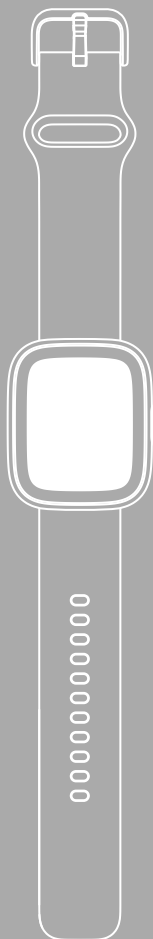


SMARTWATCH

Smartwatch 4000



P Manual de instruções





1. Explicação dos símbolos de aviso e das observações	3
2. Conteúdo da embalagem	3
3. Instruções de segurança	4
4. Elementos de comando	6
5. Primeiros passos	7
5.1 Carregar	7
5.2 Colocar e ativar	8
5.3 Desligar	8
6. Configurar o seu smartwatch	9
6.1 Descarregar a app "Hama FIT move"	9
6.2 Emparelhamento de smartwatch e smartphone	10
7. Operar o seu smartwatch	12
7.1 Notas sobre o funcionamento	14
8. Manutenção e conservação	15
9. Exclusão de responsabilidade	15
10. Idiomas suportados	15
11. Dados técnicos	15
12. Indicações de eliminação	16
13. Declaração de conformidade	16

EXPLICAÇÃO DOS SÍMBOLOS DE AVISO E DAS OBSERVAÇÕES

Muito obrigado por se ter decidido por este produto Hama!

Antes de utilizar o produto, leia atentamente seguintes as indicações e observações. Em seguida, guarde as instruções de uso num local seguro, para as poder consultar sempre que necessário.

O seu novo smartwatch é o companheiro ideal para um estilo de vida saudável e motiva-o a ser ativo ao longo do dia. Para além de exibir a hora e a data, recolhe dados sobre o número de passos que dá, a sua frequência cardíaca e as calorias que queima. A ligação sem fios via *Bluetooth*® ao seu smartphone permite-lhe documentar os dados na aplicação associada "Hama FIT move" e, assim, seguir sempre o seu sucesso. Verifique aqui quando tiver atingido o seu objetivo de aptidão pessoal!

1. Explicação dos símbolos de aviso e das observações

Aviso



Este símbolo é utilizado para identificar informações de segurança ou para chamar a atenção para perigos e riscos especiais.

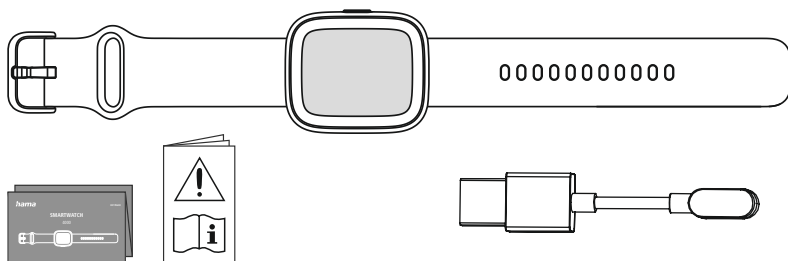
Nota



Este símbolo é utilizado para identificar informações de segurança adicionais ou para assinalar observações importantes.

2. Conteúdo da embalagem

- Smartwatch "Smartwatch 4000"
- 1 cabo de carregamento USB
- Guia rápido
- Ficha de dados de segurança





3. Instruções de segurança

Aviso



Antes de utilizar o produto, leia atentamente todas as indicações e observações deste manual. As informações relativas à utilização do produto constam do presente manual de instruções.

