Como usar seu dispositivo Reebok na terceira idade

Inas B. - 2026-10-31 - Acessibilidade

Manter-se ativo e conectado pode fazer parte do dia a dia em qualquer idade. Seu dispositivo Reebok foi desenvolvido para ajudar você a acompanhar atividades físicas em geral, consultar métricas de saúde compatíveis e ficar por dentro das notificações do dia a dia.

Se este é seu primeiro smartwatch ou se você prefere uma experiência mais simples, alguns ajustes podem tornar seu dispositivo mais fácil e confortável de usar.

Começando a usar seu relógio

Se este é seu primeiro smartwatch, confira algumas dicas importantes:

- **Explore no seu próprio ritmo.** Familiarize-se com a tela, os botões, os menus e os recursos disponíveis no seu tempo.
- **Aprenda primeiro o básico.** Comece com funções simples, como consultar as horas, visualizar suas informações de atividade e receber notificações.
- **Mantenha seu smartphone por perto.** Seu relógio utiliza o aplicativo Reebok Connect para as funções compatíveis de sincronização e configuração.
- **Peça ajuda quando precisar.** Um familiar, amigo ou alguém de sua confiança pode ajudar na configuração inicial e no pareamento, se necessário.

Deixando seu relógio mais confortável de usar

Alguns ajustes simples podem melhorar sua experiência no dia a dia:

- **Escolha um mostrador confortável.** Explore os designs disponíveis e selecione aquele que facilite a leitura das informações.
- **Ajuste o brilho da tela.** Dependendo do modelo, alterar o brilho pode facilitar a visualização da tela em diferentes condições de iluminação.
- **Use seu relógio com conforto.** Certifique-se de que a pulseira esteja firme, mas sem apertar demais ou causar desconforto.
- **Mantenha a tela limpa.** Limpe regularmente as marcas de dedos, a poeira e as manchas que possam dificultar a visualização das informações.

Entendendo suas informações de atividade

Seu dispositivo Reebok pode ajudar você a acompanhar métricas de fitness compatíveis, como passos, atividade e outras informações disponíveis.

Tenha em mente que:

- As métricas de atividade são estimativas e nem sempre são totalmente precisas.
- A contagem de passos e o reconhecimento de atividades podem variar de acordo com a maneira como você se movimenta e usa o relógio.
- As métricas de fitness não devem ser utilizadas para diagnosticar ou monitorar condições médicas.
- Seu relógio não substitui a orientação ou os cuidados de um profissional de saúde.

Mantendo-se conectado

Dependendo do modelo e das configurações, seu relógio pode exibir notificações e lembretes compatíveis do seu smartphone.

Para aproveitar melhor esses recursos:

- Certifique-se de que seu relógio esteja pareado com seu smartphone.
- Verifique se as notificações que deseja receber estão ativadas nas configurações do telefone e no aplicativo Reebok Connect.
- Familiarize-se com os sinais de vibração e os indicadores de notificação do relógio.

Estamos aqui para ajudar!

Se precisar de ajuda para configurar seu relógio, entender seus recursos ou ajustar suas configurações, nossa equipe de suporte terá prazer em ajudar.

Você pode entrar em contato conosco por um dos canais abaixo:

- **Telefone:** +1 778-771-5525
  Ligue para nós, e teremos prazer em ajudar. Se não pudermos atender imediatamente, retornaremos sua ligação assim que possível!
- **E-mail:** support.reebok@vitalist.ca
- **Página de suporte:** https://support.connect.reebok.com/en-US/new-ticket

Conte para nós qual modelo de relógio Reebok você utiliza e com o que gostaria de receber ajuda. Queremos que todos se sintam confortáveis e confiantes ao usar seu dispositivo Reebok!