

E3 H3VEL

ONE

Manual de usuario

INDICE

1. Índice 1

2. Compromiso de transparencia..... 3

3. Introducción 4

4. Información de seguridad 6

5. Especificaciones técnicas 7

6. Recomendaciones de uso y cuidado de la piel 9

7. Resistencia al agua 10

8. Batería y carga 11

9. Seguridad digital y privacidad 12

10. Reciclaje (RAEE) 13

11. Certificaciones y cumplimiento normativo 16

12. Filosofía Screen-Free 17

13. Comunicación háptica: notificaciones por vibración 18

14. Guía de inicio: cómo empezar con la H3VEL ONE 19

15. Nota importante sobre el funcionamiento del sistema 20

16. Configuración inicial 21

17. Guía rápida de inicio 23

18. Perfil 24

19. Perfil / Tarjeta de Perfil 25

20. Perfil / Compartir salud 26

21. Perfil / Unidad y Objet. (objetivos) 27

22. Perfil / Cuenta 28

23. Perfil / Servicios de datos 29

24. Perfil / Permisos 30

25. Perfil / Información 31

26. Dispositivo / Gestión del dispositivo 33

27. Dispositivo / Información técnica 34

28. Dispositivo / Llamada / Contactos – SOS 35

29. Dispositivo / Notificaciones 36

30. Dispositivo / Recordatorios 37

31. Dispositivo / Salud monitor 38

32. Dispositivo / Otros 40

33. Salud 41

34. Salud / Panel general / Actividad diaria 42

35. Salud / Panel general / Nivel actividad 44

36. Salud / Panel general / Registro de deportes 45

37. Salud / Panel general / Indicadores 47

38. Salud / Medición manual 49

39. Salud / Medición rápida / Privacidad 51

INDICE

40. Salud / Sueño 52

41. Salud / Sueño / Análisis de IA 53

42. Salud / Ritmo cardíaco 54

43. Salud / Ritmo cardíaco / Análisis de IA 55

44. Salud / Tensión arterial (estimada) 57

45. Salud / Tensión arterial / Análisis de IA 59

46. Salud / Oxígeno en sangre 60

47. Salud / Oxígeno en sangre / Análisis de IA..... 62

48. Salud / Temperatura cutánea (estimada) 63

49. Salud / Glucosa (estimada) 65

50. Salud / HRV 67

51. Salud / HRV / Análisis de IA 69

52. Salud / EKG (registro estimado) 70

53. Salud / Composición corporal (estimación BIA) 73

54. Salud / Componentes sanguíneos (estimados) 75

55. Salud / Nivel metabólico (MET) 77

56. Salud / Estrés 78

57. Salud / Ciclos (ciclo menstrual) 80

58. Resolución de problemas 82

59. Preguntas frecuentes (FAQs) 83

60. IMPORTANTE 85

61. De Dispositivo Inteligente a Compañero Diario 86

COMPROMISO DE TRANSPARENCIA

H3VEL ONE es una smartband, sin pantalla, de alta gama, equipada con sensores avanzados de señal cardíaca, que integra funciones de seguimiento del bienestar, actividad física, y recordatorios inteligentes para ayudar a una gestión activa del bienestar personal.

AVISO LEGAL IMPORTANTE

La smartband H3VEL ONE no es un producto sanitario ni un dispositivo médico.

Los valores mostrados en la aplicación (como frecuencia cardíaca, saturación estimada de oxígeno, variabilidad cardíaca, estimaciones fisiológicas, etc.) tienen carácter exclusivamente informativo y orientativo.

En ningún caso deben utilizarse estos datos para autodiagnóstico, prevención, seguimiento, tratamiento ni sustitución de la evaluación realizada por un profesional sanitario. El diagnóstico y tratamiento de cualquier condición de salud son responsabilidad exclusiva de un médico o de personal sanitario cualificado.

El presente dispositivo está diseñado exclusivamente para proporcionar información relacionada con la actividad física, el bienestar general y los hábitos de vida saludables. No está destinado a ser utilizado con fines médicos, ni para diagnósticos, ni para el seguimiento, la prevención o el tratamiento de ninguna enfermedad o condición médica.

Por consiguiente, este producto no se encuentra dentro del ámbito del Reglamento (UE) 2017/745 (MDR) relativo a productos sanitarios. Cumple la Directiva 2014/53/UE (RED) y demás normativa aplicable (RoHS, RAEE, etc.) a equipos electrónicos de consumo.

Asimismo, la aplicación asociada puede incluir secciones denominadas “Salud” como categoría general de organización de datos. Estas funciones tienen carácter informativo y están destinadas exclusivamente al seguimiento personal de bienestar, no implica que el dispositivo tenga finalidad sanitaria.

La aplicación G BAND es proporcionada por un tercero independiente. La terminología empleada en la aplicación no modifica la naturaleza ni el uso previsto del dispositivo.

El producto se comercializa como equipo electrónico de consumo y cumple con la normativa aplicable a este tipo de dispositivos.

RoHS**CE**

INTRODUCCIÓN

Gracias por elegir **H3VEL ONE**, la smartband diseñada para acompañarle en su día a día, y ofrecerle una visión más completa de su actividad, su descanso y determinados parámetros fisiológicos estimados.

H3VEL ONE combina tecnología avanzada en un formato ligero y cómodo para uso prolongado. Integra sensores ópticos y de contacto de última generación, algoritmos de análisis fisiológico y conectividad inteligente para que pueda realizar un seguimiento continuo de sus métricas de bienestar desde la muñeca.

A través de la aplicación móvil asociada, podrá visualizar tendencias, consultar históricos, configurar alertas y personalizar su experiencia según sus necesidades. El sistema está diseñado para proporcionar información clara, comprensible y accesible, facilitando una mayor conciencia sobre sus hábitos diarios.

Este manual le guiará a través de:

- El uso seguro del dispositivo.
- La configuración inicial y el emparejamiento con la aplicación.
- Sus funciones principales y cómo interpretarlas.
- Recomendaciones para obtener lecturas más consistentes y fiables.
- Consejos para el cuidado de la piel y mantenimiento del dispositivo.
- Información relevante sobre la batería, resistencia al agua y reciclaje.
- Aspectos esenciales de ciberseguridad y protección de datos.

H3VEL ONE es un dispositivo orientado al seguimiento del bienestar general. Las mediciones y estimaciones mostradas tienen carácter informativo y no sustituyen el criterio ni la evaluación de un profesional sanitario.

Le recomendamos leer este manual con atención antes de comenzar a utilizar el dispositivo. Un uso adecuado no solo optimiza la experiencia, sino que también garantiza mayor seguridad, precisión y comodidad durante el uso continuado.

Bienvenido a una nueva forma de comprender su día a día.

INFORMACIÓN DE SEGURIDAD

La H3VEL ONE cumple con la normativa europea de seguridad EN IEC 62368-1, que clasifica los riesgos del producto en función de “fuentes de energía” que pueden afectar al usuario: **eléctrica, térmica, mecánica y óptica**.

Aunque la H3VEL ONE es segura en condiciones normales, es importante seguir las siguientes recomendaciones.

Seguridad eléctrica

La H3VEL ONE utiliza una carga magnética de $5\text{ V} = 500\text{ mA}$, considerada una fuente de energía segura.

Recomendaciones de seguridad eléctrica:

- Utilice únicamente cargadores certificados ($5\text{V} = 500\text{ mA}$).
- Evite cargar la smartband en lugares húmedos o mojados.
- Mantenga los conectores limpios y libres de polvo.
- Interrumpa la carga si el dispositivo o el cable se calientan de forma inusual.

Seguridad térmica

La H3VEL ONE está clasificada como TS1, es decir, su temperatura superficial es segura incluso en contacto prolongado con la piel.

Aun así:

- Puede calentarse ligeramente durante la carga o el uso intensivo del sensor óptico.
- Si percibe calor excesivo o incomodidad, retírela y deje que se enfríe.
- No exponga el dispositivo a fuentes externas de calor (saunas, radiadores, interior de un coche caliente).

Seguridad óptica (Clasificación RS1)

Los LEDs PPG cumplen la clasificación RS1, que indica que la energía luminosa es segura para el usuario.

Recomendaciones:

- Evite mirar directamente los LEDs durante periodos prolongados.
- Mantenga limpia la zona del sensor.
- Asegúrese de ajustar correctamente la H3VEL ONE para obtener lecturas fiables.

INFORMACIÓN DE SEGURIDAD

Seguridad mecánica (Clasificación MS1)

La H3VEL ONE no tiene bordes afilados ni partes móviles peligrosas.

Aun así:

- Ajuste la correa de manera cómoda: demasiado apretada puede causar irritación; demasiado suelta puede afectar la precisión de las medidas.
- Retire el dispositivo durante actividades en las que pueda engancharse o sufrir golpes fuertes.
- Use únicamente correas compatibles.

Consideraciones para usuarios con condiciones médicas

- Si tiene un marcapasos u otros implantes electrónicos, consulte con un profesional de la salud antes de usar wearables con sensores ópticos o eléctricos.
- Todas las mediciones y funciones de salud deben utilizarse con fines orientativos, no diagnósticos. Especialmente en pacientes con afecciones cardíacas y mujeres embarazadas
- Para cualquier condición médica, la información ofrecida por la H3VEL ONE no sustituye el consejo profesional.

Especificaciones técnicas

PARAMETRO	VALOR
Modelo	ONE
Conectividad	Bluetooth Low Energy (BLE 2.4GHz)
Frecuencia de operación	2.402-2.480 MHz
Potencia máxima RF	1.54 dBm EIRP (1,43mW)
Batería	Li-ion 3,8 V – 180 mAh
Autonomía	Hasta 10 días
Carga	5 V = 500 mA (cargador no incluido)
Temperatura de uso	0 – 35° C
Altitud máxima	2.000m
Grado de protección	IP68

- Sensor óptico PPG
- Sensor de temperatura
- Electrodo estimación ECG
- Motor vibratorio
- Puerto de carga magnético
- Botón lateral multifunción

Especificaciones técnicas

1. Ingeniería Óptica: Fotopletismografía (PPG)

La H3VEL ONE incorpora tecnología de fotopletismografía (PPG) mediante un sistema óptico multiespectral basado en el sensor **Jufei RA2325**.

La PPG permite estimar variaciones de volumen sanguíneo periférico mediante la emisión y la detección de luz en la dermis.

LED Verde (frecuencia cardíaca): La medición de la frecuencia cardíaca se basa en la absorción diferencial de luz verde por la sangre.

- Durante la sístole (latido), aumenta el volumen sanguíneo en los capilares, lo que favorece una mayor absorción.
- Durante la diástole, hay menor absorción.

El sistema detecta estas variaciones periódicas y el algoritmo convierte la señal óptica en pulsaciones por minuto (BPM).

LED Roja e Infrarroja (estimación de SpO_2): La estimación de la saturación de oxígeno se basa en la absorción diferencial de luz por:

- Hemoglobina oxigenada (HbO_2)
- Hemoglobina desoxigenada (Hb)

La relación entre la absorción en longitudes de onda roja e infrarroja permite estimar el porcentaje de saturación de oxígeno (SpO_2) mediante modelos matemáticos internos. Se trata de una estimación no invasiva con fines de bienestar general.

2. Sensores Basales y Arquitectura de Hardware

El dispositivo integra múltiples sensores:

Chip ECG (GH3228)

- Registro eléctrico cardíaco de una derivación.
- Requiere cierre de circuito mediante contacto manual.
- Registra señales eléctricas cardíacas para el análisis orientativo del ritmo cardíaco.

Termistor de contacto:

- Sensor térmico de alta sensibilidad.
- Permite registrar variaciones de temperatura de la piel.
- Utilizado en las estimaciones de la temperatura basal y modelos fisiológicos.

Acelerómetro DA267 (3 ejes):

- Detecta movimiento tridimensional.
- Permite estimar la actividad, las fases de descanso y detectar impactos bruscos.
- Contribuye a los modelos de análisis de sueño.

Chipset JieLi JL7013A6:

- Procesador de doble núcleo de bajo consumo.
- Gestiona la adquisición, el filtrado y el procesamiento simultáneo de señales fisiológicas.
- Optimizado para la eficiencia energética.

Recomendaciones de uso y cuidado de la piel

Los dispositivos wearables están en contacto directo con la piel durante periodos prolongados. Para garantizar una experiencia cómoda y evitar posibles molestias cutáneas, es importante seguir las siguientes recomendaciones:

Higiene y mantenimiento

- Limpie regularmente la smartband y la zona de contacto con la piel, especialmente después de hacer ejercicio o de sudar.
- Utilice un paño suave, ligeramente humedecido, y evite productos químicos, alcoholes o detergentes abrasivos.
- Seque completamente el dispositivo antes de volver a colocarlo en la muñeca.
- Asegúrese de que la piel esté limpia y seca antes de ponerse la smartband.

Ajuste correcto

- Lleve la H3VEL ONE ajustada de forma firme pero cómoda, evitando que quede excesivamente apretada.
- Un ajuste demasiado prieto puede favorecer la fricción con la piel, la acumulación de humedad y la irritación.
- En caso de uso continuo durante todo el día, se recomienda aflojar ligeramente la pulsera durante los momentos de descanso.

Descanso para la piel

- Retire la H3VEL ONE de forma periódica para permitir que la piel respire.
- Se recomienda retirarla durante la ducha, el baño o mientras duerme (salvo que esté utilizando funciones específicas de monitorización nocturna).

Piel sensible

- Las personas con piel sensible, alergias o antecedentes de dermatitis pueden experimentar enrojecimiento, picor o irritación leve.
- Si observa cualquier signo de irritación, retire el dispositivo y permita que la piel se recupere antes de volver a utilizarlo.
- Si la irritación persiste, empeora o presenta signos de reacción alérgica, deje de usar el dispositivo y consulte con un profesional sanitario.

El cuidado adecuado del dispositivo y de la piel contribuye a una experiencia de uso segura, cómoda y prolongada.

Resistencia al agua

Categoría: **IP68**

La H3VEL ONE cuenta con certificación IP68.

Esto significa que el dispositivo está protegido frente al polvo y puede resistir inmersiones esporádicas en agua dulce hasta 1,5 metros de profundidad durante un máximo de 30 minutos, en condiciones controladas.

Esta protección está diseñada para salpicaduras accidentales, lluvia o contacto ocasional con agua.

La resistencia al agua no es permanente. Puede disminuir con el tiempo debido al desgaste normal de las juntas o por golpes accidentales.

Evite las siguientes situaciones:

- Duchas calientes.
- Saunas y baños turcos.
- Buceo o actividades subacuáticas prolongadas.
- Sumergir el dispositivo bajo presión (chorros de agua, hidromasaje, deportes acuáticos de alta velocidad).
- Exposición al agua salada, agua clorada o a productos químicos (pueden deteriorar los componentes y los sellos).

Después del contacto con agua:

- Seque cuidadosamente la H3VEL ONE con un paño suave y limpio.
- Asegúrese de que el dispositivo esté completamente seco antes de cargarlo.
- Evite utilizar aire caliente directo (secadores) para acelerar el secado.

El incumplimiento de estas recomendaciones puede afectar al correcto funcionamiento del dispositivo y acortar su vida útil.

Batería y carga

La H3VEL ONE incorpora una batería interna de polímero de litio, no extraíble por el usuario.