- O produto está previsto apenas para a utilização privada, não para a comercial.
- Utilize o produto exclusivamente para o fim a que se destina.
- Proteja o produto da sujidade, da humidade e do sobreaquecimento, e utilize-o unicamente em ambientes secos.
- Nunca utilize o produto diretamente ao pé de aquecimentos ou de outras fontes de calor, nem o exponha à incidência direta dos raios de sol.
- Nunca utilize o produto fora dos limites de desempenho indicados nos dados técnicos.
- Nunca utilize o produto em áreas em que não sejam permitidos dispositivos eletrónicos.
- A bateria está instalada de forma fixa e não pode ser removida.
- Nunca abra o produto, nem o utilize caso esteja danificado.
- Nunca tente manter ou reparar o produto. Qualquer trabalho de manutenção deve ser executado por técnicos especializados.
- Nunca deixe cair o produto, nem o submeta a choques fortes.
- Nunca introduza alterações no produto. Se o fizer, a garantia deixará de ser válida.
- Elimine imediatamente o material da embalagem em conformidade com as normas locais aplicáveis.
- Nunca deite a bateria ou o produto para o fogo.
- Não altere nem deforme/aqueça/desmante as baterias.
- Ao conduzir um veículo pesado ou um automóvel desportivo, não permita que o seu produto o distraia e tenha atenção ao trânsito e ao meio envolvente.
- Antes de iniciar um programa de treino, consulte um médico.
- Durante o treino, preste sempre atenção às reações do seu corpo e, em caso de emergência, contacte um médico.
- Consulte um médico se sofrer de qualquer tipo de doença e, mesmo assim, desejar utilizar o produto.
- Trata-se de um produto para o consumidor e não de um aparelho médico. Por isso, não é adequado para o diagnóstico, terapia, tratamento ou prevenção de doenças.
- Um contacto prolongado com a pele pode causar irritações cutâneas e alergias. Consulte um médico se os sintomas perdurarem.
- Este produto não é um brinquedo. Contém pequenas peças que podem ser engolidas e representar um risco de asfixia.
- Utilize o produto sempre só em condições climáticas moderadas.



Perigo de choque elétrico



- Nunca abra o produto, nem o utilize caso esteja danificado.
- Nunca utilize o produto se o adaptador de CA, o cabo de adaptação ou o cabo de alimentação estiverem danificados.
- Nunca tente manter ou reparar o produto. Quaisquer trabalhos de manutenção devem ser executados por técnicos especializados.

Advertência – Pacemaker



O produto gera campos magnéticos. As pessoas com pacemakers devem procurar aconselhamento médico antes de utilizarem este produto, uma vez que o funcionamento do pacemaker pode ser afetado.

Nota – Tráfego aéreo



- Este produto é um transmissor de rádio permanente. Note-se que, no tráfego aéreo, o transporte e operação de transmissores de rádio não é permitido em certas fases de voo (por exemplo, decolagem/aterragem) por razões de segurança.
- Verifique com a companhia aérea antes de um voo se o seu aparelho de rastreio de aptidão física pode ser transportado. Em caso de dúvida, deixe o produto em casa.

