

# iHealth® View

## Do Monitor de tensão arterial sem fios (BP7S) Guia de iniciação rápida

Prepare-se para cuidar da sua saúde! Nunca foi tão fácil configurar o seu dispositivo. Siga estes passos rápidos para começar a utilizar o monitor.

### Instruções para a primeira configuração

#### Carregar a bateria antes da primeira utilização

- Ligue o dispositivo a uma porta USB utilizando o cabo de carregamento fornecido até que o símbolo de carregamento esteja verde e o símbolo de bateria deixe de estar intermitente.

#### Transferir a aplicação grátis iHealth e configurar a conta iHealth

- Transfira a aplicação grátis iHealth MyVitals da App Store (iOS) ou da Google Play Store (Android).
- Inicie a aplicação e siga as instruções apresentadas no ecrã para registar uma conta iHealth.
- Depois de criar a conta, pode aceder aos dados sincronizados através de smartphone ou tablet, ou visualizá-los iniciando sessão em <http://cloud.ihealthlabs.eu>. Basta clicar em "Sign In" (Iniciar sessão) no canto superior direito da página.

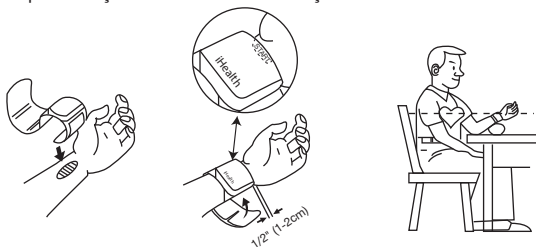
Compatível com todos os iPhone 4s+, iPod touch 5, iPad 3+, iPad mini+, iPad Air+ e determinados dispositivos Android. Requer a versão iOS 7.0+ e a versão Android 4.0+. Para uma lista completa de dispositivos compatíveis, visite a página de assistência [www.ihealthlabs.eu/support](http://www.ihealthlabs.eu/support)

### Medir a tensão arterial

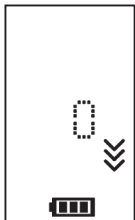
A tensão arterial pode ser afetada pela posição da manga e pela sua condição fisiológica. É muito importante que a manga esteja posicionada ao nível do coração durante as medições da tensão arterial. Para assegurar

a precisão, siga as instruções detalhadas que se seguem.

1. Coloque a palma da mão para cima à sua frente, pousada numa superfície plana como uma secretária ou mesa.
2. Sente-se confortavelmente com os pés pousados no chão sem cruzar as pernas e permaneça imóvel durante a medição.



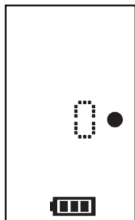
3. Aplique a manga ou prima o botão "START/STOP" no monitor.
4. Ajuste a altura do pulso, o monitor deteta a posição do pulso e a medição inicia-se APENAS quando é detetada a posição correta. Quando a posição estiver correta, prima novamente o botão "START/STOP" para iniciar a medição.



Posição do pulso demasiado baixa



Posição do pulso demasiado alta



Posição do pulso correta


5. Os resultados serão apresentados no ecrã do monitor de tensão arterial.

## Sincronizar os resultados através de *Bluetooth*

Utilize a tecnologia *Bluetooth* para sincronizar o seu dispositivo iOS ou

Android e guarde os dados na cloud segura iHealth.

### Ligar a iOS através de *Bluetooth*

1. Inicie a aplicação iHealth MyVitals no dispositivo iOS.
  2. Ative a função *Bluetooth* no dispositivo iOS: Deslize cuidadosamente para cima no ecrã do iPhone de para abrir o Centro de controlo e clique em 
  3. Quando o monitor estiver desligado, prima o botão "START/STOP" durante 2 segundos até que o indicador *Bluetooth* fique intermitente -- quando for estabelecida uma ligação bem-sucedida, o indicador *Bluetooth* deixa de estar intermitente.
  4. Utilize a aplicação para sincronizar o resultado; o indicador de sincronização fica intermitente durante a sincronização e deixa de estar intermitente quando a sincronização está concluída.
  5. Os resultados podem ser vistos no dispositivo iOS ou em qualquer computador iniciando sessão em [www.ihealthlabs.eu](http://www.ihealthlabs.eu).
- Nota:** Se não conseguir que o Centro de controlo apareça, pode aceder às Definições >*Bluetooth*>"Ligar". De seguida, volte à aplicação iHealth MyVitals e repita o Passo 3.



### Ligar a Android através de *Bluetooth*

- Quando o monitor estiver desligado, prima o botão "START/STOP" durante 2 segundos até que o indicador *Bluetooth* fique intermitente.
- Ative a função *Bluetooth* no dispositivo Android: Definições > Sem fios e redes > *Bluetooth*
- Verifique no menu *Bluetooth* o nome do modelo do monitor (BP7SXXX) e seleccione-o para emparelhar. Esta operação pode demorar cerca de 30 segundos e o indicador *Bluetooth* do monitor acende-se quando é estabelecida uma ligação.
- Inicie a aplicação iHealth MyVitals no dispositivo Android para sincronizar.
- O indicador de sincronização fica intermitente durante a sincronização e

deixa de estar intermitente quando a sincronização está concluída.

- Os resultados podem ser vistos no dispositivo Android ou em qualquer computador iniciando sessão em [www.ihealthlabs.eu](http://www.ihealthlabs.eu).

**Nota:** Se tiver problemas com a ligação *Bluetooth* entre o iHealth View e o dispositivo Android, siga estes passos:

- Acesse às definições do dispositivo para o emparelhar com o dispositivo Android. Verifique no menu *Bluetooth* o nome do modelo do monitor (BP7SXXX) e selecione-o para emparelhar. Esta operação pode demorar cerca de 30 segundos e o indicador *Bluetooth* do monitor passa de intermitente a fixo quando é estabelecida uma ligação.
- Repita os passos acima indicados ao utilizar o iHealth View com outro dispositivo Android.

## **Lembretes e melhores práticas:**

1. Certifique-se de que o tamanho do pulso se insere no intervalo do diâmetro da manga, ou seja, 13,5 cm-22 cm.
2. Meça sempre no pulso esquerdo.
3. Permaneça imóvel e calmo durante pelo menos um minuto ou um minuto e meio antes de efetuar uma leitura.
4. A atividade física, comer, beber, fumar, excitação, tensão e muitos outros fatores influenciam os resultados de medição da tensão arterial.
5. O enchimento excessivo prolongado do monitor pode ferir o pulso.
6. Mantenha a manga limpa utilizando um pano húmido.
7. NÃO lave o monitor ou a manga com água corrente.

Para obter informações adicionais sobre o produto, visite [www.ihealthlabs.eu](http://www.ihealthlabs.eu)

Relativamente à assistência ao cliente, contacte a iHealth: [support@ihealthlabs.eu](mailto:support@ihealthlabs.eu)