Recomendación de carga

- Utilice exclusivamente el cable magnético de carga suministrado con el dispositivo.
- No utilice cargadores de carga rápida superiores a 5V.
- Conecte el cable a una fuente de alimentación estable (puerto USB-C estándar o adaptador certificado).
- Asegúrese de que los contactos de carga estén limpios y secos antes de conectar el cable.
- Evite forzar la conexión magnética; el cable debe alinearse de forma natural.

Seguridad

- No intente abrir, perforar, desmontar ni manipular la batería.
- No exponga el dispositivo a temperaturas extremas (superiores a 45°C o inferiores a 0°C).
- No cargue el dispositivo en ambientes húmedos o cerca de fuentes de calor.
- Si observa hinchazón, olor inusual o mal funcionamiento durante la carga, deje de utilizar el dispositivo.

Si durante la carga la temperatura del dispositivo se eleva de forma inusual, interrumpa de inmediato el proceso de carga y desconéctelo de la fuente de alimentación. Permita que se enfríe antes de volver a utilizarlo.

Un uso adecuado de la batería contribuye a prolongar su vida útil y a mantener el correcto funcionamiento del dispositivo.

Seguridad digital y privacidad

La H3VEL ONE incorpora mecanismos de seguridad diseñados para proteger la confidencialidad e integridad de su información personal.

Tecnologías de seguridad integradas

- Comunicación cifrada AES-CCM: La transmisión de datos entre la smartband y su smartphone se realiza mediante cifrado avanzado, lo que impide el acceso no autorizado a la información.
- Control de acceso por emparejamiento: El dispositivo solo puede vincularse con un teléfono autorizado mediante un proceso de emparejamiento seguro.
- Protección de almacenamiento interno (SSM): los datos almacenados en la memoria interna del dispositivo cuentan con mecanismos de protección frente a accesos no autorizados.
- Validación segura de actualizaciones OTA (SUM): Las actualizaciones de software se verifican antes de instalarse, garantizando que proceden de una fuente legítima y no han sido modificadas.
- Privacidad reforzada en datos de salud: La información relacionada con parámetros fisiológicos se gestiona con medidas adicionales de protección, al tratarse de datos de carácter sensible.

Control de sus datos

Usted mantiene el control sobre su información en todo momento:

- Los datos solo se almacenan localmente en su smartphone vinculado.
- Puede eliminar sus datos en cualquier momento desde la aplicación.
- También puede borrar la información al restaurar el dispositivo a valores de fábrica.
- No se transmiten datos a Internet sin su consentimiento previo.

La protección de su privacidad es un principio fundamental en el diseño y funcionamiento de la H3VEL ONE.

Reciclaje (RAEE)

Este dispositivo muestra el siguiente símbolo



Este símbolo indica que el dispositivo no debe eliminarse junto con los residuos domésticos al final de su vida útil.

Significados del símbolo

- El dispositivo no debe desecharse con la basura convencional.
- Debe depositarse en puntos de recogida específicos para Residuos de Aparatos Eléctricos y Electrónicos (RAEE).
- La correcta gestión de estos residuos contribuye a prevenir posibles efectos negativos sobre el medio ambiente y la salud humana.
- Permite la recuperación, reutilización y reciclaje de materiales valiosos.

Este símbolo es obligatorio conforme al Anexo IX de la Directiva 2012/19/UE sobre residuos de aparatos eléctricos y electrónicos, así como el artículo 6 del Real Decreto 110/2015, relativo a RAEE.

Obligación de recogida separada

Al finalizar la vida útil del dispositivo, usted tiene la obligación de:

- Depositar el aparato en puntos de recogida autorizados para RAEE.
- Utilizar los contenedores específicos o puntos limpios habilitados por las autoridades locales.
- Entregarlo en establecimientos que ofrezcan el sistema de recogida “uno por uno” (1×1), al adquirir un producto equivalente.

La correcta eliminación del dispositivo contribuye activamente a la protección del medio ambiente y al cumplimiento de la normativa vigente.

Reciclaje (RAEE)

Gestión específica de la batería de polímero de litio

La H3VEL ONE incorpora una batería de polímero de litio integrada, no reemplazable por el usuario.

Extracción de la batería

La batería debe ser retirada únicamente por personal técnico cualificado. No intente extraerla ni manipularla, ya que su desmontaje requiere herramientas específicas y conocimientos técnicos. Una manipulación incorrecta puede suponer riesgo de:

- Incendio
- Fuga de electrolito
- Sobrecalentamiento
- Descarga incontrolada

Gestión al final de la vida útil

Cuando el dispositivo sea depositado en un punto de recogida RAEE, la batería será retirada en una planta autorizada de tratamiento.

Los gestores especializados procederán a su extracción conforme a:

- Procedimientos seguros
- Normativa medioambiental vigente
- Requisitos europeos de reciclaje y recuperación de materiales (incluidos litio y cobalto)

Información para el usuario sobre reciclaje y protección ambiental

El uso adecuado del sistema RAEE contribuye a:

- Evitar emisiones contaminantes
- Reducir el riesgo de incendios derivados de baterías mal gestionadas
- Recuperar materiales valiosos como cobre, aluminio, cobalto, plásticos y litio
- Disminuir el impacto ambiental del dispositivo y su batería

Depositar el dispositivo en un punto RAEE

- Es obligatorio por ley
- Es un servicio gratuito
- Garantiza la correcta gestión del residuo.

Reciclaje (RAEE)

Gestión específica de la batería de polímero de litio

Uso responsable antes del final de vida útil

Para prolongar la vida útil del producto y reducir la generación de residuos:

- Evite exponer el dispositivo a temperaturas extremas.
- No abra el aparato ni manipule la batería.
- Utilice únicamente cables y cargadores compatibles.
- Mantenga el dispositivo limpio y seco.

Eliminación indebida: riesgos asociados

La eliminación incorrecta del dispositivo puede provocar:

- Riesgo de incendio por la batería de iones de litio
- Filtración de sustancias potencialmente contaminantes
- Daños medioambientales
- Posibles sanciones administrativas por incumplimiento del R.D. 110/2015

Certificaciones y cumplimiento normativo

La H3VEL ONE ha sido diseñada conforme a la normativa aplicable de la Unión Europea..

Marcado CE

Indica conformidad con los requisitos esenciales de seguridad, compatibilidad electromagnética y uso radioeléctrico en el Espacio económico Europeo.

Directiva RED 2014/53/UE

Certifica que el módulo Bluetooth (BLE 5,3):

- Cumple límites de emisiones radioeléctricas.
- No genera interferencias perjudiciales.
- Respeta requisitos de seguridad y salud.

RoHS 2011/65/UE

Garantiza que el dispositivo no contiene sustancias peligrosas restringidas (plomo, mercurio, cadmio, entre otras) dentro de los límites establecidos.

Clasificación IP68

- Protección frente al polvo.
- Resistencia a inmersiones en agua dulce bajo las condiciones especificadas.

DECLARACIÓN UE DE CONFORMIDAD

Por la presente, H3VEL DEVICES S.L.U. declara que el tipo de equipo radioeléctrico ONE es conforme con la Directiva 2014/53/UE.

El texto completo de la **Declaración UE de Conformidad** está disponible en la siguiente dirección de Internet: **www.h3vel.com**

Filosofía Screen-Free

H3VEL ONE ha sido diseñada bajo un concepto screenfree, eliminando por completo la pantalla integrada. La interacción se realiza mediante vibraciones hápticas y la aplicación móvil. Esta decisión responde a un enfoque centrado en la experiencia del usuario y el bienestar digital.

Reducción de distracciones visuales

Al no incorporar pantalla, se evitan notificaciones constantes y la consulta compulsiva de métricas. El dispositivo funciona sin interrupciones visuales, favoreciendo una relación más equilibrada con la tecnología.

Monitorización discreta

Con un diseño ultraligero (14,31 gr.), el dispositivo opera en segundo plano recopilando datos fisiológicos estimados de forma pasiva, sin interferir en la rutina diaria del usuario.

Experiencia centrada en el bienestar y no en la consulta constante

La visualización y gestión de la información se realiza exclusivamente a través de la aplicación móvil asociada. El usuario accede a indicadores, tendencias y recomendaciones generales en un entorno digital estructurado y personalizable.

Comunicación háptica: notificaciones por vibración

El dispositivo no cuenta con interfaz visual, incorpora un motor de vibración plano (modelo 0720) para comunicarse con el usuario mediante pulsos hápticos específicos.

La H3VEL ONE utiliza vibraciones como sistema de aviso silencioso para informarle sobre distintos eventos y alertas.

Estas vibraciones pueden activarse para notificaciones, llamadas, alarmas, recordatorios y determinadas alertas relacionadas con parámetros configurados en la aplicación.

Las vibraciones están diseñadas para ser discretas. No obstante, su percepción puede variar en función de la actividad diaria, el ajuste de la pulsera o el entorno.

Avisos por vibración

El dispositivo puede generar vibraciones en los siguientes casos:

- Confirmación de encendido.
- Llamadas entrantes.
- Notificaciones de mensajes o aplicaciones.
- Alarmas o despertador.
- Aviso de batería baja.
- Alertas cuando un parámetro configurado supera el umbral establecido (por ejemplo, frecuencia cardíaca o nivel estimado de oxígeno).

Gestión de notificaciones y vibraciones

Las notificaciones y alertas pueden configurarse desde la aplicación.

La correcta configuración del sistema de avisos le permitirá adaptar el dispositivo a su estilo de vida y necesidades diarias.

La configuración es completamente personalizable y depende del uso que usted desee dar al dispositivo.

Importante

Según la configuración seleccionada, los avisos por vibración pueden activarse con frecuencia durante el día y resultar molestos o interferir en actividades laborales, sociales o de descanso.

Si no desea recibir avisos por vibración durante su actividad diaria, puede:

- No activar las notificaciones en la aplicación.
- Desactivar las alertas específicas desde el apartado de configuración

La activación y gestión de estas funciones es responsabilidad del usuario.

Guía de inicio: cómo empezar con la H3VEL ONE

Esta guía le ayudará a familiarizarse con las funciones del dispositivo de forma progresiva.

Se recomienda explorar cada función con calma durante los primeros días.

Conexión y configuración inicial

Acción: Cargue la smartband al 100%, descargue la App **G Band** y vincule el dispositivo.

Punto Clave: Acceda a “**Tarjeta de Perfil**” e introduzca sus datos personales (género, fecha nacimiento, altura, peso, y tono de piel). Estos datos permiten personalizar las estimaciones del dispositivo.

Verificación: Compruebe que el icono de Bluetooth en la app indique conexión activa (azul).

► **Notificaciones por vibración**

Acción: Identifique los avisos por vibración (comunicación háptica).

Recuerde: El dispositivo utiliza vibraciones como sistema principal de notificación.

Si usted prefiere no recibir vibraciones durante su actividad diaria, puede desactivar las notificaciones desde la aplicación o simplemente no activarlas en el proceso de configuración inicial.

◆ **Medición manual**

Acción: Utilice el botón  de la app para iniciar la medición manual.

Recomendación: Permanezca sentado y relajado durante las mediciones.

◇ **Personalización de parámetros**

Acción: Configure los valores de referencia en la sección de ajustes de la app.

Importante: El dispositivo proporciona estimaciones orientativas basadas en algoritmos internos y en los datos introducidos por el usuario.

↻ **Revisión de tendencias**

Acción: Analice las tendencias registradas durante varios días para observar la evolución de sus indicadores y sus patrones de actividad y descanso.

Nota importante sobre el funcionamiento del sistema

El dispositivo y la aplicación pueden requerir un reinicio ocasional para restablecer el funcionamiento normal en caso de comportamiento inesperado o falta de respuesta.

Antes de contactar con el servicio de atención al cliente, siga los siguientes pasos:

Reinicio del dispositivo

Mantenga pulsado el botón lateral durante aproximadamente 25 segundos hasta que el dispositivo se apague y vuelva a encenderse.

Este procedimiento permite restablecer el sistema y corregir posibles incidencias temporales.

Reinicio de la aplicación

Si el problema persiste, cierre la aplicación en su teléfono móvil y vuelva a abrirla. Compruebe, además, que dispone de la versión más reciente de la aplicación instalada.

Si el problema persiste tras realizar los pasos anteriores, póngase en contacto con el servicio de asistencia técnica escribiendo a: **soporte@h3vel.com**

Configuración inicial

Carga Inicial

Antes del primer uso, cargue completamente el dispositivo.

1. Conecte el cable USB-C a un adaptador certificado CE de 5 V = 500 mA.
2. Coloque la base magnética en la parte posterior del dispositivo, asegurándose de que los contactos estén correctamente alineados.
3. Espere a que la batería alcance el 100 % de carga.
4. No cubra el dispositivo durante la carga (almohadas, ropa, u otros materiales), ya que podría provocar sobrecalentamiento.

Se recomienda realizar la primera carga completa para optimizar la calibración inicial de la batería.

Encendido y apagado

Encender: Mantenga pulsado el botón lateral durante aproximadamente 3 segundos hasta que el dispositivo se active.

Apagar: Mantenga pulsado el botón lateral hasta que el dispositivo se apague correctamente.

Descargar la aplicación

Para comenzar a utilizar todas las funciones del dispositivo:

- Busque G BAND en Google Play Store (Android) o App Store (iOS).
- Descargue e instale la aplicación en su smartphone.

Asegúrese de conceder los permisos necesarios para el correcto funcionamiento (Bluetooth, notificaciones, etc.).

Emparejamiento seguro (BLE)

La conexión entre la H3VEL ONE y su smartphone se realiza mediante Bluetooth Low Energy (BLE) Secure Connections, lo que garantiza:

- Enlace autenticado
- Comunicación cifrada
- Protección frente a accesos no autorizados

Siga las instrucciones indicadas en la aplicación para completar el proceso de vinculación.

Configuración inicial

Ajuste del dispositivo

Coloque la H3VEL ONE en la muñeca y ajuste la correa de modo que quede:

- Firme
- Cómoda
- Sin ejercer presión excesiva
- Un ajuste correcto mejora la precisión de las mediciones.

Configuración de perfil

Una vez vinculada la pulsera:

- Acceda al apartado “Perfil” dentro de la aplicación.
- Introduzca sus datos personales (edad, altura, peso, sexo biológico, etc.)

Guía rápida de inicio

1. Cargar

Conecte el cable magnético incluido.
Utilice adaptador 5 V = 500 mA.
Espere hasta la carga del 100 %.

2. Encender

Mantenga pulsado el botón lateral durante 3 segundos.

3. Instalar la app

Descargue G BAND en:
Google Play Store o App Store.

4. Vincular

Active Bluetooth.
Abra la app y seleccione su dispositivo.

5. Ajustar

Coloque la pulsera firme y cómoda,
un dedo por encima del hueso de la muñeca.

6. Completar perfil

Acceda a Perfil e introduzca sus datos.

✓ Dispositivo listo para usar.



Perfil

¿Qué es y para qué sirve?

Esta sección constituye el centro de configuración personal de su cuenta. Le permite gestionar su identidad digital dentro de la aplicación, establecer objetivos personalizados y administrar la forma en que sus datos se almacenan y comparten.

Esta pantalla actúa como punto de conexión entre su perfil y los servidores de la aplicación. Los cambios realizados aquí (como objetivos o unidades de medida) se sincronizan automáticamente para mantener su información actualizada en todos los dispositivos vinculados.

Código QR

Ubicado en la esquina superior derecha. Permite compartir rápidamente su perfil con otros dispositivos compatibles o facilitar la vinculación de la cuenta.