Aviso – Bateria

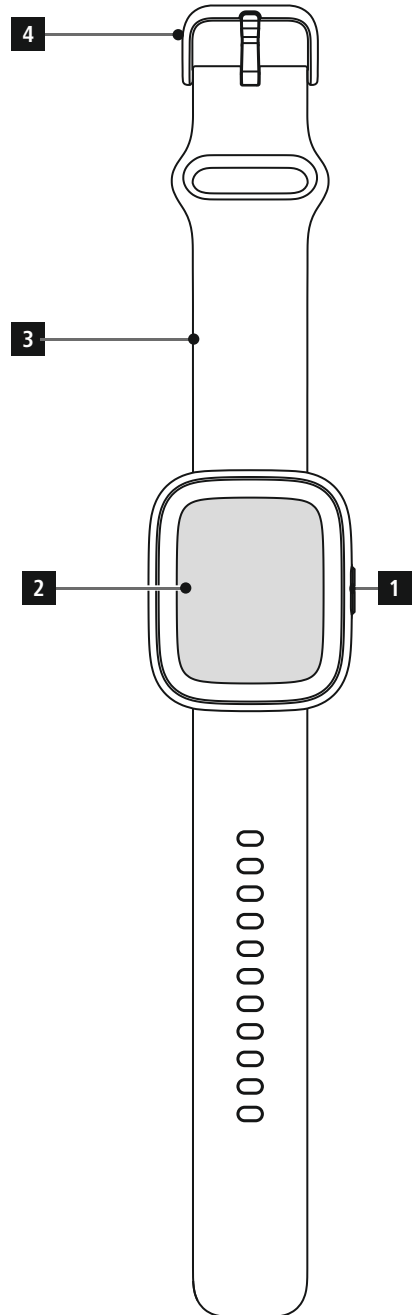
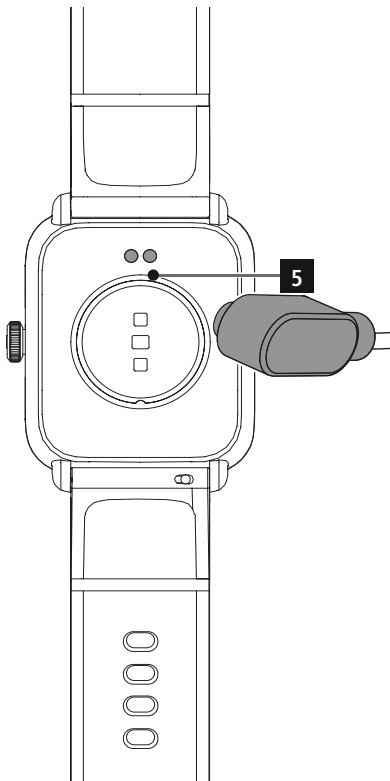


- Utilize apenas carregadores ou portas USB adequados para efetuar o carregamento.
- Nunca utilize um carregador ou portas USB danificados em geral, nem os tente reparar.
- Não submeta o produto a um carregamento excessivo ou a um descarregamento completo.
- Evite um armazenamento, um carregamento e uma utilização em condições de temperaturas extremas e de pressão atmosférica extremamente baixa (como, por exemplo, a grandes altitudes).
- Sempre que o produto for armazenado por um período prolongado, recarregue-o regularmente (no mín. trimestralmente).
- As ligações de carregamento não devem ser colocadas em curto-circuito.



4. Elementos de comando

1. Botão de controlo
2. Ecrã tátil completo
3. Pulseira amovível
4. Fecho
5. Contacto de carregamento





5. Primeiros passos

Nota



As descrições e ilustrações deste manual de instruções baseiam-se na versão 1.6.5 da aplicação **Hama FIT move** e na versão 1.01.08 do firmware do smartwatch.

Tenha em atenção que podem existir diferenças nas designações e representações quando atualizar a aplicação ou o smartwatch.

5.1 Carregar

- Antes de utilizar o smartwatch pela primeira vez, carregue-o uma vez com a carga total.
- Ligue o cabo de carregamento a uma porta USB livre no seu computador ou a um carregador USB e o contacto de carregamento [5] no seu smartwatch. Ao fazê-lo, cumpra as indicações das instruções de uso do carregador USB utilizado.

Nota

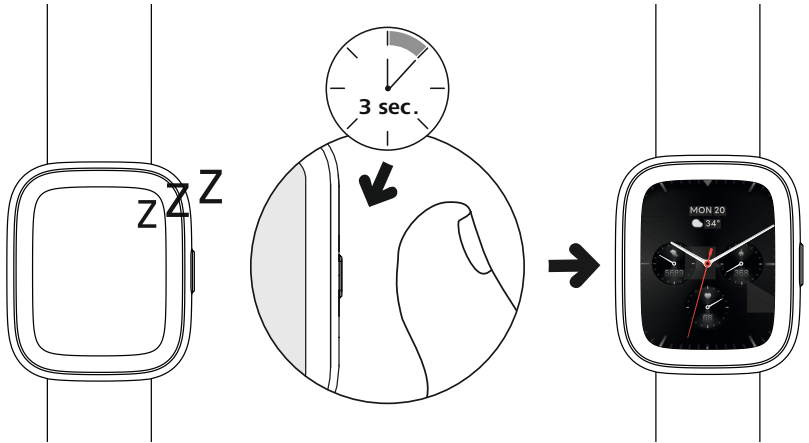


- O tempo de carregamento para uma carga completa da bateria é de aproximadamente 150 minutos. Se a bateria for apresentada como totalmente carregada no visor, o processo de carregamento está concluído. Em seguida, desligue o smartwatch da alimentação de energia.
- Se o nível da bateria for apenas 10%, carregue o seu smartwatch para evitar restrições de funcionamento.



