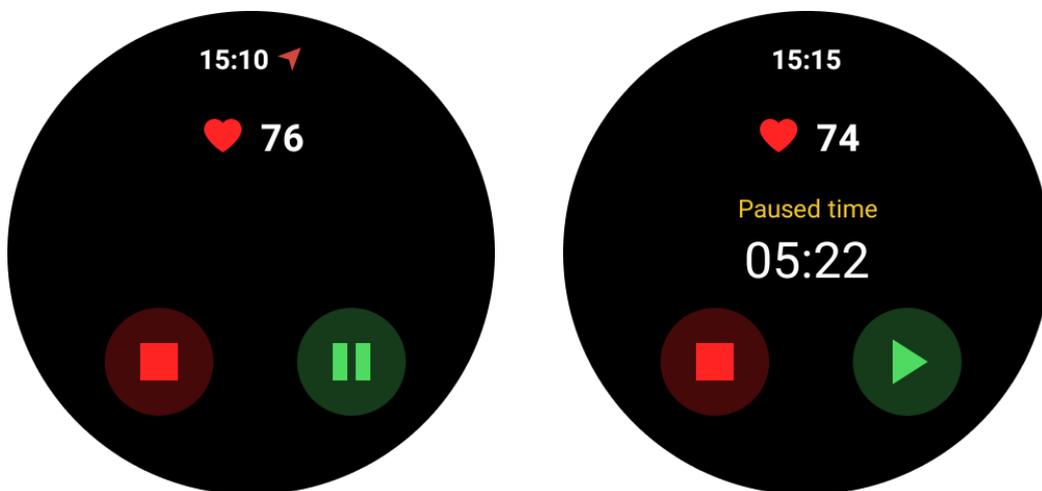
Nota: Para controlar a música reproduzida no seu telemóvel, o seu smartwatch precisa de estar ligado ao seu telemóvel através de Bluetooth.



Pausar e retomar exercício

Pausa e retomar manualmente

Deslize para a direita no ecrã de exercício para mudar para a página de pausa. Aqui, pode tocar no botão de pausa para parar o exercício. A interface irá mostrar a duração da pausa. Toque novamente para retomar o exercício.



Pausa e retomar automaticamente:

Quando o relógio deteta que parou de fazer exercício, irá pausar automaticamente. Quando deteta que retomou o exercício, irá retomá-lo automaticamente.

Para ativar esta funcionalidade, vá para Definições -> ative a opção "Pausa automática".

Nota: A pausa e a retoma automática estão atualmente disponíveis apenas para caminhada ao ar livre, corrida ao ar livre, corrida indoor, escalada, corrida de trilhos, caminhada automática e corrida automática.

Posicionamento GPS

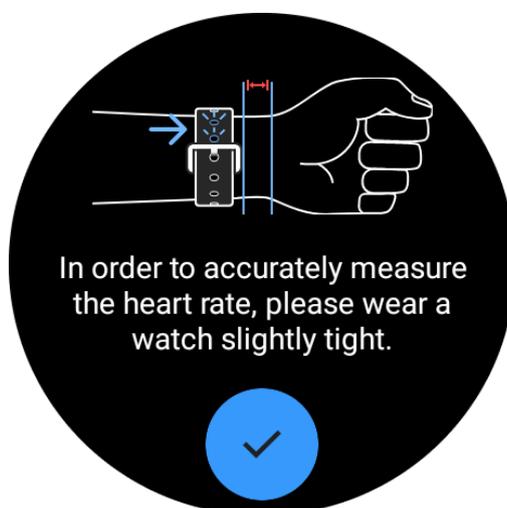
O tempo inicial de posicionamento GPS pode ser mais longo. É recomendado estar numa área aberta, sem obstruções, para o posicionamento. Coloque o relógio plano no peito com o ecrã virado para cima em direção ao céu.