Identidad del Usuario

Muestra el correo electrónico de registro y permite editar su perfil (fotografía, nombre y edad) al pulsar el icono correspondiente. Estos datos se utilizan para personalizar cálculos estimados, como el índice de masa corporal (IMC) y otras métricas relacionadas con la actividad física.

Compartir “salud”(datos)

Función opcional que permite vincular su cuenta con otros usuarios autorizados para compartir información de actividad y bienestar.

Personalización de métricas

Unidad: Permite seleccionar el sistema de unidades (métrico o imperial), según su preferencia.

Objet. (objetivos): Permite definir metas diarias personalizadas, como número de pasos y horas de sueño. El cumplimiento de estos objetivos contribuye al seguimiento de su progreso dentro de la aplicación.

Gestión de cuenta y seguridad

Cuenta: Permite restablecer la contraseña y gestionar la seguridad de acceso.

Servicios de datos: Permite sincronizar los datos de la H3VEL ONE con plataformas externas compatibles, como Apple Health o Google Fit.

Permisos: Gestiona las autorizaciones que la aplicación requiere en su teléfono (cámara, ubicación, contactos, etc.)

Información: Incluye la versión de la aplicación y los documentos legales, como la política de privacidad y los términos de uso.

Recomendación: Se recomienda revisar periódicamente esta sección para confirmar que sus datos personales están actualizados, verificar sus objetivos, y gestionar adecuadamente las opciones de privacidad y sincronización.

Perfil / Tarjeta de Perfil

¿Para qué sirve?

Es la base de datos personal que utiliza la aplicación para realizar estimaciones y métricas avanzadas relacionadas con la actividad física y el bienestar. Sin esta información, la smartband no podría calcular de forma personalizada indicadores como el índice de masa corporal (IMC), composición corporal estimada, o rangos orientativos de frecuencia cardíaca, ya que estos valores dependen directamente de las características físicas individuales del usuario.

Género y Fecha de Nacimiento: Permiten al sistema establecer rangos de referencia personalizados para: frecuencia cardíaca, metabolismo basal estimado e interpretación general de métricas. Estos parámetros varían según la edad y el sexo biológico informado.

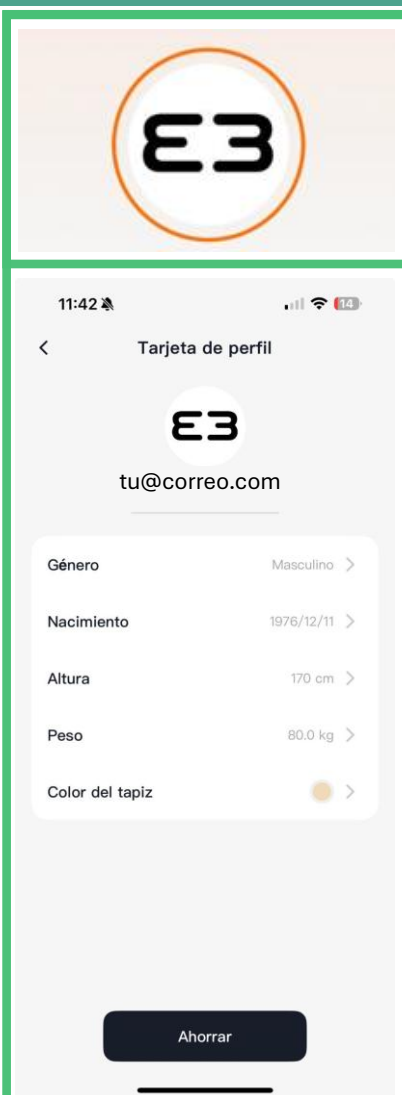
Altura y Peso: Son datos fundamentales para calcular el Índice de Masa Corporal (IMC), ajustar la estimación del gasto calórico, y mejorar la estimación de grasa y masa muscular mediante sensores de bioimpedancia.

Color del tapiz (tono de piel): Esta es una función técnica relevante. La smartband utiliza sensores ópticos que emiten luz para estimar la frecuencia cardíaca y el nivel de oxígeno en sangre. La pigmentación de la piel puede influir en la absorción de la luz emitida; por ello, seleccionar correctamente el tono de piel contribuye a mejorar la precisión de las estimaciones.

Botón "Ahorrar": Permite **guardar** y sincronizar los cambios realizados. Al pulsarlo, los datos se actualizan en la aplicación y se aplican a los cálculos del dispositivo.

¿Por qué es importante mantenerla actualizada?

Si el usuario pierde o gana peso, cambia su composición corporal o necesita modificar algún dato personal, es importante actualizar esta información. De lo contrario, la smartband continuará utilizando datos anteriores y las estimaciones podrían no reflejar con precisión el estado físico actual.



Perfil / Compartir salud

¿Qué es y para qué sirve?

Es la función de la aplicación que permite compartir sus datos de actividad y bienestar con personas de confianza. Su objetivo es facilitar el acompañamiento y el seguimiento remoto, permitiendo que familiares o contactos autorizados puedan visualizar su información desde la aplicación.

Cree su cuenta: Introduzca su cuenta y cree una contraseña.

Únase a Guardian Health: Permite acceder al entorno de seguimiento compartido dentro de la aplicación.

Añadir miembros: Botón principal para invitar a personas de confianza a visualizar sus datos de actividad y bienestar.

Mostrar mi código QR: Genera un código único que otra persona puede escanear para vincularse a su perfil como contacto autorizado.

Menú de Gestión (icono superior derecho): Permite administrar la lista de contactos vinculados, revisar o aprobar solicitudes pendientes, y eliminar accesos cuando sea necesario.

¿Por qué es importante para el usuario?

Esta función amplía el uso personal de la **H3VEL ONE** al permitir que otras personas autorizadas le puedan acompañar en su seguimiento de la actividad y el bienestar.

En caso de que el sistema detecte valores fuera de los rangos configurados o eventos registrados por el dispositivo (como una posible caída), los contactos añadidos podrán recibir notificaciones desde la aplicación.

Nota de privacidad y de seguridad: Compartir información es un acto de confianza. Añada únicamente a personas autorizadas, ya que podrán visualizar los datos que el dispositivo registre en la aplicación.

Nota importante: La smartband es un dispositivo de bienestar y seguimiento de actividad. No es un dispositivo médico. Los datos compartidos son estimaciones generadas por sensores electrónicos y algoritmos, y no sustituyen la evaluación, el diagnóstico ni la supervisión médica profesional.

Compartir salud
Guardián de la salud familiar



11:51



Compartir salud



Únete a Guardian Health
Acercando el cuidado más que nunca

Añadir miembros

Mostrar mi código QR



Escanear código para añadir

Escanea a la otra parte o presenta tu propio



Adición de cuenta

Ingresa la dirección de correo electrónico de

 **Unidad**
Editar unidad...

 **Objet.**
Ajuste sus dife...

Perfil / Unidad y Objet. (objetivos)

1. Unidad

Esta sección permite adaptar la visualización de los datos a sus preferencias personales o a los estándares habituales de su región.

Le permite seleccionar el sistema de medida con el que se sienta más cómodo, facilitando la lectura e interpretación de la información mostrada en la aplicación.

Opciones configurables:

Altura: Centímetros (cm) o pies (ft)

Distancia: Kilómetros (km) o millas (mi)

Peso: Kilogramos (kg) o libras (lb)

Temperatura: Grados Celsius (°C) o Fahrenheit (°F)

Magnitudes Bioquímicas: mg/dL o mmol/L.

En caso de que determinadas métricas fisiológicas estén disponibles en su versión de la aplicación, podrá seleccionar también las unidades de visualización correspondientes.

Importante: Se recomienda seleccionar las unidades antes de revisar sus datos para evitar interpretaciones incorrectas.

2. Objet. (objetivos)

Esta sección permite definir metas personales relacionadas con su actividad diaria y hábitos de descanso.

La aplicación utilizará estos objetivos como referencia para mostrar su progreso y generar notificaciones motivacionales. Cuando se alcanza un objetivo configurado, la smartband puede emitir una vibración como confirmación.

Métricas configurables:

Pasos: Permite establecer un objetivo diario de actividad.

Sueño: Permite definir una meta de horas de descanso.

¿Cómo influyen en el sistema?

Las **Unidades** determinan la forma en que se muestran los datos dentro de la aplicación.

Los **Objetivos** permiten generar estadísticas comparativas y gráficos de progreso basados en sus metas personales.

El sistema utiliza esta información con fines exclusivamente informativos y motivacionales.

Recomendación: Se recomienda comenzar con metas realistas y progresivas. Establecer objetivos alcanzables facilita la constancia y reduce el riesgo de abandono.

 Cuenta >

12:02

100% 18%

< Cuenta

 Región Spain Correo Uno@lortega.es Restablecer contraseña

¿No quieres usar más?

Cerrar sesión

Perfil / Cuenta

¿Qué es y para qué sirve?

Es el panel de gestión de su cuenta de usuario.

Permite administrar sus credenciales de acceso y configurar aspectos relacionados con la seguridad y la privacidad de su información dentro de la aplicación.

Región: Indica la región administrativa asociada a su cuenta. Esta configuración puede influir en determinados parámetros de formato o normativa aplicable.

Correo (correo electrónico): Es el identificador con el que está registrado en la aplicación. A través de este correo podrá: recibir notificaciones del sistema, recuperar su contraseña o verificar cambios en su cuenta.

Restablecer contraseña: Permite modificar su clave de acceso de forma segura. Se recomienda utilizar esta opción si sospecha que su contraseña ha podido verse comprometida o si desea actualizarla periódicamente por seguridad.

Cerrar sesión: Permite salir de la aplicación de forma segura. Es recomendable cerrar sesión si comparte su dispositivo móvil o desea proteger su información personal.

¿Por qué es importante?

Esta sección le permite mantener el control sobre el acceso a su cuenta y la información registrada por la aplicación.

Gestionar adecuadamente su correo y contraseña reduce el riesgo de accesos no autorizados a sus datos de actividad y bienestar.

Recomendación

Se aconseja utilizar una contraseña única, difícil de adivinar, y diferente a la utilizada en otros servicios.

Esto reduce el riesgo de acceso no autorizado a su cuenta. La actualización periódica de la contraseña mejora la protección de su cuenta.

Servicios de datos >

Perfil / Servicios de datos

¿Para qué sirve?

Esta sección es el centro de gestión de la información registrada por su smartband. Le permite conservar su historial de actividad, aunque cambie de teléfono y facilita la comunicación entre la aplicación G BAND y las aplicaciones de salud nativas de su smartphone.

Sincronización con la nube (Sincr. con Nube): Es un interruptor que, al estar activado (color verde), realiza copias de seguridad automáticas de sus mediciones en los servidores seguros de la aplicación.

Utilidad: Si pierde su teléfono o instala la aplicación en otro dispositivo (por ejemplo, una tableta), solo deberá iniciar sesión para recuperar sus registros de actividad, frecuencia cardíaca, sueño y otros datos almacenados.

Estado- “Sincronizar”

Permite realizar una actualización manual de los datos en ese momento.

Utilidad: Es recomendable utilizar esta opción si desea asegurarse de que sus registros más recientes se hayan guardado correctamente en la aplicación.

Servicios de terceros - Salud de Apple

Permite conectar la aplicación G BAND con plataformas de salud compatibles como Apple Health (iOS) o Google Fit (Android).

Utilidad: Al activarlo, los datos registrados por su **H3VEL ONE**, podrán visualizarse también en la aplicación de salud oficial de su teléfono, lo que le permitirá centralizar su información en un solo lugar.

Recomendación

Se recomienda verificar periódicamente que la opción “Sincr. Con Nube” esté activada. Si observa que algún dato no aparece en su historial, pulse el botón “Sincronizar” para actualizar la información.

Importante

La smartband y la aplicación G BAND no son dispositivos médicos. Los datos proporcionados solo tienen fines informativos y de bienestar general.



Perfil / Permisos

¿Qué es y para qué sirve?

Esta sección le permite autorizar a la aplicación G BAND a utilizar determinadas funciones de su teléfono móvil.

Su objetivo es garantizar el correcto funcionamiento y la comunicación entre la smartband y su smartphone, respetando en todo momento la configuración de privacidad del sistema operativo.

Bluetooth: Es el permiso esencial para el funcionamiento del dispositivo. Permite buscar, vincular y mantener la conexión con su smartband H3VEL ONE.

Sin este permiso, la smartband no podrá conectarse ni sincronizar datos.

Ubicación: Se utiliza para registrar con mayor precisión sus rutas de entrenamiento y actividades al aire libre.

Importante: En algunos sistemas operativos, este permiso es necesario para que la aplicación funcione correctamente en segundo plano y para que pueda enviar la información del clima a su dispositivo.

Fotos: Permite acceder a su galería para que pueda seleccionar imágenes personales como foto de perfil.

Cámara: Permite utilizar la smartband como disparador remoto de la cámara del teléfono para tomar fotografías a distancia.

Contactos: Sección no habilitada para la smartband.

¿Por qué es importante para usted?

Si alguno de estos permisos se desactiva, es posible que determinadas funciones de la smartband dejen de funcionar correctamente.

Recomendación

Si detecta que alguna función no opera correctamente, verifique primero esta sección. Asegúrese de que los permisos necesarios estén configurados como "Permitir" en los ajustes de su teléfono para garantizar un funcionamiento óptimo.



 Información12:16   

< Información



G Band

1.4.1 (00013)

Política de privacidad >

Términos de uso >

Perfil / Información

¿Qué es y para qué sirve?

Esta sección contiene la información oficial de la aplicación. Le permite consultar las condiciones bajo las cuales se gestionan sus datos y verificar que está utilizando la versión más reciente del software disponible.

Identificación de la aplicación (G Band)

Muestra el nombre oficial de la aplicación y su logotipo, permitiéndole confirmar que se encuentra en la versión original del ecosistema.

Versión del software

Indica el número exacto de la versión instalada. Este dato es importante en caso de requerir soporte técnico, ya que permite verificar si dispone de las últimas actualizaciones, mejoras de rendimiento y de seguridad.

Política de privacidad

Documento que explica cómo se recopilan, utilizan, almacenan y protegen los datos generados por la smartband y la aplicación.

Términos de uso

Documento legal que establece las condiciones de utilización de la aplicación y define los derechos y responsabilidades tanto del usuario como del proveedor del servicio.

¿Por qué es importante para usted?

Esta sección le brinda transparencia y confianza sobre el funcionamiento de la aplicación.

Le permite confirmar que utiliza una herramienta actualizada y conocer claramente cómo se gestiona su información.

Recomendación

Si observa que alguna función nueva no aparece en su aplicación, verifique el número de versión en esta sección y compárelo con la última versión disponible en la tienda oficial de su dispositivo (App Store o Google Play).

Mantener la aplicación actualizada garantiza un mejor rendimiento y mayor seguridad.

Dispositivo / Gestión del dispositivo

¿Qué es y para qué sirve?

Es el panel principal de configuración técnica de la H3VEL ONE. Desde esta sección puede gestionar la conexión entre el smartphone y la smartband, activar funciones de comunicación y configurar las utilidades prácticas del día a día.

Estado del dispositivo (cabecera)

Nombre e ID: Identifica el modelo conectado (ONE) y su código de vinculación único.

Nivel de batería: Muestra el porcentaje de carga disponible (por ejemplo, 47%), permitiéndole prever cuándo será necesaria la próxima recarga.