5.2 Colocar e ativar

- Antes de colocar e ativar o seu smartwatch pela primeira vez, deve conectá-lo com o cabo de carregamento anexo e ligá-lo a uma fonte de energia.
- Após um carregamento bem-sucedido, coloque o seu smartwatch no pulso e feche a pulseira [3] usando o fecho [4].
- Mantenha o botão de controlo [1] premido durante 3 seg. para iniciar o seu smartwatch.



Nota



- Para fazer o melhor uso das funções de medição, o seu smartwatch deve ficar justo à parte superior do antebraço e ser confortável de usar. A distância entre o smartwatch e o osso do carpo deve ser de cerca de um dedo de largura.
- Para assegurar o melhor registo possível das suas atividades, use o seu smartwatch no pulso esquerdo se for destro e no pulso direito se for canhoto.

5.3 Desligar

- Para desligar o seu smartwatch, aceda ao menu [SETTINGS] e toque no submenu [GENERAL] em [TURN OFF]. Confirme a pergunta subsequente, para desligar o seu smartwatch.



6. Configurar o seu smartwatch

Para aceder a toda a gama de funções do seu smartwatch, instale a aplicação "Hama FIT move". As secções seguintes contêm informações sobre a transferência e a configuração da aplicação.

6.1 Descarregar a app "Hama FIT move"

Nota

São suportados os seguintes sistemas operativos:

- iOS 12.0 ou superior
- Android 6.0 ou superior

Depois de ativar o seu smartwatch pela primeira vez, ser-lhe-á pedido para descarregar a aplicação correspondente "Hama FIT move" no seu smartphone. Um código QR correspondente é mostrado no mostrador do seu smartwatch.

- Digitalize o código QR com o seu smartphone ou descarregue a aplicação a partir da Play Store (Android) ou da App Store (iOS):



Hama FIT move

link.hama.com/app/fit-move

- Para instalar a aplicação, siga as instruções no seu smartphone.

Nota

Para mais informações sobre indicações individuais, menus e funções da aplicação, consulte o manual de instruções: **App-Guide "Hama FIT move"**



6.2 Emparelhamento de smartwatch e smartphone

Nota

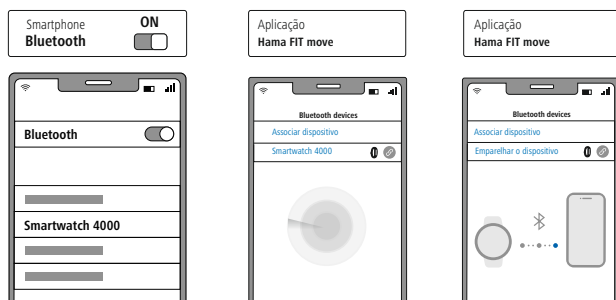


- Para que o seu smartwatch exiba as chamadas recebidas, mensagens de texto, mensagens WhatsApp e outras notificações, ative o modo push para notificações nas configurações do seu smartphone.
- Durante a configuração da aplicação, são feitas perguntas sobre se a aplicação é autorizada a aceder às funções do seu dispositivo final. Permita estas consultas para a plena funcionalidade do seu smartwatch.

- Inicie a aplicação no seu smartphone e aceite os termos da política de privacidade. Responda a quaisquer perguntas que surjam.

Para uma ótima experiência de utilizador, deverá criar uma conta de utilizador. Ao criar uma conta de utilizador, pode aceder aos seus dados pessoais se mudar de smartphone. Isto significa que os seus dados pessoais estão disponíveis a todo o momento. A criação de uma conta de utilizador não é um pré-requisito para a utilização da aplicação.

