



[Base de conocimiento](#) > [Relojes Inteligentes](#) > [Solución de Problemas e Información - Reebok Pulse](#) > [Configuración y Emparejamiento](#) > [Controles de Interfaz: Cómo Navegar tu Reebok Pulse](#)

Controles de Interfaz: Cómo Navegar tu Reebok Pulse

Inas B. - 2025-08-20 - [Configuración y Emparejamiento](#)

El Reebok Pulse está diseñado para moverse contigo, incluyendo la forma en que lo navegas. Con una potente combinación de gestos en la pantalla táctil, botones y la corona giratoria, tienes el control total. Aquí tienes una guía rápida para dominar cada parte de la interfaz con facilidad.

Gestos en la Pantalla Táctil

Comienza en la carátula del reloj, tu punto de inicio. Desde allí, desliza para acceder a todo lo que necesitas:

- **Deslizar hacia abajo ↓** — Revisar nivel de batería y ajustes rápidos
- **Deslizar hacia arriba ↑** — Ver notificaciones
- **Deslizar hacia la derecha →** — Abrir el menú rápido
- **Deslizar hacia la izquierda ←** — Ciclar entre widgets de aplicaciones como:
 - Resumen Diario
 - Ritmo Cardíaco
 - SpO₂
 - Estrés
 - Sueño
 - Clima
 - Control de Música

Controles de Botones

Botón Superior (Corona Giratoria):

- Pulsación larga (3+ segundos) cuando está apagado — Encender reloj
- Pulsación larga (3+ segundos) cuando está encendido — Abrir Menú de Encendido (Reiniciar, Apagar, SOS)
- Pulsación corta (pantalla apagada) — Activar pantalla
- Pulsación corta (pantalla encendida) — Abrir lista de aplicaciones

- Pulsación corta (durante entrenamiento) — Pausar actividad

Botón Inferior:

- Pulsación corta — Abre la Lista de Actividades (puedes personalizar este acceso en Configuración)

Corona Giratoria

Gira la corona para desplazarte suavemente por menús y listas; funciona como deslizar hacia arriba y abajo, pero con precisión diseñada para el movimiento.