Llamada Bluetooth: Acceso directo para configurar la función de audio Bluetooth, que permite recibir notificaciones de llamadas desde la muñeca cuando esté habilitada.

Funciones

Encontrar: Al activarlo, la smartband emite una vibración o señal luminosa para facilitar su localización.

Cámara: Permite utilizar la smartband como disparador remoto de la cámara del teléfono.

Llamada: Acceso a la gestión de contactos sincronizados.

Notificaciones: Permite seleccionar qué aplicaciones del teléfono pueden enviar avisos a la smartband.

Alarma: Configuración de alarmas vibratorias independientes del sonido del teléfono

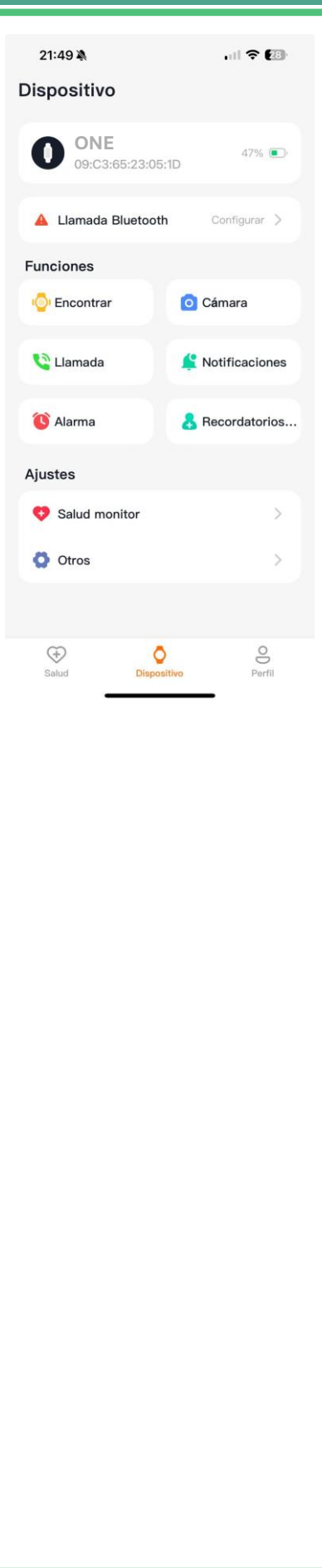
Recordatorios d...: Gestión de avisos programados relacionados con hábitos diarios (movimiento, hidratación, medicación, u otros recordatorios personales),

Ajustes

Salud monitor: Permite activar la monitorización automática de los distintos parámetros de bienestar y la calibración de los mismos.

Otros: Incluye configuraciones adicionales, gestión de actualizaciones de firmware o apagado del dispositivo.





Dispositivo / Gestión del dispositivo

¿Cómo funciona?

Esta pantalla actúa como un menú de acceso rápido. Cada opción abre una ventana de configuración específica. La comunicación entre el teléfono y la smartband es bidireccional: cuando configura una alarma desde la aplicación, la información se almacena en la memoria interna del dispositivo, permitiendo su funcionamiento incluso si el teléfono no se encuentra cerca en ese momento.

Recomendación

Se recomienda mantener activadas las funciones de “Salud monitor”, ya que permiten que los sensores realicen mediciones automáticas en segundo plano a intervalos regulares. Esto facilita la generación de registros continuos y gráficos históricos de los diferentes parámetros.

Dispositivo / Información técnica

¿Qué es y para qué sirve?

Esta sección muestra la información técnica del hardware conectado. Le permite identificar de forma única su smartband, verificar el estado del software interno y gestionar la conexión o desvinculación del dispositivo cuando sea necesario.

Nombre: Confirma el modelo conectado (por ejemplo, ONE)

MAC: Es el identificador físico único de su smartband (por ejemplo, 09:C3:65:XX:XX:XX). Funciona como un identificador exclusivo del dispositivo y puede ser solicitado por el servicio técnico en caso de asistencia.

Versión del firmware: Indica la versión del sistema interno que está ejecutando la smartband.

Buscar actualizaciones: Permite comprobar si existe una versión más reciente del firmware disponible. Las actualizaciones pueden incluir mejoras de estabilidad, optimización del rendimiento y nuevas funciones relacionadas con el seguimiento de actividad y bienestar

Desconectar: Interrumpe temporalmente la comunicación Bluetooth entre el teléfono y la smartband.

Omitir disp. (dispositivo): Elimina la vinculación entre el teléfono y la smartband. Esta opción debe utilizarse si desea asociar el dispositivo a otro usuario o realizar una nueva configuración desde cero.

¿Cómo funciona?

Esta pantalla obtiene la información directamente de la memoria interna de la H3VEL ONE. Cuando selecciona la opción "Buscar actualizaciones", el teléfono descarga el nuevo firmware desde los servidores correspondientes y lo transfiere a la smartband mediante la conexión Bluetooth. Durante el proceso de actualización mantenga el dispositivo cerca del teléfono, no cierre la aplicación y no apague ninguno de los dispositivos hasta que el proceso finalice. Interrumpir la actualización podría afectar temporalmente al funcionamiento del dispositivo.

Recomendación

Comprobar periódicamente si existen actualizaciones disponibles. Mantener el firmware actualizado contribuye a mejorar el rendimiento general y la precisión de las estimaciones relacionadas con actividad física y bienestar.

Dispositivo / Llamada / Contactos - SOS

¿Qué es y para qué sirve?

Esta sección permite gestionar los contactos almacenados y configurar la función de aviso rápido (SOS).

Su finalidad es facilitar la comunicación directa desde el dispositivo, sin necesidad de manipular el teléfono, especialmente en situaciones en las que se requiera una llamada o una notificación urgente.

Contactos

Agregar: Permite acceder a la agenda de su smartphone para seleccionar contactos y sincronizarlos con la memoria interna de la smartband.

Contactos de emergencia: Permite registrar números para casos de una comunicación prioritaria.

Configuraciones de SOS

Permite activar y configurar la función de asistencia rápida. Cuando la función SOS se activa, el dispositivo puede realizar automáticamente una llamada a los contactos de emergencia seleccionados.

¿Cómo funciona?

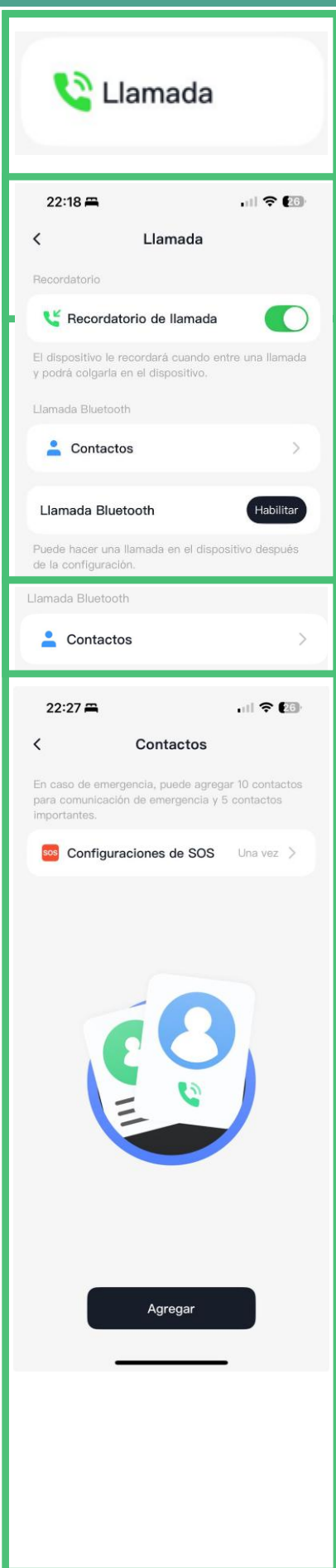
Una vez seleccionados en la aplicación, los contactos se sincronizan mediante la conexión Bluetooth y se almacenan en la memoria interna del dispositivo.

Recomendación

Se recomienda seleccionar aquellos contactos que puedan atender llamadas o notificaciones con disponibilidad razonable; informar previamente a dichas personas de que han sido designadas como contactos de emergencia; y verificar periódicamente que los números almacenados están actualizados.

Importante

La función SOS es un sistema de asistencia rápida basado en una comunicación telefónica y no sustituye los servicios oficiales de emergencia.



 Notificaciones22:36   

< Notificaciones

 Habilitar todo

Se enviará al dispositivo cuando su teléfono reciba una notificación

-  SMS ☐
-  Connected2 ☒
-  Facebook ☐
-  Gmail ☐
-  Instagram ☐
-  Kakao Talk ☐
-  LINE ☐
-  LinkedIn ☐
-  Messenger ☐
-  QQ ☐

Dispositivo / Notificaciones

¿Qué es y para qué sirve?

Es el filtro inteligente de comunicación del dispositivo. Sirve para que el usuario pueda ser informado de sus mensajes, correos y alertas de redes sociales en tiempo real a través de la H3VEL ONE, notificándolos mediante vibración.

Habilitar todo

Permite activar simultáneamente todas las notificaciones disponibles en la lista. Es una opción práctica si desea recibir todas las alertas compatibles sin tener que configurar cada aplicación por separado.

Listado de aplicaciones compatibles

Incluye las aplicaciones instaladas en su teléfono que pueden enviar notificaciones a la smartband. Puede activar o desactivar cada una de manera independiente, según sus preferencias.

Ejemplos habituales:

Mensajería y Redes: SMS, WhatsApp, Facebook, Instagram, Messenger.

Productividad y correo electrónico: Gmail, LinkedIn, entre otras aplicaciones compatibles.

Indicadores de estado

Verde: La aplicación está autorizada para enviar notificaciones a la smartband.

Gris: Las notificaciones de esa aplicación se recibirán únicamente en el teléfono.

¿Cómo funciona?

La aplicación G BAND actúa como intermediaria entre el sistema operativo del teléfono y la smartband. Cuando el teléfono recibe una notificación: la aplicación verifica si esa app está habilitada en esta sección; si está activada, envía el contenido básico de la notificación a la H3VEL ONE mediante conexión Bluetooth; la smartband vibra indicando su recepción.

Recomendación

Se recomienda activar solo las aplicaciones esenciales. Un número elevado de notificaciones puede incrementar el consumo de batería del teléfono y de la smartband; y generar vibraciones frecuentes que pueden resultar molestas durante la actividad física o trabajo.



Recordatorios...

16:08



Recordatorios de salud

Movimiento recordatorio ☐

Hora del recordatorio 08:00 – 18:00 >

Intervalo recordatorio 60 min >

Recordatorio para beber agua ☐

Hora del recordatorio 08:00 – 22:00 >

Intervalo recordatorio 30 min >

Recordatorio de visión prolon... ☐

Hora del recordatorio 09:00 – 18:00 >

Intervalo recordatorio 30 min >

Recordatorio de ejercicio ☐

Hora del recordatorio 09:00 – 18:00 >

Intervalo recordatorio 120 min >

Recordatorio de medicación ☐

Hora del recordatorio 09:00 – 18:00 >

Intervalo recordatorio 120 min >

Recordatorio de lectura ☐

Hora del recordatorio 09:00 – 18:00 >

Intervalo recordatorio 60 min >

Recordatorio de viaje ☐

Hora del recordatorio 09:00 – 18:00 >

Intervalo recordatorio 60 min >

Recordatorio de lavado de m... ☐

Hora del recordatorio 09:00 – 18:00 >

Intervalo recordatorio 60 min >

Dispositivo / Recordatorios de ...

¿Qué es y para qué sirve?

Esta sección permite configurar recordatorios periódicos de hábitos saludables y actividad diaria. Su función es ayudarle a mantener una rutina equilibrada mediante alertas vibratorias programadas en la smartband.

Movimiento recordatorio: Le avisa cuando permanece inactivo durante un periodo prolongado. Puede configurar el **intervalo** (por ejemplo, cada 60 minutos) y el **rango horario** (por ejemplo, de 08:00 a 18:00 h). Esto permite evitar interrupciones durante las horas de descanso o fuera de su jornada habitual.

Recordatorio para beber agua: Permite establecer avisos periódicos para fomentar una hidratación regular a lo largo del día. Puede ajustar la frecuencia según sus preferencias (por ejemplo, cada 30, 60 o 90 minutos).

Recordatorio de visión prolongada: Especialmente útil para quienes trabajan frente a pantallas durante periodos prolongados. Sugiere realizar pausas breves para relajar la vista.

Recordatorio de ejercicio: Le anima a cumplir sus objetivos diarios de actividad física establecidos en la aplicación. Puede configurarse según su planificación personal.

Recordatorio de medicación: Permite programar alertas vibratorias en horarios específicos para ayudarle a recordar la toma de medicamentos o suplementos.

Recordatorio de lectura: Permite establecer avisos periódicos para dedicar tiempo a la lectura según su planificación personal.

Recordatorio de viaje: Permite programar alertas relacionadas con desplazamientos o compromisos de viaje.

Recordatorio de lavado de manos: Permite programar avisos periódicos para fomentar el hábito de la higiene de manos a lo largo del día.

Recomendación

Se recomienda evitar configurar frecuencias excesivamente cortas que puedan provocar interrupciones constantes.

Dispositivo / Salud monitor

¿Qué es y para qué sirve?

Esta sección permite gestionar los sensores de la smartband y configurar la monitorización automática de distintos parámetros relacionados con la actividad y el bienestar. Al activar determinadas funciones, el dispositivo puede realizar mediciones periódicas en segundo plano para generar registros y gráficos diarios dentro de la aplicación.

Monitor de ritmo cardíaco y de HRV: Permite activar la medición automática de la frecuencia cardíaca y de la variabilidad de la frecuencia cardíaca.

Alerta de ritmo card. elevado: Permite establecer un valor de referencia para recibir una vibración de aviso cuando la frecuencia cardíaca en reposo supere el umbral configurado.

Monitor y calibración de pres. arterial: Permite activar la estimación automática de los valores de la presión arterial. Incluye opciones de ajuste para mejorar la precisión de las estimaciones

Monitor de oxíg. en sangre: Permite activar la estimación periódica de la saturación de oxígeno.

Monitor de glucosa: Permite activar la estimación periódica de los niveles de glucosa mediante los sensores integrados y algoritmos internos del dispositivo.

Calibración de glucosa: Permite introducir valores de referencia obtenidos analíticamente para ajustar mejor y personalizar las estimaciones del dispositivo.

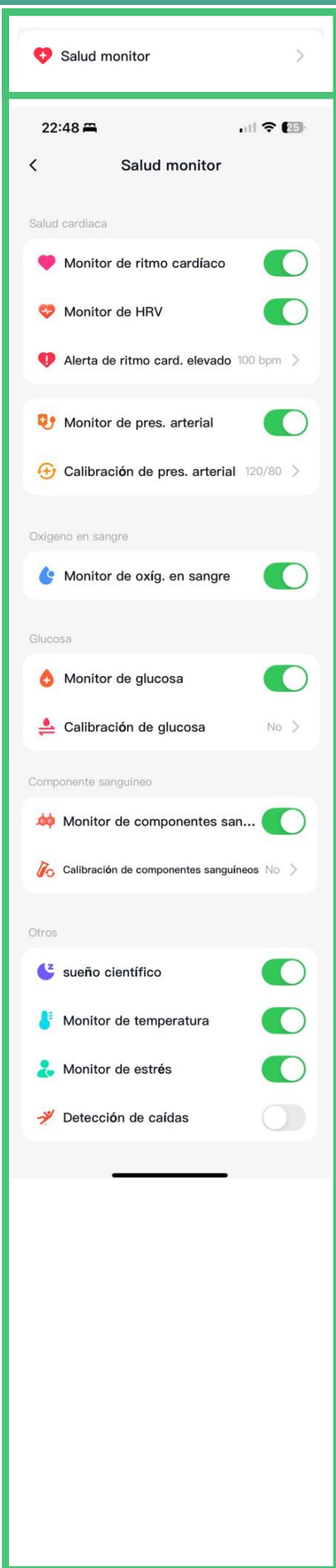
Monitor de componentes sanguíneos: Permite activar la estimación periódica de determinados indicadores corporales de ciertos componentes sanguíneos (Chol, cHDL, cLDL, TG)

Calibración de componentes sanguíneos: Permite introducir valores de referencia obtenidos analíticamente para ajustar mejor las estimaciones del dispositivo.