Nota: Por favor, comece a fazer exercício depois de um posicionamento bem-sucedido. Se se mover antes de o GPS ter sido localizado com sucesso, o tempo de posicionamento pode ser mais longo ou falhar.

Registrar a frequência cardíaca durante o exercício

O relógio precisa de estar bem ajustado no pulso. O relógio DEVE estar posicionado pelo menos a uma distância de um dedo do osso do pulso para que a flexão do pulso não toque fisicamente no relógio.

Consulte a imagem abaixo para saber como utilizar o relógio:



Nota: Antes de começar a fazer exercício, aperte o relógio mais do que o habitual para evitar que o sensor de frequência cardíaca não adira à pele devido ao suor, o que pode afetar a precisão dos valores da frequência cardíaca.

Pelos excessivos no pulso e tatuagens podem afetar a precisão dos valores da frequência cardíaca.

Ver registos de exercício

Após terminar o exercício, a aplicação irá gerar um resumo do seu treino, incluindo a duração, distância total, passos totais, calorias totais queimadas, etc.

Nota: Diferentes tipos de exercício exibem diferentes tipos de dados.



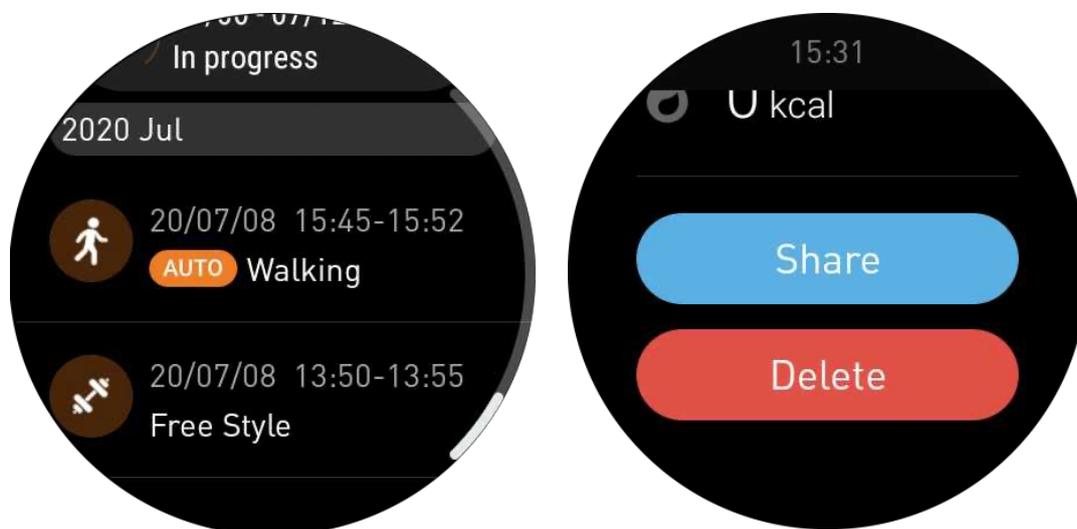
Verificar o histórico de exercícios

Na página inicial do TicExercise, pode deslizar para a esquerda para visualizar os registos anteriores.



Partilhar ou apagar os registos de exercício

- Toque no registo de exercício e role até ao fundo da página
- Toque em "Partilhar" ou "Apagar" para apagar este registo



VO2 Max e tempo de recuperação

1. Tipos de exercício suportados: corrida ao ar livre, caminhada ao ar livre, ciclismo, corrida indoor

2. Condições de saída:

Para exercícios de corrida e caminhada, é necessário ter uma velocidade média superior a 4 km/h e uma duração superior a 10 minutos.

Para exercícios de ciclismo, é necessário ter uma velocidade média superior a 15 km/h e uma duração superior a 5 minutos (recomenda-se ciclismo de estrada).