- Para criar uma conta de utilizador, toque em **[LOGIN]** e selecione **[REGISTAR AGORA]** na parte inferior do visor. Introduza um endereço de e-mail e uma palavra-passe e clique em **[PASSO SEGUINTE]**.
- Introduza o código de verificação que será enviado para o endereço de e-mail que forneceu. Se necessário, verifique a sua pasta Spam.
- Depois do registo bem-sucedido, pode introduzir um nome de utilizador e os seus dados pessoais e atribuir uma imagem de perfil. Toque em **[PASSO SEGUINTE]** para continuar a configuração.
- De seguida, é iniciada a procura pelo seu smartwatch "Smartwatch 4000".
- Siga as instruções na aplicação do seu smartphone para ligar o seu smartwatch. O seu smartphone irá estabelecer uma conexão Bluetooth ao seu smartwatch.



- Selecione "Smartwatch 4000" e toque em **[VINCULAR O APARELHO]** na parte inferior para conectar o smartwatch à aplicação.
- Toque no ícone **[✓]** na aplicação do seu smartphone para confirmar a ligação e concluir a configuração na aplicação.
- Se houver um tempo limite, repita o processo.



- Depois, faça as suas configurações pessoais. Estas podem ser posteriormente adaptadas na aplicação (ver instruções: **App-Guide "Hama FIT move"**).
- O seu smartwatch está conectado à aplicação e a sincronização é iniciada.

Nota



- Sincronize o seu smartwatch com a aplicação antes de o utilizar pela primeira vez. Se registar uma atividade antes de o smartwatch ter sido sincronizado com a aplicação pela primeira vez, a atividade não será transferida para a aplicação posteriormente.
- Para iniciar manualmente uma sincronização do seu smartwatch com a aplicação, arraste o ecrã para baixo na página inicial da aplicação.
- Devido ao espaço de armazenamento limitado do seu smartwatch, deve sincronizar o seu smartwatch com a aplicação, pelo menos, uma vez por semana, para evitar a perda de dados.

Nota



- Após a primeira sincronização com a aplicação, o seu smartwatch adota automaticamente a hora, data e idioma do seu smartphone.
- A hora e a data não podem ser definidas manualmente.
- O idioma de apresentação do seu smartwatch depende da sua seleção na aplicação. O idioma do ecrã permanece inglês até a configuração estar concluída. Selecione o idioma de apresentação desejado na aplicação (ver instruções: **App-Guide "Hama FIT move"**).
- A aplicação irá alertá-lo quando uma atualização de firmware estiver disponível para o seu smartwatch. Realize a atualização na aplicação para assegurar o bom funcionamento do seu smartwatch.



7. Operar o seu smartwatch

As secções seguintes contêm informações sobre o funcionamento e a estrutura do menu do seu smartwatch. O smartwatch tem um visor com ecrã tátil.










- Toque nos ícones e menus ou passe o dedo pelo visor para navegar pelos menus e executar funções.
- Prima o botão de controlo **[1]** para ativar o visor do seu smartwatch. Pode, então, alternar entre os vários ecrãs e itens do menu, percorrendo o ecrã na ordem apresentada abaixo.
- Pode aceder aos submenus tocando no respetivo símbolo.
- Prima o botão de controlo **[1]** para abrir o menu principal ou sair de um menu e voltar ao ecrã inicial.