Sueño científico: Activa el registro automático del descanso nocturno y la estimación de las fases del sueño.

Monitor de temperatura y estrés: Permite la medición automática de las variaciones de la temperatura de la piel y estimar los niveles de estrés mediante algoritmos internos.

Detección de caídas: Función de seguridad que puede detectar movimientos bruscos o impactos. Si está activada, puede iniciar el aviso o protocolo de emergencia configurado en la aplicación.



Dispositivo / Salud monitor

¿Cómo funciona?

Al activar los interruptores correspondientes, la aplicación sincroniza la configuración con la smartband.

El dispositivo realiza mediciones periódicas utilizando sus sensores integrados y almacena los datos para su posterior visualización en la aplicación.

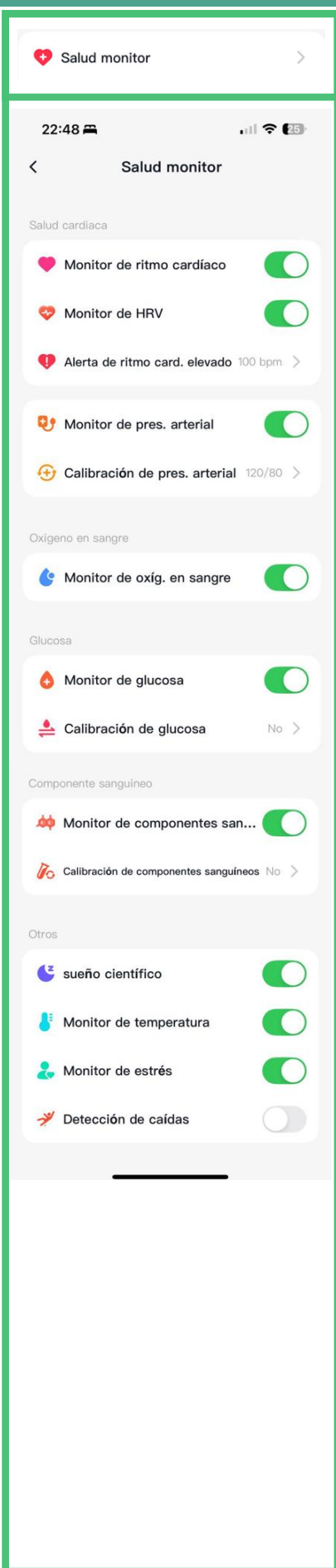
Si una función está desactivada, la medición solo se realizará cuando usted la inicie manualmente desde la aplicación.

Recomendación

Se recomienda mantener el dispositivo cargado regularmente para asegurar la continuidad de los registros. La activación de múltiples monitores puede aumentar el consumo de batería.

Importante

Todas las métricas proporcionadas tienen carácter informativo y están destinadas al seguimiento del bienestar general. En ningún caso sustituyen pruebas médicas, análisis de sangre, diagnósticos clínicos ni la evaluación realizada por personal sanitario cualificado.





Dispositivo / Otros

¿Qué es y para qué sirve?

Esta sección permite gestionar funciones de mantenimiento técnico y control operativo del dispositivo.

Desde aquí podrá reiniciar o apagar la smartband en caso de incidencias técnicas o cuando no vaya a utilizarla durante un período prolongado.

Restablecer

Permite devolver la smartband a su configuración original de fábrica.

Cuando utilizar esta opción: Si el dispositivo presenta errores de sincronización persistentes; si desea vincularlo a un nuevo usuario; o si necesita realizar una configuración completamente nueva.

Al confirmar la opción “Restablecer”, se eliminarán las configuraciones almacenadas y los datos guardados.

Apagar

Permite apagar completamente el dispositivo.

Cuando utilizar esta opción: Si no va a utilizar la smartband durante varios días, o para conservar la batería en periodos de inactividad prolongada

¿Cómo funciona?

Estas opciones envían comandos directos al sistema interno de la H3VEL ONE. A diferencia de los ajustes generales (como notificaciones o recordatorios), estas funciones reinician los procesos internos, interrumpen la actividad de los sensores y desconectan la comunicación Bluetooth. Esto permite restablecer el funcionamiento normal del dispositivo en caso de incidencias técnicas.

⚠ AVISO IMPORTANTE

Antes de utilizar la opción “Restablecer”, se recomienda realizar una última sincronización desde la aplicación para asegurar que los datos almacenados (actividad, registros y configuraciones) se guarden correctamente en su cuenta. El restablecimiento de fábrica elimina la información almacenada en la memoria interna del dispositivo y no podrá recuperarse si no ha sido previamente sincronizada.

Salud



¿Qué es y para qué sirve?

Esta función permite exportar y compartir los datos generados por el dispositivo (frecuencia cardíaca, registros tipo ECG, actividad o sueño), a través de las aplicaciones instaladas en su smartphone.

Su finalidad es facilitar el seguimiento personal y la consulta informativa de sus registros con otras personas, cuando usted lo considere oportuno.

Funcionalidades y canales de envío

La aplicación G BAND utiliza el sistema nativo de compartición del smartphone, lo que permite enviar la información con cualquier aplicación compatible. Las funcionalidades que aparecen son las que tiene usted habilitadas en su teléfono:

Aplicaciones de mensajería: Para compartir información con familiares, personas de confianza, o equipo médico.

Correo electrónico: Para enviar los informes en formato digital. El usuario puede compartir estos informes con un profesional sanitario si lo considera oportuno, con el fin de aportar información complementaria de carácter orientativo.

Gestión de Documentos

Guardar en archivos: Permite almacenar el informe en la memoria del teléfono o en servicios de almacenamiento en la nube (por ejemplo, iCloud o Google Drive), creando un archivo personal de registros.

Imprimir: Permite generar una copia física del informe para su conservación o para compartirla durante una consulta, si el usuario lo considera oportuno.

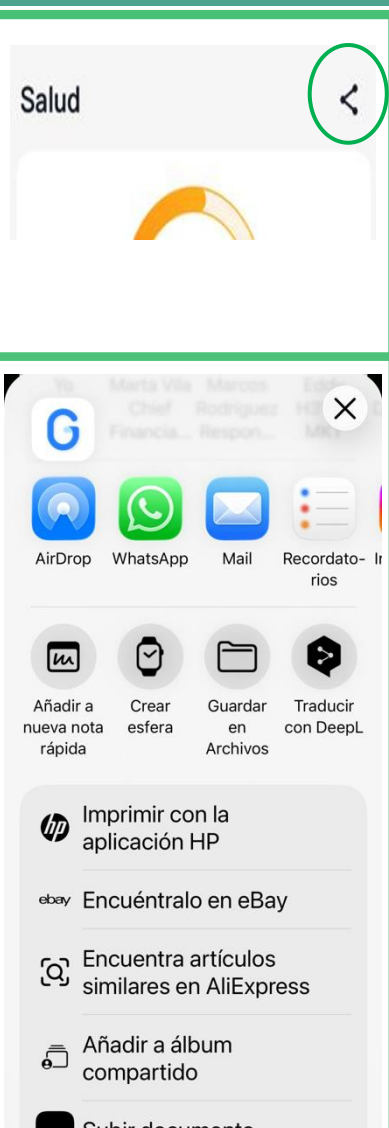
Añadir a nueva nota rápida: Permite añadir los datos a una nota personal o programar un recordatorio vinculado a una medición concreta.

¿Cómo funciona?

Al pulsar el botón de compartición en la pantalla principal (H), la aplicación G BAND genera automáticamente un documento con los datos más recientes registrados por el dispositivo.

A continuación, se muestra el menú de compartición del sistema operativo, desde el cual podrá seleccionar la aplicación y el destinatario correspondiente.

Si el usuario lo considera oportuno, puede compartir el informe con un profesional sanitario vinculado a H3VEL HEALTH a través del canal de comunicación indicado, como información complementaria de carácter orientativo.



Salud / Panel general / Actividad diaria

¿Qué es y para qué sirve?

Esta pantalla ofrece un análisis detallado de la actividad física registrada por los sensores de movimiento de la **H3VEL ONE**. Le permite visualizar su nivel de actividad diaria, identificar los períodos de mayor movimiento y comprobar el progreso respecto a los objetivos establecidos en la aplicación.

Contador central y gráfica

Número de pasos: Indica el total acumulado durante el día actual (por ejemplo, 4.101 pasos).

Anillo de progreso diario: Representa visualmente la progresión hacia la meta diaria establecida (por ejemplo, 8.000 pasos). El círculo se va completando a medida que se acerca al objetivo establecido.

Gráfico cronológico: Al pulsar el indicador circular de progreso diario, se accede al gráfico cronológico detallado de la actividad registrada durante el día. Se muestra la distribución de la actividad desde las 00:00 hasta las 24:00 horas, identificando los periodos de mayor actividad y los momentos de inactividad.

Tarjetas de resumen

Calorías: Indica el gasto energético estimado (por ejemplo, 238,0 kcal), calculado mediante algoritmos internos a partir de la actividad registrada.

Distancia: Muestra la distancia estimada recorrida durante el día (por ejemplo, 3,62 km), calculada a partir del número de pasos y de los datos del perfil del usuario.





Salud / Panel general / Actividad diaria

Opciones de Gestión

Dentro de las tarjetas resumen anteriores, dispone de las siguientes opciones para completar su información:

Todos los datos: Permite acceder al historial completo para comparar la actividad con días anteriores.

Unidad de distancia: Permite cambiar la visualización entre kilómetros (km) y millas (mi), según su preferencia.

¿Cómo funciona?

La smartband registra el movimiento mediante su acelerómetro interno.

Cuando usted camina, corre o realiza actividades cotidianas, el dispositivo detecta los patrones de movimiento y los traduce en pasos.

A partir de estos datos, la aplicación calcula de forma estimada la distancia recorrida y el gasto energético.

La sincronización de la información se realiza automáticamente cuando abre la aplicación o cuando el dispositivo se conecta mediante Bluetooth.



Ligeramente activo
4101 pasos
Próximo nivel: 7500 pasos

11:16
Nivel de actividad



Tu volumen de actividad diaria

– Muy inactivo –

2835

3000

Actividad actual

Próximo nivel: Ligeramente activo

- Muy activo ≥ 10000
- Moderadamente activo 7500 – 10000
- Ligeramente activo 3000 – 7500
- Muy inactivo < 3000

Un estudio realizado en 2011 encontró que los adultos saludables pueden dar entre 4000 y 18000 pasos al día, y que 10000 pasos al día es un objetivo razonable para los adultos saludables.

Si estás buscando una manera de medir tus pasos diarios y tu nivel de actividad, puedes usar el rango de pasos mencionado como referencia.

Salud / Panel general / Nivel actividad

¿Qué es y para qué sirve?

Esta sección ofrece una clasificación visual de su nivel de movimiento diario en función del número de pasos registrados.

Su finalidad es ayudarle a identificar su grado de actividad física y fomentar hábitos más activos dentro de su rutina diaria.

Nivel de actividad: Muestra una categoría cualitativa que describe su nivel de movimiento durante el día (por ejemplo, “Muy inactivo”).

Esta clasificación se actualiza automáticamente en función del número de pasos acumulados.

Barra de Nivel: Indicador visual que se completa progresivamente a medida que aumenta el número de pasos. Permite visualizar de forma inmediata cuánto le falta para alcanzar la siguiente categoría de actividad.

Actividad actual: Números de pasos registrados en tiempo real por la H3VEL ONE (por ejemplo, 2.835 pasos).

Próximo nivel: Indica el umbral de pasos necesario para alcanzar la siguiente categoría (por ejemplo, 3.000 pasos para “Ligeramente activo”).

Leyenda de niveles

Muy activo (≥ 10.000 pasos)

Moderadamente activo (7.500 – 10.000 pasos)

Ligeramente activo (3.000 – 7.500 pasos)

Muy inactivo (< 3.000 pasos)

Estos rangos tienen carácter orientativo y están destinados a facilitar la interpretación del nivel de movimiento diario.

¿Cómo funciona?

La aplicación utiliza los datos registrados por el acelerómetro de la smartband para calcular el número total de pasos diarios. En función de ese valor, el sistema asigna automáticamente una categoría de actividad basada en rangos predefinidos. Estos niveles son referencias generales y no constituyen una evaluación médica.



Salud / Panel general / Registro de deportes

Entrenamiento en la app (modo con GPS)

¿Qué es y para qué sirve?

Este modo permite registrar actividades físicas al aire libre como caminar, correr, ciclismo o senderismo, utilizando el GPS del smartphone.

Su finalidad es ofrecer un seguimiento detallado del recorrido, la velocidad y la distancia durante la sesión de ejercicio.

¿Cómo funciona?

Conexión: Al iniciar el entrenamiento desde la aplicación, esta activa el GPS del teléfono y lo sincroniza con la H3VEL ONE para registrar simultáneamente la frecuencia cardíaca.

Visualización: Durante la actividad, podrá visualizar en la pantalla del teléfono el mapa con la ruta en tiempo real, la distancia recorrida, la duración de la actividad, el ritmo y velocidad, frecuencia cardíaca, etc.

Sensores: El sistema integra el sensor de frecuencia cardíaca de la smartband con el posicionamiento satelital del teléfono.

Resultado: Al finalizar la sesión, la aplicación genera un mapa detallado del recorrido, el ritmo por kilómetro o milla, y gráficas de intensidad relacionadas con la frecuencia cardíaca.



Registro de deportes

Actividad reciente

Duración 300 min
Distancia 3.24 km
Calorías 319.0 kcal

Entrenamiento on la app

Entrenamiento en dispositivo

Salud / Panel general / Registro de deportes

Entrenamiento en dispositivo

¿Qué es y para qué sirve?

Esta sección permite iniciar una actividad directamente desde la H3VEL ONE, sin necesidad de utilizar el teléfono durante la sesión.

Es adecuado para actividades en interiores (gimnasio, entrenamiento funcional, yoga, etc.) o cuando prefiere mayor libertad de movimiento.

¿Cómo funciona?

Inicio autónomo: La actividad se inicia desde el menú de la H3VEL ONE.

Registro interno: Los datos se almacenan en la memoria interna de la smartband.

En este modo no se registra mapa de ruta, ya que no se utiliza el GPS del teléfono.

Sincronización posterior: Al abrir la aplicación G BAND, los datos se transfieren automáticamente al teléfono mediante la conexión Bluetooth.

Métricas registradas: Incluyen principalmente: duración de la actividad, distancia (km), calorías estimadas, frecuencia cardíaca.

Diferencia principal entre ambos modos

Desde la aplicación: Utiliza el GPS del teléfono; genera mapas detallados del recorrido; requiere llevar el teléfono durante la actividad.