Nota:

- A primeira utilização requer conexão à Internet para inicializar o algoritmo. Por favor, ligue ao seu telefone ou Wi-Fi antes de abrir a aplicação TicExercise.
- Para garantir a precisão dos dados, por favor, preencha as suas informações pessoais (género, idade, altura, peso) com precisão.
- Se a duração do exercício for muito curta ou o número de exercícios for muito baixo, a margem de erro pode ser maior. Ao continuar a exercitar-se, os valores irão estabilizar gradualmente.
- O exercício real deve ser consistente com o tipo de exercício selecionado; inconsistência pode levar a uma maior margem de erro.



Sincronizar dados com o seu telefone

Se o relógio estiver ligado ao telemóvel e a rede móvel do relógio ou o WLAN estiverem disponíveis, pode sincronizar os dados desportivos com a aplicação Mobvoi Health no telemóvel.

Reconhecimento automático de exercício - TicMotion

Reconhecimento ativo sem definição manual: Após ativar o reconhecimento ativo, o seu relógio irá reconhecer ativamente a sua atividade contínua e de longa duração.

Reconhecer automaticamente o exercício

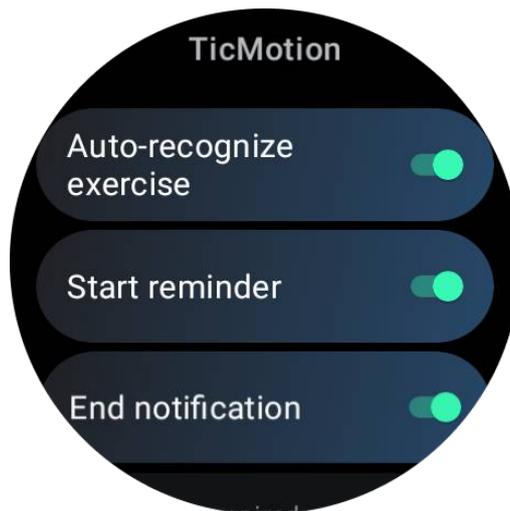
Antes de identificar com precisão o seu tipo de movimento, o TicMotion começa a pré-identificação em segundo plano e o registo de movimento não será gerado durante a fase de pré-identificação.

Lembrete de início

Quando exercitar-se por alguns minutos, o seu relógio irá reconhecer o tipo de atividade e aparecerá uma interface de atividade com vibração para mostrar os dados da atividade em tempo real. Se desativar o lembrete de início, enquanto a função de reconhecimento ativo estiver ativada, o seu relógio não irá mais mostrar a interface de atividade, mas continuará a registar a sua atividade.

Notificação de fim

Após a atividade terminar, o seu relógio irá terminar automaticamente o reconhecimento e gerar um registo da atividade, em seguida, mostrará os detalhes da atividade através de uma notificação push. Se desativar a notificação de fim, enquanto a função de reconhecimento ativo estiver ativada, o seu relógio não irá mais enviar notificações após a atividade terminar, mas continuará a registar a sua atividade.



Configurar o seu TicMotion

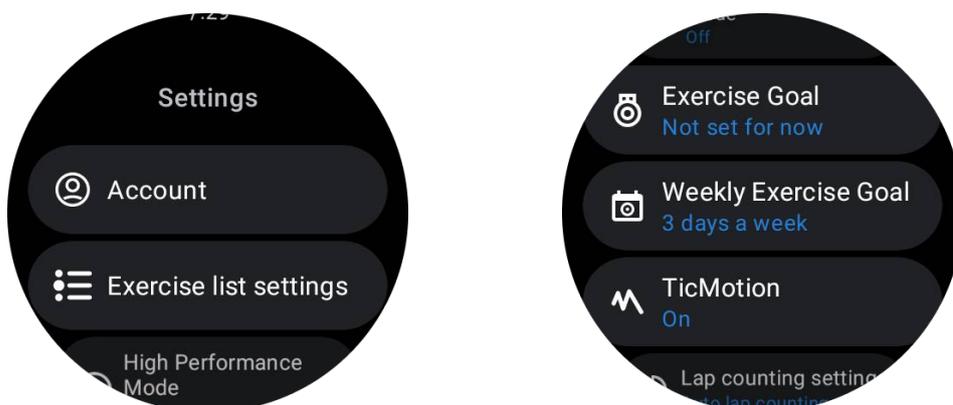
Em Definições -> TicMotion, pode escolher ativar ou desativar a função TicMotion. Pode escolher ativar ou desativar as notificações de início e fim do reconhecimento.