Nota

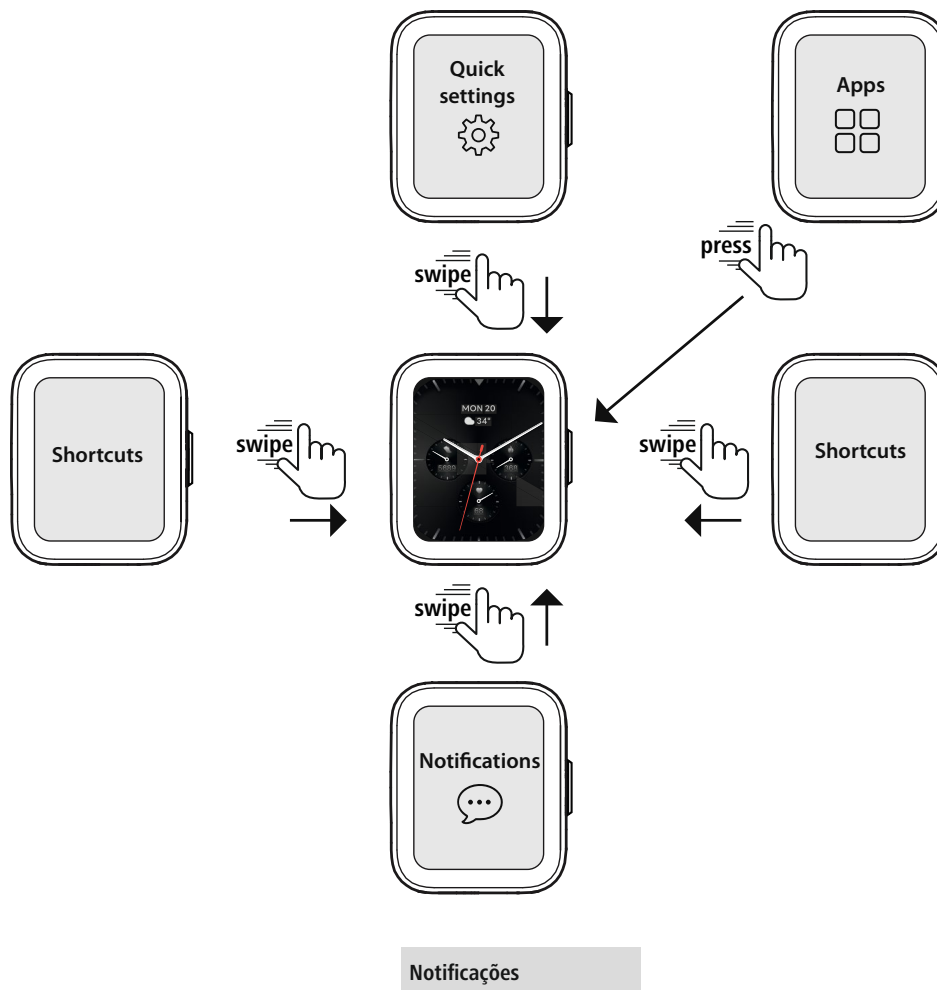


O gráfico seguinte é uma visão geral da estrutura do menu com todos os itens do menu.

Smartwatch 4000

Definições de acesso rápido	
 Modo "Não incomodar"	 Settings
 Brilho do ecrã	 Relógio despertador
 Ecrã de despertar	 Modo de poupança de energia
 Torch	 Pesquisa telefónica
 Drenagem	

Aplicações	
 Atividade	 Relógio
 Telefone	 Tempo
 Assistente de línguas	 Relatório de ciclo
 Treino (modos desportivos)	 Música
 Registo de treino	 Câmara
 Frequência cardíaca	 Pesquisa telefónica
 SpO2	 Stress
 Dormir	 Treino respiratório
 Settings	



Atalhos*
Dados do treino
Frequência cardíaca / SpO2 / Stress
Treino (modos desportivos)
Dormir
Tempo
Música


* As ligações podem ser personalizadas através da aplicação **Hama FIT move**.



7.1 Notas sobre o funcionamento

Nota: Aplicação "assistente de voz"



- A aplicação "Assistente de voz" permite-lhe, ao tocar no símbolo [], aceder ao assistente de voz do seu smartphone emparelhado e compatível. É necessária uma ligação Bluetooth entre os dois dispositivos. A comunicação com o assistente de voz é apenas audível. A compatibilidade não pode ser garantida para todos os fabricantes ou versões de sistemas operativos. Poderá haver restrições, especialmente com o sistema operativo Android. Se necessário, contacte o fabricante do seu smartphone. Poderá haver uma atualização de software disponível para o seu smartphone que possa resolver este problema.
- Para uma utilização otimizada do assistente de voz, tenha em atenção as seguintes definições no seu smartphone: - Assistente Google (Android): Defina-o como o assistente de voz predefinido no seu smartphone Android e permita a utilização do Assistente Google quando bloqueado.
- Apple Siri (iOS): Ative a Siri no iPhone e permita a utilização da Siri no modo de bloqueio.