Desde el dispositivo: No utiliza el GPS; registra métricas de movimiento y frecuencia cardíaca; permite entrenar sin llevar el teléfono.

Caminar al aire libre

Entrenamiento en dispositivo
3.24 km
Uno@lortega.es
2025/12/24 10:43

05:00:00 84 04:31:00
Duración RC pro. (bpm) Duración del ejercicio aeróbico
91'02" 0.66 319.0
Ritmo pro. (km) Veloc. pro. (km/h) Calorías quemadas (kcal)
13 3870
Caden. pro. (pasos/min.) Pasos totales (pasos)



Intensidad percibida

Muy ligero Extremo

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Registra tu sensación en cada entrenamiento

Salud



Calorías 125.8 kcal
Sueño total 7 h 14 m
Distancia 1.92 km

Muy inactivo
 2290 pasos
 Próximo nivel: 3000 pasos

Registro de deportes
 Actividad reciente

Duración 3 min
Distancia 0.00 km
Calorías 0.0 kcal

Entrenamiento en la app **Entrenamiento en dispositivo**

Sueño 46 m
 14:53 ~ 15:39

Ritmo cardíaco 85 bpm
 16:04 Normal

Tensión arterial 121/87 mmHg
 16:00 Elevado

Oxígeno en sangre 98 %
 16:04 Normal

Temp. corporal 36.5 °C
 16:00 Normal

Glucosa 108 mg/dL
 16:00

HRV 49 ms
 16:04

EKG
 Cuida la salud de tu corazón, empezando desde este momento

Composición cor...
 Presta atención a la salud y entiende la composición corporal

Componente san...
 0 elementos anormales
 Detalles

MET 0.9 MET
 16:00 Baja Intensidad

Estrés 35
 16:00 Normal

Salud / Panel general / Indicadores

Diccionario de tarjetas: símbolos y funciones

A continuación, se describen los indicadores disponibles del panel principal.

Todos los valores mostrados tienen carácter informativo y están destinados al seguimiento personal del bienestar.

Sueño: Muestra la duración total del descanso y un desglose estimado de las fases de sueño.

Ritmo cardíaco (frecuencia cardíaca): Indica el número estimado de pulsaciones por minuto (bpm) registradas por el dispositivo.

Tensión arterial (estimada): Presenta los valores estimados de la presión arterial. El indicador visual refleja un rango orientativo en función de los valores configurados en la aplicación (normal, elevado o crítico).

Oxígeno en sangre (SpO₂ estimado): Muestra el nivel estimado de saturación de oxígeno en sangre con fines exclusivamente orientativos.

Temperatura corporal: Indica la temperatura de la superficie de la piel medida por el dispositivo. A partir de este valor, el algoritmo estima la temperatura corporal. No corresponde a una medición clínica de la temperatura corporal interna.

Glucosa (valor estimado): Presenta una estimación orientativa de los niveles de glucosa, destinada exclusivamente al seguimiento personal del bienestar.

HRV (Variabilidad de la frecuencia cardíaca): Indica la variación del tiempo entre latidos consecutivos, estimada por el dispositivo. Se utiliza como referencia orientativa sobre el estado general de descanso y recuperación.

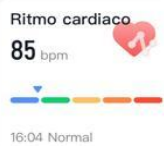
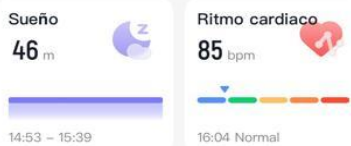
Salud



Calorías 125.8 kcal
Sueño total 7 h 14 m
Distancia 1.92 km



Entrenamiento en la app
 Entrenamiento en dispositivo



Salud / Panel general / Indicadores

Registro tipo EKG: Genera una representación gráfica de la actividad eléctrica cardíaca con fines informativos y de seguimiento personal.

No constituye un electrocardiograma clínico.

Composición corporal: Muestra estimaciones de parámetros corporales como masa grasa, masa muscular o agua corporal, calculadas mediante algoritmos internos del dispositivo.

Componentes sanguíneos (estimados): Presenta estimaciones orientativas de determinados indicadores relacionados con parámetros sanguíneos, con fines exclusivamente informativos. No sustituye el análisis clínico de laboratorio.

MET: La función MET calcula el coste energético de sus actividades diarias comparándolas con su estado basal.

Estrés: Indica un nivel estimado calculado a partir de las variables fisiológicas registradas por el dispositivo.

Ciclos: Permite el registro y la estimación orientativa de fechas relacionadas con el ciclo menstrual, según los datos introducidos por la usuaria.

⚠ AVISO IMPORTANTE

Todos los indicadores mostrados en el panel tienen carácter estimado y orientativo.

La smartband no es un dispositivo médico. Estos datos no sustituyen mediciones y/o pruebas médicas realizadas con dispositivos médicos homologados, tales como análisis de sangre o pruebas de laboratorio, electrocardiogramas clínicos, etc.



Salud / Medición manual



¿Qué es y para qué sirve?

Esta sección permite activar manualmente determinados sensores del dispositivo para realizar mediciones puntuales en el momento que usted lo desee.

A diferencia de la monitorización automática en segundo plano, la medición manual requiere su intervención directa y, en algunos casos, una postura específica para optimizar la lectura de los sensores. Estas funciones están destinadas al seguimiento personal del bienestar.

Funciones que requieren activación manual

Registro tipo EKG

Permite generar una representación gráfica de señales cardíacas captadas por los sensores eléctricos del dispositivo.

Requisito de uso: Para realizar la medición, deberá permanecer quieto y colocar el dedo de la mano contraria sobre el electrodo indicado en la smartband, siguiendo las instrucciones en pantalla. Esta acción permite que el dispositivo complete el circuito necesario para registrar la señal.

El resultado tiene carácter informativo y no constituye un electrocardiograma clínico.

Composición corporal

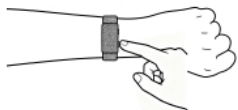
Permite estimar parámetros corporales como masa grasa, masa muscular y agua corporal mediante un sistema de bioimpedancia.

Requisito de uso: Se recomienda mantener los brazos ligeramente separados del cuerpo y permanecer quieto durante la medición para mejorar la estabilidad de la lectura. Los valores mostrados son estimaciones basadas en algoritmos internos y no sustituyen evaluaciones profesionales.

Funciones de medición puntual

Desde esta sesión también pueden iniciarse mediciones instantáneas de presión arterial (estimada), glucosa (estimada), oxígeno en sangre (SpO₂ estimado) y frecuencia cardíaca, entre otras.

Estas mediciones permiten obtener un valor inmediato sin esperar a la siguiente lectura automática programada.



Sensor ECG necesario para la función registro tipo EKG y para la composición corporal (BIA)



Salud / Medición manual



Funcionamiento técnico

Al activar una medición manual, la aplicación envía una instrucción prioritaria al sistema interno del dispositivo.

Durante este proceso:

- Se suspenden temporalmente otras tareas en segundo plano
- El sensor correspondiente se activa de forma específica
- El sistema dedica los recursos necesarios para completar la medición seleccionada

Una vez finalizada la lectura, los datos se muestran en pantalla y se almacenan en el historial.

Consideración importante

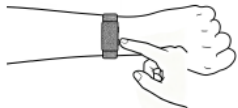
Todas las mediciones manuales tienen carácter estimado y orientativo.

La H3VEL ONE no es un dispositivo médico. Los resultados obtenidos no sustituyen pruebas médicas como electrocardiogramas clínicos, análisis de sangre, mediciones de glucosa con dispositivos médicos certificados o mediciones de presión arterial realizadas con equipos clínicos homologados.

Recomendación de uso durante la medición manual

Para mejorar la estabilidad y coherencia de lectura, se recomienda permanecer sentado, en reposo y sin realizar movimientos durante la medición.

Evite hablar o realizar gestos mientras la prueba está en curso, ya que los movimientos pueden generar interferencias en la señal captada por los sensores y afectar la precisión de la estimación mostrada.



Sensor ECG necesario para la función de registro tipo ECG y para la medición de composición corporal (BIA)

Salud / Medición rápida / Privacidad

¿Qué es y para qué sirve?

Es una función de calibración personalizada para determinadas variables disponibles en la aplicación (como presión arterial estimada u otros indicadores).

Su finalidad es personalizar el comportamiento de los algoritmos del dispositivo para adaptar las estimaciones al perfil del usuario.

Los valores introducidos se utilizan únicamente como referencia interna para mejorar la coherencia de las estimaciones mostradas y no convierten el dispositivo en un instrumento de medición clínica.

¿Cómo funciona?

Acceso: En la pantalla principal de “**Dispositivo**”, acceda a “**Salud Monitor**” y seleccione la función de calibración.

Configuración: Introduzca los valores de referencia y pulse “**Ahorrar**” para confirmarlos. El sistema utilizará estos datos como punto de ajuste para las estimaciones.

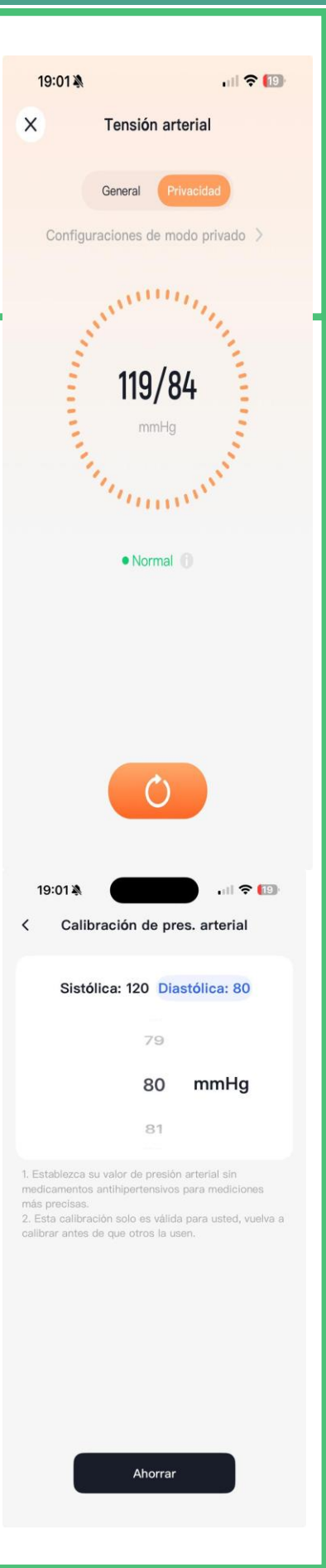
Modo Privacidad: Al activar el modo “Privacidad” dentro de las variables disponibles, las estimaciones se realizarán teniendo en cuenta los valores de referencia configurados.

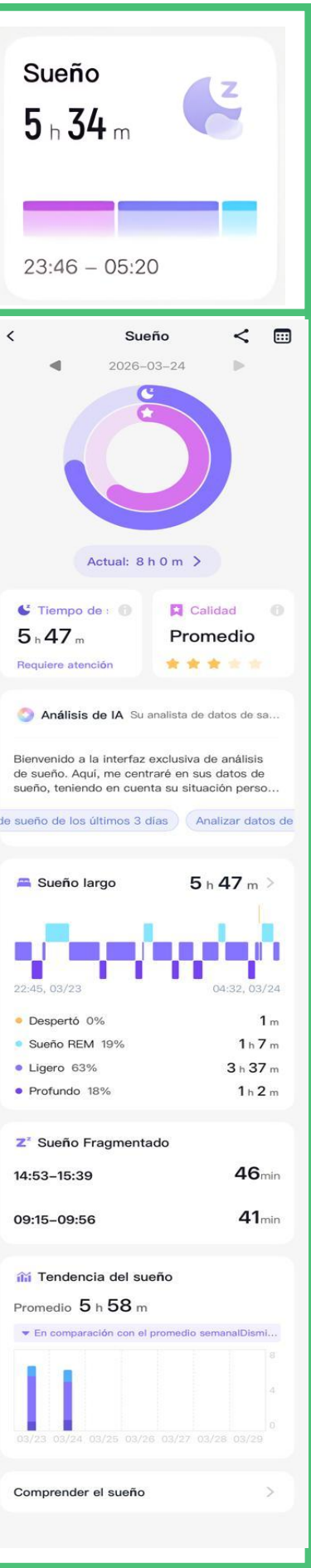
Recomendaciones e información importante

Origen de los datos: para una mayor coherencia en las estimaciones, se recomienda que los valores introducidos provengan de mediciones realizadas con dispositivos o análisis adecuados.

Carácter orientativo: Incluso con la calibración y el modo “Privacidad” activados, las lecturas mostradas son estimaciones aproximadas con fines informativos y de bienestar. No sustituyen el uso de equipos médicos certificados ni la evaluación de un profesional sanitario.

Limitaciones: La introducción de valores de referencia no garantiza una mayor precisión clínica ni la equivalencia con mediciones médicas reales.





Salud / Sueño

¿Qué es y para qué sirve?

Esta sección muestra un resumen estimado de los periodos de descanso registrados durante la noche o un intervalo determinado.

Su finalidad es ayudarle a conocer sus hábitos de sueño y realizar un seguimiento orientativo de la duración y distribución del descanso.

Los datos presentados tienen carácter informativo y están destinados exclusivamente al seguimiento personal del bienestar.

Gráfico de anillos

Representa de forma visual la proporción estimada de los distintos estados del sueño. Cada color corresponde a una fase diferenciada en el cronograma inferior.

Tiempo de sueño: Indica la duración total estimada del período de descanso (por ejemplo, 5 h 47 m).

Cronograma de fases (gráfico de barras)

Visualiza la evolución del descanso a lo largo de la noche.

Magenta/Morado: Sueño profundo

Azul oscuro: Sueño ligero.

Azul claro: Periodos de vigilia o descanso muy ligero (REM).

Tendencia del sueño

Muestra el tiempo promedio de sueño a lo largo de una semana, acompañado de una representación gráfica para facilitar su interpretación.

¿Cómo funciona?

La H3VEL ONE utiliza sensores de movimiento y variaciones del ritmo cardíaco para estimar los períodos de reposo. Mediante algoritmos internos, el sistema interpreta los cambios en la actividad corporal y en los patrones fisiológicos para generar una clasificación orientativa de las fases de sueño.

Estas estimaciones son aproximadas y pueden verse afectadas por distintos factores (movimiento, ajuste del dispositivo, condiciones ambientales, entre otros). No sustituyen a estudios clínicos del sueño ni a pruebas médicas especializadas (polisomnografía).

Salud /Sueño / Análisis de IA

¿Qué es y para qué sirve?

Es una función de la aplicación que utiliza Inteligencia Artificial para interpretar los patrones de descanso del usuario. Transforma métricas complejas en informes narrativos claros y de fácil lectura, facilitando la comprensión de las tendencias del sueño a lo largo del tiempo.

Desglose de información:

Selección de Periodo: Permite consultar análisis e informes correspondientes a intervalos de 1, 3 y 7 días.

Evaluación Global: Muestra una puntuación media junto con una valoración general estimada del estado del sueño.

Informe narrativo: Genera automáticamente un resumen que incluye: tiempo total de sueño, eficiencia del descanso, distribución estimada de fases (profundo, ligero, REM), comparativa orientativa con rangos generales de referencia.

¿Cómo funciona?

Acceso: En la pantalla principal del detalle de sueño, pulse el icono "IA" (Análisis de IA). En la esquina superior derecha se muestra el número de análisis disponibles para ese día.