Pode ativar os tipos de exercício desejados na opção "Atividades reconhecidas", como caminhada, corrida e ciclismo (desativado por padrão, precisa ser ativado manualmente).

Nota:

- O reconhecimento automático de corrida requer corrida contínua por mais de 1 minuto.
- O reconhecimento automático de caminhada requer caminhada contínua por 5 minutos e uma frequência de passo superior a 120 passos/minute.
- O reconhecimento automático de ciclismo requer ciclismo contínuo por 5 minutos.

Configurações do TicExercise



Modo de Alto Desempenho

Irá monitorizar continuamente a sua localização através do GPS e aumentar a frequência das atualizações uma vez ativado. Por favor, note que esta função irá aumentar o consumo de energia.

Objetivo de exercício

Se escolher o objetivo correspondente, no tipo de exercício de corrida ao ar livre, iremos fornecer dicas correspondentes com base no seu objetivo e classificar o exercício após o término.

Se escolher "Não definir por agora", esta função não será ativada.

Para mais detalhes, consulte Definições -> Ajuda do Utilizador -> TicCoach no seu relógio.

Objetivo de exercício semanal

Defina os seus dias de exercício semanal e a aplicação irá exibí-los na interface de histórico de exercícios e na interface de mosaico, permitindo que verifique o cumprimento do seu objetivo comodamente.

Definições de contagem de voltas

Pode escolher a contagem de voltas manual ou a contagem automática de voltas. Após selecionar a contagem automática de voltas, pode escolher a distância da volta. Quando atingir a distância definida, a aplicação irá automaticamente contá-la como uma volta.

TTS

Após ativar, a aplicação TicExercise irá transmitir o seu estado e dados de exercício quando iniciar, durante e depois do exercício.

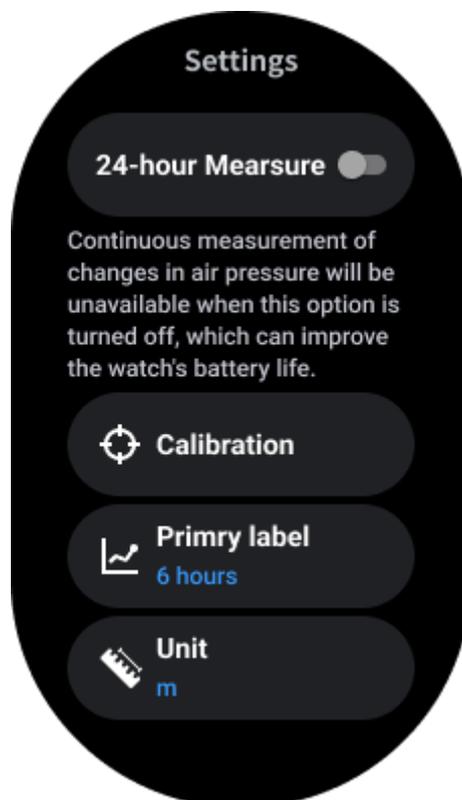
TicBarómetro



- Após ativar a função de altímetro barométrico, pode verificar a pressão barométrica e os dados de altitude.
- Para ver os dados de altitude, precisa ativar o "Google Location Accuracy"

24 horas de Medição

Após ativar o monitoramento de 24 horas, você pode monitorar dados ao longo do dia sem abrir o aplicativo TicBarometer.