8. Manutenção e conservação

Limpe o produto apenas com um pano sem pelos ligeiramente humedecido e não utilize produtos de limpeza agressivos.

9. Exclusão de responsabilidade

A Hama GmbH & Co KG declina toda e qualquer responsabilidade ou garantia por danos decorrentes da instalação, da montagem ou do manuseamento incorretos do produto e/ou do incumprimento das indicações de segurança e/ou das indicações de segurança.

10. Idiomas suportados

A seguinte lista contém uma visão geral dos idiomas suportados pela interface de utilizador do seu smartwatch e pela aplicação "Hama FIT move":

	Inglês	Alemão	Francês	Espanhol	Sueco	Checo	Polaco	Finlandês	Húngaro	Holandês	Português	Russo	Romeno	Eslavo	Búlgaro	Grego	Norueguês	Dinamarquês	Sérvio
Smartwatch 4000	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
Hama FIT move	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x

11. Dados técnicos

Versão Bluetooth	5.3 LE
Tipo de ecrã	LCD TFT
Tamanho do ecrã	1.65"
Dimensões (caixa)	47 × 39 × 12 mm
Peso	39 g
Largura da pulseira	2,2 cm
Material da pulseira	Silicone
Material da caixa	sintético
Classe de proteção	IP68
Tipo de pilha	Polímeros de lítio
Capacidade da bateria	300 mAh
Tempo de carregamento	< 2,5 horas
Autonomia da bateria	aprox. 5-7 dias



12. Indicações de eliminação

Observação sobre a proteção ambiental:



Após a transposição das Diretivas Comunitárias 2012/19/EU e 2006/66/CE para a legislação nacional, aplica-se o seguinte: Os dispositivos e equipamentos elétricos e eletrônicos, bem como as pilhas e baterias, não podem ser eliminados juntamente com o lixo doméstico. Os consumidores estão obrigados por lei a depositar os dispositivos e equipamentos elétricos e eletrônicos, bem como as pilhas e as baterias, no fim das respectivas vidas úteis, em locais públicos específicos para este efeito ou a entregá-los no ponto de venda. Os detalhes deste processo estão estipulados nas leis dos respectivos países. Este símbolo no produto, no manual de instruções ou na embalagem indica que o produto está sujeito a estes regulamentos. Ao reciclar, permitindo a reutilização dos materiais dos seus produtos/baterias velhos, está a dar um contributo enorme para a proteção do ambiente.

13. Declaração de conformidade



A Hama GmbH & Co KG declara que este dispositivo está em conformidade com os requisitos essenciais e outras disposições relevantes da Diretiva 2014/53/UE. A declaração de conformidade de acordo com a diretiva correspondente pode ser encontrada em: <https://support.hama.com/00178640>


Banda de frequências/bandas de frequências	2402 – 2480 MHz
Potência máxima transmitida	9 dBm

hama

Hama GmbH & Co KG
86652 Monheim/Alemanha

Service & Support

 www.hama.com

 +49 9091 502-0

D

A marca nominativa Bluetooth® e os respetivos logos são marcas registadas detidas pela Bluetooth SIG, Inc. e qualquer utilização das mesmas pela Hama GmbH & Co KG é feita ao abrigo de licença. As outras marcas comerciais e nominativas são detidas pelos respetivos proprietários.

Todas as marcas comerciais citadas são marcas comerciais detidas pelas respetivas empresas proprietárias. Exceto erros e omissões e sujeito a alterações técnicas. Aplicam-se as nossas condições gerais de fornecimento e de pagamento.