Generación: Al seleccionar el periodo, el sistema procesa los datos registrados por la H3VEL ONE y genera un informe automatizado basado en patrones detectados.

Recomendaciones e información importante:

Uso continuado: Para obtener resultados más consistentes, se recomienda utilizar la H3VEL ONE durante todas las noches y mantener activada la función "Sueño específico".

Carácter Orientativo: Los informes generados son aproximaciones basadas en algoritmos y pueden no reflejar con precisión el estado real del sueño. No sustituyen, en ningún caso, el consejo, diagnóstico o tratamiento de un profesional sanitario.

Limitaciones: Los análisis pueden verse afectados por la calidad de los datos registrados, el ajuste del dispositivo o el uso irregular.

Sueño

5 h 34 m



23:46 – 05:20

17:45

20%

< Análisis de IA 4 >

le datos de salud Hola ~ soy su asistente

Puede elegir preguntar así

Análisis de datos de sueño de ayer >

Últimos 3 días Análisis de datos de sueño >

Últimos 7 días Análisis de datos de sueño >

Analyze sleep data from Mar 22, 2026 to Mar 24, 2026

◆ Pensamiento profundo completado ^

Hmm, this is a detailed sleep data analysis request with specific metrics. The user provided total sleep duration, sleep stage breakdown,

Based on the sleep data and user information provided, here is a comprehensive analysis.

Overall Verdict: Concerning Quantity, Poor Quality

Salud / Ritmo cardíaco

¿Qué es y para qué sirve?

Esta sección muestra el registro estimado de la frecuencia cardíaca expresada en latidos por minuto (bpm), tanto en seguimiento automático como en mediciones puntuales. Su finalidad es permitirle conocer la evolución de su ritmo cardíaco a lo largo del día y realizar un seguimiento orientativo durante su actividad física y durante los periodos de reposo.

Los datos proporcionados tienen carácter informativo y están destinados al seguimiento personal del bienestar.

Rango de pulsaciones

Muestra el valor mínimo y máximo estimado registrados durante el día (por ejemplo, 61-110 bpm).

Gráfica de frecuencia (cronograma diario)

Representa visualmente las variaciones del ritmo cardíaco a lo largo del día (00:00-24:00). Permite identificar periodos de reposo, actividad moderada o mayor intensidad.

Medición rápida

Permite activar manualmente el sensor óptico para obtener una lectura puntual en ese momento. Para mejorar la precisión, se recomienda mantener la muñeca en reposo y el dispositivo correctamente ajustado durante la medición.

Zonas de ritmo cardíaco (anillo cromático)

Clasifica el tiempo estimado en diferentes rangos de intensidad:

- Descanso: Ritmo basal en reposo.
 - Precalentar: Movimiento suave o actividad cotidiana.
 - Quemar grasa: Actividad continua de intensidad media..
 - Cardio: Esfuerzo elevado.
 - Pico: Intensidad máxima mantenida durante periodos breves.
- Estas zonas son estimaciones basadas en algoritmos internos y en el perfil configurado en la aplicación.

Todos los datos

Muestra el registro completo de las estimaciones de frecuencia cardíaca realizadas a lo largo del día, permitiéndole consultar el histórico detallado por intervalos de tiempo.



Salud / Ritmo cardíaco

¿Cómo funciona?

La H3VEL ONE utiliza tecnología **PPG** (fotopletismografía). Un sensor óptico situado en la parte posterior del dispositivo emite luz y detecta las variaciones en el flujo sanguíneo de la muñeca en cada latido. La aplicación procesa esta información mediante algoritmos para estimar la frecuencia cardíaca y clasificarla en rangos de intensidad. Las mediciones obtenidas son orientativas y pueden verse afectadas por diversos factores. No sustituyen pruebas médicas como un electrocardiograma clínico.

Recomendación

Para mejorar la calidad de la lectura, lleve la smartband ajustada, aproximadamente un dedo por encima del hueso de la muñeca, asegúrese de que el sensor esté limpio y en contacto directo con la piel, evite movimientos bruscos durante las mediciones manuales y mantenga la muñeca relajada durante la lectura.



Salud / Ritmo cardíaco / Análisis de IA

¿Qué es y para qué sirve?

Es una función de la aplicación que utiliza Inteligencia Artificial para analizar las métricas de frecuencia cardíaca del usuario. Convierte los datos de pulso registrados en informes narrativos claros, facilitando la comprensión de las tendencias del ritmo cardíaco a lo largo del tiempo de forma rápida y sencilla. Los resultados tienen carácter informativo y están orientados al seguimiento del bienestar personal.

Selección de Periodo: Permite generar análisis e informes correspondientes a intervalos de 1, 3 y 7 días.

Evaluación Global: Muestra una valoración general estimada del ritmo cardíaco, junto con métricas clave en latidos por minuto (bpm), incluyendo el promedio, el valor máximo y el mínimo del periodo.

Informe narrativo: Genera automáticamente un resumen que contextualiza los datos del usuario frente a rangos generales de referencia, y describe la evolución del ritmo cardíaco a lo largo del periodo seleccionado.

¿Cómo funciona?

Acceso: En la pantalla principal del detalle de ritmo cardíaco, pulse el icono "IA" (Análisis de IA). En la esquina superior derecha se muestra el número de análisis disponibles para ese día.

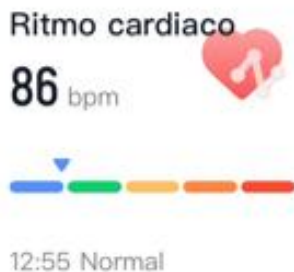
Generación: Al seleccionar el periodo, el sistema procesa el historial registrado por la pulsera H3VEL ONE y genera un informe automatizado basado en patrones detectados.

Recomendaciones e información importante:

Uso continuado: Para obtener resultados más consistentes, se recomienda llevar la H3VEL ONE durante todo el día de forma regular.

Carácter orientativo: Los informes generados son aproximaciones basadas en algoritmos y pueden no reflejar con precisión el estado real del ritmo cardíaco. No constituyen un diagnóstico médico, no permiten detectar patologías, y no sustituyen la evaluación de un profesional sanitario.

Limitaciones: Los resultados pueden verse afectados por la calidad de los datos registrados, el ajuste del dispositivo, el movimiento u otros factores externos.





Salud / Tensión arterial (estimada)

¿Qué es y para qué sirve?

Esta sección muestra estimaciones orientativas de presión arterial generadas por el dispositivo a lo largo del día. Su finalidad es permitirle realizar un seguimiento personal de las variaciones registradas durante su actividad cotidiana y periodos de reposo, así como observar tendencias a lo largo del tiempo. Los valores mostrados son estimaciones obtenidas mediante algoritmos internos y no sustituyen una medición clínica realizada con un tensiómetro validado.

Presión arterial promedio

Media estimada de las mediciones registradas durante el periodo indicado.

Gráfica cronológica (00:00 - 24:00)

Visualiza la evolución estimada de los valores a lo largo del día.

Puntos Naranjas (Sistólica - SYS): Representan la estimación de la presión sistólica (valor superior).

Puntos Azules (Diastólica - DIA): Representan la estimación de la presión diastólica (valor inferior).

Promedio de día completo

Media estimada de las mediciones registradas durante el día (por ejemplo, 122/88 mm Hg).

Medición rápida

Permite iniciar una lectura puntual en ese momento.

Máx / Mín (máximo / mínimo)

Indica los valores más altos y más bajos estimados en el intervalo de 24 horas.

Indicador visual de nivel

El sistema puede mostrar una clasificación orientativa basada en rangos preconfigurados en la aplicación

- Baja
- Normal
- Elevada
- Media
- Moderada
- Grave

Esta clasificación es meramente informativa y depende de los valores de referencia configurados en la aplicación.

Salud / Tensión arterial (estimada)

Anormal

Indica las mediciones estimadas que se han situado por encima del rango configurado como normal durante el día.

Todos los datos

Permite consultar el historial detallado de las mediciones estimadas registradas a lo largo de la jornada.

Monitor de pres. arterial

Activa o desactiva la estimación automática periódica en segundo plano.

Conocer la presión arterial

La aplicación muestra una explicación básica sobre el concepto de presión arterial.

¿Cómo funciona?

La H3VEL ONE utiliza sensores ópticos (tecnología PPG) para analizar la señal de pulso en la muñeca. A partir de dicha señal y mediante algoritmos internos, el sistema genera una estimación orientativa de los valores sistólicos y diastólicos. Estas mediciones no corresponden a mediciones clínicas.

Recomendación durante la medición manual

Para mejorar la estabilidad de la lectura, permanezca sentado y en reposo, mantenga el brazo relajado, coloque la muñeca aproximadamente a la altura del corazón, y evite hablar o moverse durante la medición.

Aviso importante

Las estimaciones de presión arterial proporcionadas por la H3VEL ONE son aproximaciones y no sustituyen la medición realizada con un tensiómetro clínico validado ni la valoración de un profesional sanitario. Este dispositivo no está destinado al diagnóstico, prevención, seguimiento ni tratamiento de enfermedades cardiovasculares.



Salud / Tensión arterial / Análisis de IA

¿Qué es y para qué sirve?

Es una función de la aplicación que utiliza Inteligencia Artificial para interpretar las estimaciones de presión arterial del usuario. Transforma el historial de datos registrados en informes narrativos claros, facilitando la comprensión de las variaciones y tendencias a lo largo del tiempo. Los resultados tienen carácter informativo y están orientados al seguimiento del bienestar personal.

Desglose de información

Selección de Periodo: Permite genera informes correspondientes a intervalos de 1, 3 o 7 días.

Evaluación global: Muestra una valoración general estimada, junto con valores promedio de presión sistólica y diastólica (mm Hg) durante el período.

Informe narrativo: Genera automáticamente un resumen que contextualiza los datos frente a rangos generales de referencia, y describe la evolución de las estimaciones a lo largo del tiempo.

¿Cómo funciona?

Acceso: En la pantalla principal del detalle de tensión arterial, pulse el icono "IA"(Análisis de IA). En la esquina superior derecha se muestra el número de análisis disponibles para ese día.

Generación: Al seleccionar el periodo, el sistema procesa el historial de estimaciones registrado por la H3VEL ONE y genera un informe automatizado basado en patrones detectados.

Recomendaciones e información importante

Calibración y uso: Para una mayor coherencia en los resultados, se recomienda mantener el dispositivo correctamente ajustado y, en su caso, configurar los valores de referencia disponibles en la aplicación.

Carácter orientativo: Los informes generados son aproximaciones basadas en algoritmos y pueden no reflejar con precisión los valores reales de presión arterial. No constituyen un diagnóstico médico, no permiten detectar hipertensión u otras afecciones y no sustituyen el uso de un tensiómetro validado ni la evaluación de un profesional sanitario.

Limitaciones: Los resultados pueden verse afectados por la calidad de los datos registrados, el movimiento, la postura o el ajuste del dispositivo.

Tensión arterial

125/88 mmHg

12:50 Elevado

18:10

Análisis de IA

4

Hola ~ soy su analista personal d

Puede elegir preguntar así

Analizar datos de frecuencia cardíaca >

Analizar datos de frecuencia cardíaca >

Analizar datos de frecuencia cardíaca >

Salud / Oxígeno en sangre

¿Qué es y para qué sirve?

Esta sección muestra la estimación del nivel de saturación de oxígeno en sangre (SpO_2) registrada por el dispositivo. Su finalidad es permitirle realizar un seguimiento orientativo de sus niveles de oxigenación a lo largo del día. Los valores representados son estimaciones informativas y no sustituyen una medición clínica realizada con un dispositivo médico validado..

Pro. (promedio)

Media estimada de las mediciones registradas en el periodo indicado (por ejemplo, 97% de 12:00-12:59)

Gráfica de tendencia (00:00 - 24:00)

Permite visualizar la evolución estimada de la saturación de oxígeno a lo largo de la jornada. Las variaciones mostradas son interpretaciones algorítmicas de la señal captada por el sensor y deben considerarse orientativas.

Promedio de día completo

Media estimada de las mediciones registradas durante el día (por ejemplo, 97%).

Medición rápida

Permite iniciar una lectura puntual en ese momento.

Máx / Mín (máximo/mínimo)

Refleja los valores más altos y más bajos estimados durante el día.

Indicador visual de nivel

La aplicación muestra una clasificación basada en rangos orientativos preconfigurados:

- Baja
- Normal
- Alta

Esta clasificación se genera teniendo en cuenta diferentes parámetros estimados por el dispositivo, como los eventos respiratorios compatibles con apnea, la frecuencia cardíaca, el tiempo estimado en rangos de baja oxigenación (tiempo hipóxico) y la carga cardíaca calculada por el sistema.

La información proporcionada tiene carácter orientativo y, en ningún caso, constituye un diagnóstico.

Oxígeno en sangre

99 %



12:54 Normal

Oxígeno en sangre

2026-03-24

Pro. 97 %

16:20-16:29



Promedio de día completo 98 %

Medición rápida

Análisis de IA Su analista de datos de sa...

Bienvenido a la interfaz exclusiva de análisis de oxígeno en sangre. Aquí, me centraré en sus datos de oxígeno en sangre, teniendo en...

Analizar datos de oxígeno en sangre de hoy Analiz



Máx.

99 %



Mín.

96 %

OSAHS

Normal

lista datos

Apnea

Normal

0 De segunda categoría 7 20

Frecuencia respiratoria

Baja

17 veces/min 0 18 26 40

tiempo hipóxico

Normal

0 s 0 20 100

carga cardíaca

Normal

33 pl 0 20 40 60

Todos los datos

Monitor de oxig. en sangre

Conocimiento del síndrome de apnea del

Aprenda sobre el oxígeno en la sangre.

Oxígeno en sangre

99 %



12:54 Normal

Salud / Oxígeno en sangre

Todos los datos

Permite consultar el historial detallado de las mediciones estimadas registradas a lo largo de la jornada.

Monitor de oxíg. en sangre

Permite activar o desactivar la estimación automática periódica, incluida la monitorización durante el descanso nocturno.

¿Cómo funciona?

La **H3VEL ONE** utiliza sensores ópticos de luz roja y radiación infrarroja.

El dispositivo analiza la variación en la absorción y reflexión de la luz y la radiación en los capilares de la muñeca y, mediante algoritmos internos, genera una estimación del porcentaje de saturación de oxígeno.

Recomendación

Para mejorar la estabilidad de la lectura manual mantenga la muñeca inmóvil, ajuste correctamente la banda, y evite realizar movimientos o hablar durante la medición.

Importante

Las estimaciones de SpO_2 proporcionadas por la **H3VEL ONE** no sustituyen pruebas médicas ni dispositivos clínicos de medición de la saturación de oxígeno en sangre. Ante valores persistentemente bajos o síntomas como dificultad respiratoria, debe consultar a un profesional sanitario.

Oxígeno en sangre

2026-03-24

Pro 97 %

16:20-16:29



Promedio de día completo 98 %

Medición rápida

Análisis de IA Su analista de datos de sa...

Bienvenido a la interfaz exclusiva de análisis de oxígeno en sangre. Aquí, me centraré en sus datos de oxígeno en sangre, teniendo en...

[Analizar datos de oxígeno en sangre de hoy](#) [Analiz](#)


Máx.

99 %



Mín.