Calibração

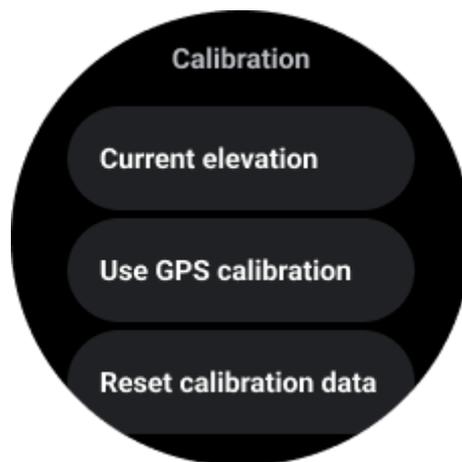
Os métodos de calibração incluem inserir a elevação atual e usar a calibração GPS.

Digite a altitude atual

- Você precisa inserir manualmente os dados de elevação específicos. O aplicativo TicBarometer usará esses dados como base para calcular e exibir dados subsequentes até que os dados de calibração sejam redefinidos.

Use a calibração GPS

- Ao usar a calibração GPS, você precisa calibrar em uma área aberta. Após a calibração bem-sucedida, o aplicativo TicBarometer usará esses dados como base para calcular e exibir dados subsequentes até que os dados de calibração sejam redefinidos.



Alterar o intervalo de tempo

- A faixa do gráfico de tendência pode exibir 2, 6, 12 ou 24 horas, e a exibição do gráfico mudará de acordo com a escolha do usuário.

Modo Essencial

O modo Essencial é um modo de economia de energia com funções e ferramentas de monitoramento de saúde.

Quando o relógio entra no modo Essencial, uma notificação será exibida informando que o relógio está no modo Essencial ao pressionar a coroa giratória.



Observações: Para economizar energia da bateria durante a noite, o relógio entra e sai automaticamente do modo Essencial por padrão. Você pode definir o horário de início e término no aplicativo de configurações do modo Essencial, de acordo com seus hábitos. Vá para "Aplicativo de configurações do modo Essencial -> Alternância automática por programação" para mais detalhes.

Monitoramento de Saúde

O modo Essencial oferece suporte a várias funções de monitoramento de saúde, incluindo frequência cardíaca, oxigênio no sangue, estresse, sono e atividade diária.

Observe que nem todos os dados de saúde podem ser mostrados no modo Essencial. Para ver todos os dados disponíveis, você precisa voltar ao modo inteligente pressionando o botão lateral por um longo tempo e encontrar os dados de saúde de hoje ou histórico por meio do TicApps (no seu relógio) ou do aplicativo Mobvoi Health (no seu telefone).

Frequência Cardíaca

Oferece detecção ativa e monitoramento passivo de 24 horas.

A detecção ativa pode ser realizada ao alternar para o Azulejo de Frequência Cardíaca ULP.



O monitoramento passivo de 24 horas requer a ativação da configuração de monitoramento de 24 horas do aplicativo TicPulse no modo inteligente. A frequência de monitoramento permanece consistente com o modo inteligente.

Oxigênio no Sangue

Oferece detecção ativa e monitoramento passivo de 24 horas.

A detecção ativa pode ser realizada ao alternar para o Azulejo de Oxigênio no Sangue ULP.



O monitoramento passivo de 24 horas requer a ativação da configuração de monitoramento de 24 horas do aplicativo TicOxygen no modo inteligente.

Estresse

Oferece monitoramento passivo de 24 horas.

Para ativar o monitoramento passivo, é necessário ativar a configuração de monitoramento de 24 horas do aplicativo TicZen no modo inteligente.

Sono

Oferece rastreamento do sono, incluindo estágio do sono, oxigênio no sangue em tempo real, taxa respiratória e temperatura da pele durante o sono.

Consulte mais detalhes no aplicativo TicSleep.

Atividade Diária

Oferece rastreamento de suas atividades diárias, incluindo passos, calorias queimadas, horas ativas, andares subidos, etc.

Para ver as calorias queimadas hoje, mude para o azulejo de Calorias ULP.



Funções e Ferramentas

Também existem algumas ferramentas convenientes disponíveis, como modo de hora de dormir, alarme de sono, bússola, etc.

Modo de Hora de Dormir

Após ativar o modo de hora de dormir, a retroiluminação sensível ao movimento será desativada e um ícone de lua será exibido no display ULP. No entanto, a retroiluminação ainda pode ser ativada girando a coroa giratória.

Como ativar o modo de sono:

1. Automático: Se o modo de hora de dormir já estiver ativado no modo inteligente, ele continuará no modo Essencial automaticamente.
2. Alternância manual: Pressione e segure a coroa giratória por mais de 1 segundo para ligar/desligar o modo de hora de dormir.

Alarme de Sono

O alarme de sono do modo Essencial vem do TicSleep. Verifique os detalhes no aplicativo TicSleep.

Quando o alarme tocar, você pode clicar na coroa giratória para entrar no modo soneca ou clicar no botão lateral para encerrar o alarme.

Azulejo de Bússola ULP

Ao alternar para o Azulejo de Bússola ULP, você pode identificar direções. Após 1 minuto, ele sairá de modo de espera e retornará ao Azulejo de Hora ULP.



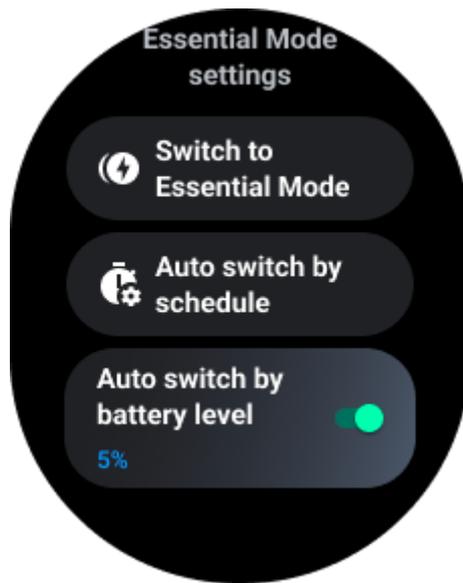
Se o seu relógio for afetado por interferência de campo magnético, ele exibirá "CAL". Nesse momento, você precisa recalibrar a bússola antes de usá-la novamente.



Como alternar para o modo Essencial?

O modo Essencial pode ser ativado por diferentes métodos, incluindo interruptores manuais, programados, inteligentes e de baixo consumo de energia.

Você pode acessar o aplicativo de configurações do modo Essencial navegando pela lista de aplicativos ou clicando no ícone da bateria na bandeja QSS.

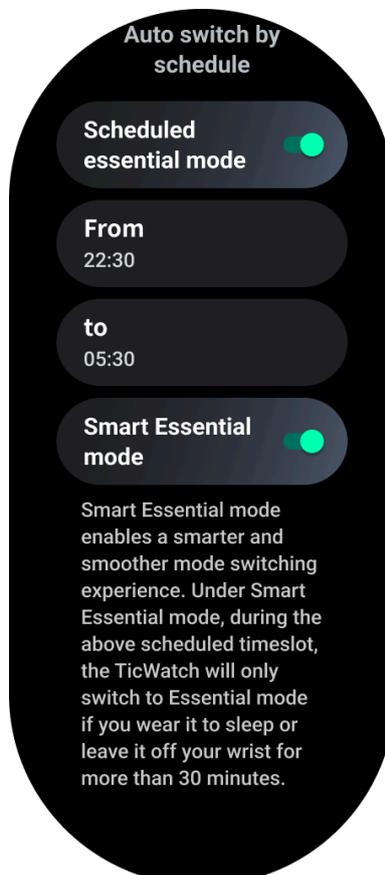


Interruptor manual

Ao clicar em "Mudar para o modo Essential", o relógio pode entrar no modo Essential manualmente.

Interruptor automático por programação

Essa configuração está ativada por padrão.



Programar modo Essential

Você pode personalizar o horário de entrada e saída com base nos seus hábitos.

O relógio entrará e sairá automaticamente do modo Essential durante o período de tempo definido.

Modo Essential inteligente

O modo Essential inteligente permite uma experiência de troca de modo mais inteligente e suave.

No modo Essential inteligente, durante o período de tempo programado acima, o TicWatch só mudará para o modo Essential se você o usar para dormir ou deixá-lo fora do pulso por mais de 30 minutos.

Observações: Existe um conflito entre o modo Essential programado/inteligente e o bloqueio de tela.

Após definir o bloqueio de tela, quando o relógio voltar do modo Essential, o bloqueio de tela não poderá ser ignorado. Você terá que desbloquear manualmente a tela.

Antes de desbloquear a tela, como o sistema ainda não está completamente iniciado, algumas funções estão restritas. Portanto, recomendamos que você ative apenas uma dessas opções ao mesmo tempo.

Interruptor automático com base no nível de bateria

Se essa opção estiver ativada, o relógio entrará automaticamente no modo Essential quando o nível de bateria estiver abaixo de 5%.

Como sair do modo Essential?

Pressione e segure o botão lateral até que a tela de inicialização apareça para sair do modo Essential e entrar no modo Smart do Wear OS.

Outros apps e recursos

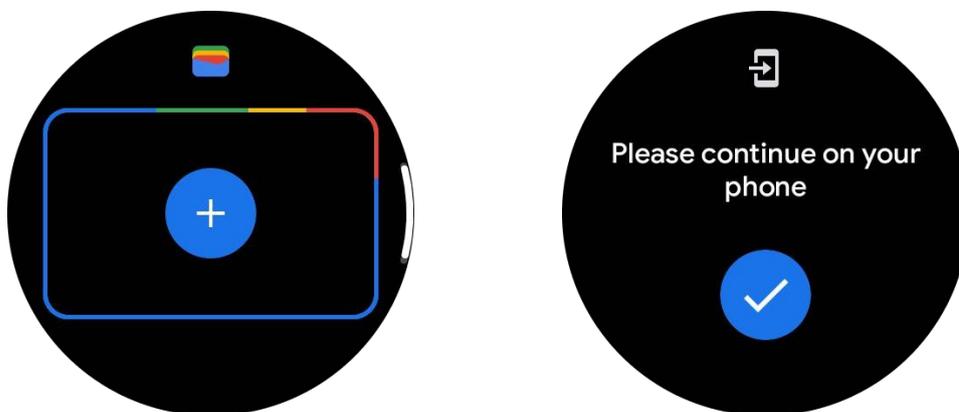
Instalar novos aplicativos

- Abra o aplicativo Play Store e faça login na sua conta do Google no relógio.
- Navegue pelos aplicativos por categoria ou pesquise aplicativos por palavra-chave.
- Toque em Baixar para baixar e instalar o aplicativo no seu relógio.

Google Wallet

Adicionar um cartão de crédito ou débito

1. Toque duas vezes no botão lateral para abrir o Google Wallet.
2. Após o tutorial ser concluído, toque no ícone "Adicionar cartão".
3. Siga as instruções na tela do seu telefone para adicionar um cartão de crédito ou débito.



Google Maps

Quando você baixa o aplicativo Google Maps da Play Store, você pode usar a navegação, encontrar destinos locais ou sua localização e obter outras informações úteis no seu relógio.

Importante:

- Para usar a navegação, você deve permitir o rastreamento de localização no seu telefone e smartwatch.
- Os mapas no seu dispositivo Wear usam a unidade de distância do seu telefone emparelhado.

Obtenha direções no seu relógio

Para obter direções no seu relógio, você pode iniciar a navegação no seu relógio ou no seu telefone emparelhado. A rota aparece no seu telefone e, à medida que você avança, você recebe instruções para cada curva no seu relógio. O Maps atualmente oferece suporte à navegação para ciclismo, direção e caminhada.

Dica: Quando você permite a localização no seu telefone, a navegação funciona no seu relógio, mesmo quando o telefone está bloqueado. [Saiba como permitir a localização no seu telefone.](#)

Pesquisar locais

1. Se você não consegue ver a tela do relógio, acorde o relógio.
2. Deslize para cima para encontrar seus aplicativos e abrir o aplicativo Maps.
3. Para selecionar a partir de casa, trabalho ou locais recentes, toque em Pesquisar.

Use o relógio sem o seu telefone por perto

Você pode iniciar a navegação no seu relógio sem o seu telefone por perto. Você também pode habilitar a espelhamento e iniciar a navegação no seu telefone e depois deixar o telefone para trás. Quando você habilita o espelhamento, o seu relógio assume a navegação do seu telefone. Isso só funciona em relógios emparelhados com dispositivos Android.

Para iniciar a navegação no seu relógio:

1. Abra o Maps no seu relógio.
2. Use a voz ou a ferramenta de teclado para inserir o seu destino. Você também pode tocar no mapa para ver a sua localização.
3. Selecione o seu modo de transporte. A partir daqui, você pode ver a sua estimativa de chegada.
4. Inicie a sua caminhada, passeio de bicicleta ou carro.

Saiba mais em [Ajuda do Google Maps](#).

Configurações do relógio

Personalize as configurações do seu relógio. Pressione a coroa giratória e entre no lançador de aplicativos. Toque no aplicativo Configurações.

Conectividade

Bluetooth

Conecte-se ao seu telefone via Bluetooth.

- Mostra o dispositivo conectado atual.
- Toque em Bluetooth -> Parear novo dispositivo, se você desejar parear com um dispositivo novo.
- Ligue ou desligue.

Wi-Fi

Ative o recurso Wi-Fi para se conectar a uma rede Wi-Fi.

- No aplicativo Configurações, toque em Conectividade -> Wi-Fi e toque no interruptor para ativá-lo.
- Toque em adicionar rede para selecionar uma rede da lista de redes Wi-Fi.
- O ícone de cadeado significa que as redes requerem uma senha. Você pode inserir a senha no seu telefone ou relógio.

NFC

Você pode usar esse recurso para fazer pagamentos e comprar ingressos para transporte ou eventos após baixar os aplicativos necessários.

Modo avião

Isso desativa todas as funções sem fio do seu relógio. Você só pode usar serviços que não dependem de rede.

No aplicativo Configurações -> Conectividade -> Modo avião para ativá-lo.

Tela

Você pode alterar as configurações da tela. Acesse Configurações -> Tela.

Tela sempre ativa

Defina a tela para sempre ficar ligada enquanto estiver usando o relógio. Você pode escolher entre a tela AMOLED e a tela de baixo consumo de energia.

Cor do fundo:

Altere a cor da tela de baixo consumo de energia.

Ajustar brilho

Ajuste o brilho da tela. Você pode usar a coroa giratória para ajustar o valor.

Brilho adaptável: Defina o relógio para ajustar automaticamente o brilho dependendo das condições de luz ambiente.

Ativar movimento para acordar

Defina para ligar a tela ao levantar o puls o ao usar o relógio.

AMOLED: Movimento para acordar a tela AMOLED.

Fundo: Movimento para acordar a tela de baixo consumo de energia.

Desligado: Desligue a cor de fundo no modo Essential.

Tamanho da fonte

Defina o tamanho da fonte do texto na tela. Você pode usar a coroa giratória para ajustar.

Tempo limite da tela

Defina o tempo que o relógio aguarda antes de desligar a luz de fundo da tela.

Sincronizar captura de tela do relógio

Pressione a coroa giratória e o botão lateral ao mesmo tempo para capturar a tela.

Em seguida, abra o aplicativo "Mobvoi Health" no seu telefone e toque em "Sincronizar captura de tela" para salvar as imagens no álbum do telefone móvel.