96 %

OSAHS ⓘ

• Normal

lista datos

Apnea ⓘ Normal

0 De segunda categoría 7 20

Frecuencia respiratoria ⓘ Baja

17 veces/min 0 18 26 40

tiempo hipóxico ⓘ Normal

0 s 0 20 100

carga cardíaca ⓘ Normal

33 pl 0 20 40 60

Todos los datos >

Monitor de oxíg. en sangre ☒

Conocimiento del síndrome de apnea del >

Aprenda sobre el oxígeno en la sangre. >

Salud / Oxígeno en Sangre (SpO₂) / Análisis IA

¿Qué es y para qué sirve?

Es una función de la aplicación que utiliza Inteligencia Artificial para interpretar las estimaciones de saturación de oxígeno en sangre (SpO₂) del usuario. Transforma los registros en informes narrativos claros, facilitando la comprensión de las variaciones y tendencias a lo largo del tiempo sin necesidad de analizar gráficos complejos.

Desglose de información

Selección de periodo: Permite generar informes correspondientes a intervalos de 1, 3 y 7 días.

Evaluación global: Muestra una valoración general estimada basada en los datos registrados.

Informe narrativo: Genera automáticamente un resumen que contextualiza los valores frente a rangos generales de referencia, y describe la evolución de las estimaciones a lo largo del periodo.

¿Cómo funciona?

Acceso: En la pantalla principal del detalle de oxígeno en sangre, pulsa el icono "IA" (Análisis de IA). En la esquina superior derecha se muestra el número de análisis disponibles para ese día.

Generación: Al seleccionar el periodo, el sistema procesa el historial de estimaciones registrado por la H3VEL ONE y genera un informe automatizado basado en patrones detectados.

Recomendaciones e información importante

Condiciones de uso: Para mejorar la consistencia de los datos, se recomienda llevar la smartband correctamente ajustada y evitar el movimiento durante las mediciones.

Carácter orientativo: Los informes generados son aproximaciones basadas en algoritmos y pueden no reflejar con precisión los valores reales de saturación de oxígeno. No constituyen un diagnóstico médico, no permiten detectar hipoxia ni otras afecciones respiratorias y no sustituyen el uso de un pulsioxímetro clínico ni la evaluación de un profesional sanitario.

Limitaciones: Las estimaciones pueden verse afectadas por factores como el movimiento, la perfusión sanguínea, la temperatura de la piel o el ajuste del dispositivo.

Oxígeno en sangre

99 %

12:54 Normal

19:35

Análisis de IA

Hola ~ soy su analista personal d

Puede elegir preguntar así

Analizar datos de oxígeno en sangr >

Analizar datos de oxígeno en sangr >

Analizar datos de oxígeno en sangr >

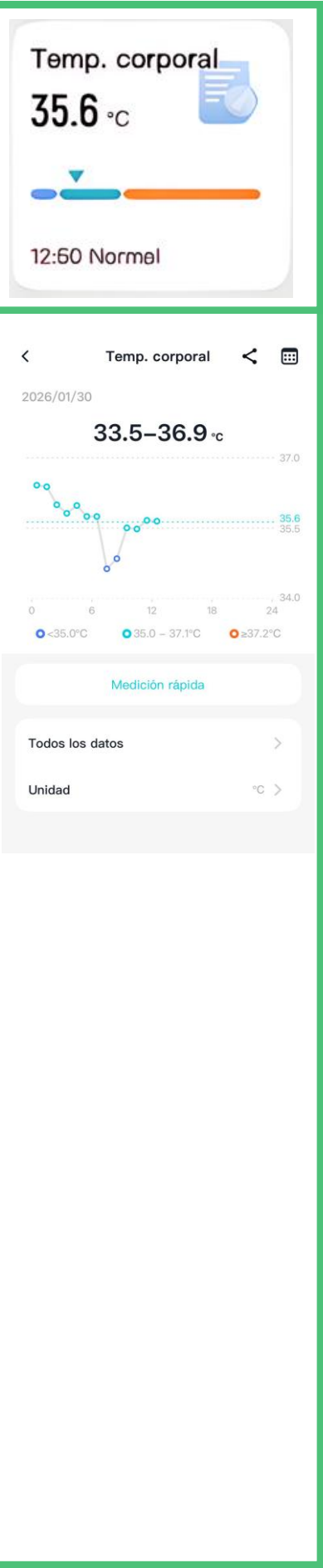
Analyze blood oxygen data on Mar 24, 2026

Pensamiento profundo completado

Hmm, this is a straightforward health data analysis request. The user provided clear blood oxygen metrics along with basic biometrics.

Based on the data provided, here is a detailed analysis of your blood oxygen levels:

1. Direct Data Interpretation



Salud / Temperatura cutánea (estimada)

¿Qué es y para qué sirve?

Esta pantalla muestra la temperatura de la superficie de la piel registrada por el dispositivo y una estimación orientativa de la temperatura corporal.

Su finalidad es permitirle realizar un seguimiento de las variaciones térmicas a lo largo del día, así como observar cambios relacionados con el descanso, la actividad física o el entorno.

Los valores mostrados son estimaciones informativas y no sustituyen la medición realizada con un termómetro clínico.

Rango de temperatura

Muestra la temperatura mínima y máxima registrada durante la jornada en grados Celsius (si ha configurado su smartband en este modo).

Gráfica de tendencia diaria

Representa las variaciones térmicas estimadas durante las 24 horas.

Es habitual observar ligeras variaciones entre períodos de descanso y actividad.

La gráfica utiliza un código de color para facilitar la interpretación visual:

Azul oscuro: Temperaturas inferiores a 35°C.

Azul claro: Temperaturas comprendidas entre 35°C y 37°C.

Rojo: Temperaturas superiores a 37°C.

Medición rápida

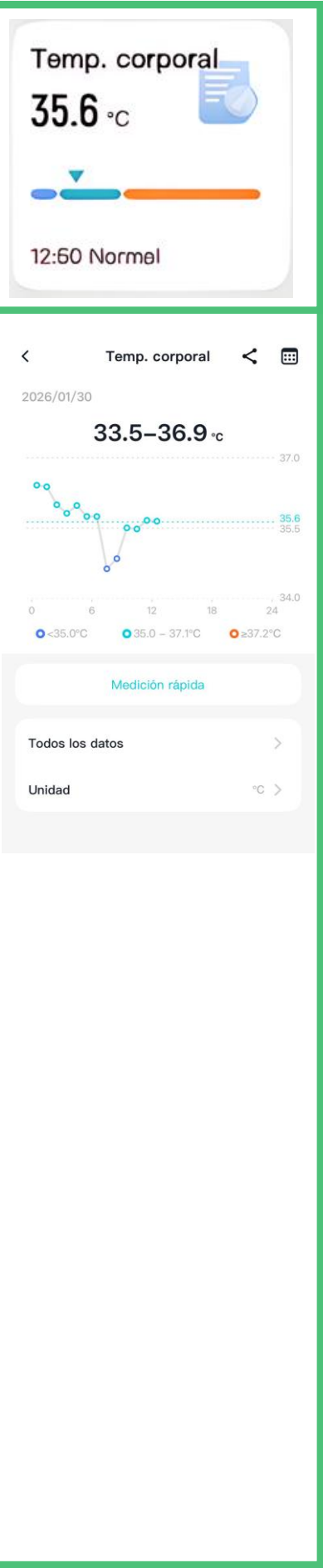
Permite realizar una lectura puntual en ese momento.

Todos los datos

Permite consultar el historial detallado de las mediciones estimadas registradas a lo largo de la jornada.

Unidad

Permite configurar la aplicación para que los datos de temperatura se muestren en grados Celsius (°C) o en grados Fahrenheit (°F) según su preferencia.



Salud / Temperatura cutánea (estimada)

¿Cómo funciona?

La H3VEL ONE incorpora un sensor térmico en su base que detecta variaciones de temperatura en la superficie de la piel. La aplicación procesa estos datos mediante algoritmos internos para generar una estimación orientativa de la temperatura corporal.

Recomendación

Para una medición estable lleve la smartband puesta al menos 10 minutos antes de realizar una medición manual, mantenga la muñeca en reposo durante la lectura, y tenga en cuenta que ambientes muy fríos o muy cálidos pueden influir en la temperatura superficial detectada.

Importante

Las estimaciones de temperatura proporcionadas por la H3VEL ONE no sustituyen la medición realizada con un termómetro médico ni la valoración de un profesional sanitario.

Ante fiebre persistente o síntomas asociados, debe consultar con un profesional de la salud.



Salud / Glucosa (estimada)

¿Qué es y para qué sirve?

Esta sección permite realizar un seguimiento orientativo de los niveles estimados de glucosa en sangre.

Su finalidad es mostrar la evolución de los valores a lo largo del día, ayudándole a observar posibles variaciones relacionadas con la alimentación, la actividad física o el descanso.

Los datos mostrados son estimaciones generadas por algoritmos internos y no sustituyen la medición realizada mediante un glucómetro clínico.

Rango de estimación de glucosa

Muestra la estimación de los niveles mínimo y máximo de glucosa en sangre registrados durante la jornada en mg/dL (si ha configurado su smartband en este modo).

Gráfica de tendencia (24 h)

Muestra la evolución estimada de los valores de glucosa durante el día, permitiendo visualizar variaciones y cambios a lo largo del tiempo.

Medición rápida

Permite realizar una lectura puntual en ese momento.

Referencia

La aplicación puede clasificar los valores estimados en categorías informativas como:

- Baja
- Normal
- Alta

Además, la clasificación tiene en cuenta el momento del día en el que se realiza la estimación, mostrando referencias orientativas según el contexto:

- En ayunas o antes de comer
- 1 hora después de comer
- 2 horas después de comer

Estas referencias permiten interpretar la estimación dentro de un marco temporal relacionado con la ingesta de alimentos.



Salud / Glucosa (estimada)

Todos los datos

Permite consultar el historial detallado de las mediciones estimadas registradas a lo largo de la jornada.

Unidad

Permite configurar la aplicación para que los datos de estimación de glucosa en sangre se muestren en mmol/L (milimoles por litro) o mg/dL (miligramos por decilitro), según su preferencia.

¿Cómo funciona?

La H3VEL ONE utiliza sensores ópticos y algoritmos de procesamiento de señal para analizar parámetros fisiológicos indirectos y generar una estimación orientativa de la glucosa.

El dispositivo no realiza una medición directa de glucosa en sangre ni requiere punción.

IMPORTANTE

Las estimaciones de glucosa proporcionadas por la H3VEL ONE no sustituyen a los análisis de sangre ni a mediciones realizadas con dispositivos médicos específicos, no deben utilizarse para un diagnóstico, prevención o tratamiento de enfermedades, y no deben emplearse como la base única para modificar medicación o pautas terapéuticas.

Ante cualquier duda o resultado preocupante, debe consultar con un profesional sanitario.



Salud / HRV

¿Qué es y para qué sirve?

Esta sección muestra la variación estimada del tiempo entre latidos consecutivos del corazón, expresada en milisegundos (ms).

La variabilidad de la frecuencia cardíaca (HRV) es un indicador relacionado con la actividad del Sistema Nervioso Autónomo y puede utilizarse como referencia orientativa del estado general de recuperación, descanso y nivel de estrés.

En términos generales:

- Un valor más alto suele asociarse a buena recuperación y equilibrio fisiológico.
- Un valor más bajo puede relacionarse con fatiga, estrés o falta de descanso.

Los datos mostrados tienen carácter informativo y de seguimiento personal, y no constituyen diagnóstico médico.

Rango de HRV

Muestra la estimación de la variabilidad mínima y máxima de la frecuencia cardíaca registrada durante la jornada, expresada en milisegundos (ms).

Gráfica de tendencia (24h)

Muestra la evolución estimada de los valores de HRV durante el día, permitiendo visualizar variaciones y cambios en la variabilidad de la frecuencia cardíaca en diferentes momentos de la jornada.

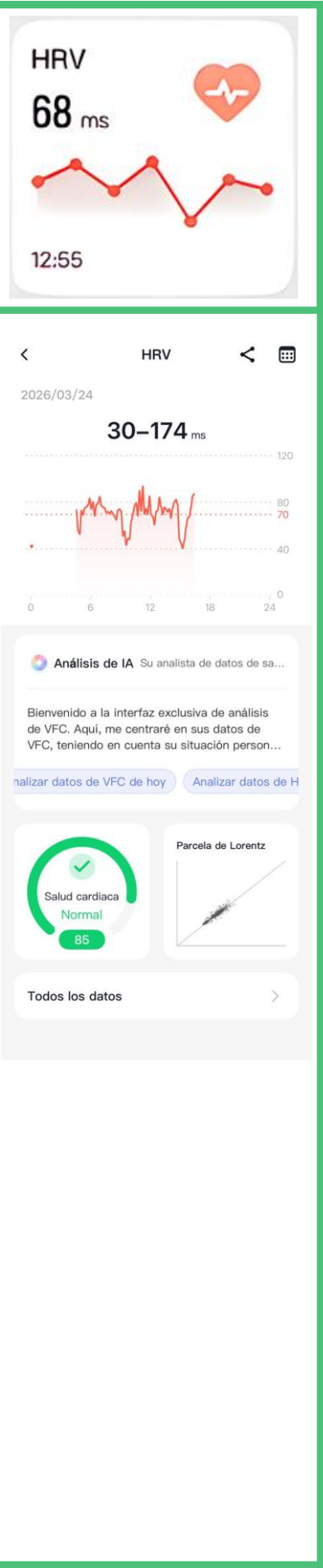
Parcela de Lorentz (gráfico de dispersión)

La nube de puntos representa la relación entre intervalos consecutivos del latido cardíaco.

- Una distribución compacta y equilibrada suele asociarse a estabilidad.
- Una dispersión irregular puede indicar variaciones fisiológicas.

La interpretación clínica de este gráfico debe ser realizada exclusivamente por un profesional sanitario mediante equipos médicos certificados.





Salud / HRV

Todos los datos

Permite consultar el historial detallado de las mediciones estimadas registradas a lo largo de la jornada.

¿Cómo funciona?

La H3VEL ONE utiliza sensores ópticos para detectar los intervalos entre latidos y aplicar algoritmos de análisis de señal que estiman la variabilidad cardíaca.

El dispositivo no sustituye estudios clínicos especializados ni pruebas médicas como electrocardiogramas clínicos.

Recomendación

Puede consultar esta sección al despertar para observar su estado general de recuperación. No obstante, cualquier interpretación relacionada con la salud cardiovascular debe ser evaluada por un profesional sanitario.

Salud / HRV /Análisis de IA

¿Qué es y para qué sirve?

Es una función de la aplicación que utiliza Inteligencia Artificial para interpretar las estimaciones de HRV (variabilidad de la frecuencia cardíaca). Transforma los datos registrados en informes narrativos claros, facilitando la comprensión de las variaciones a lo largo del tiempo y proporcionando una referencia general sobre el estado de recuperación y el equilibrio entre actividad y descanso. Los resultados tienen carácter informativo y están orientados al seguimiento del bienestar personal.

Desglose de información:

Selección de periodo: Permite generar informes correspondientes a intervalos de 1, 3 y 7 días.

Evaluación global: Muestra una puntuación general junto con una valoración estimada basada en los datos registrados.

Informe narrativo: Genera automáticamente un resumen que describe las variaciones del HRV a lo largo del periodo, y contextualiza los datos frente a rangos generales de referencia.

¿Cómo funciona?

Acceso: En la pantalla principal del detalle de HRV, pulse el icono "IA" (Análisis de IA). En la esquina superior derecha se muestra el número de análisis disponibles para ese día.

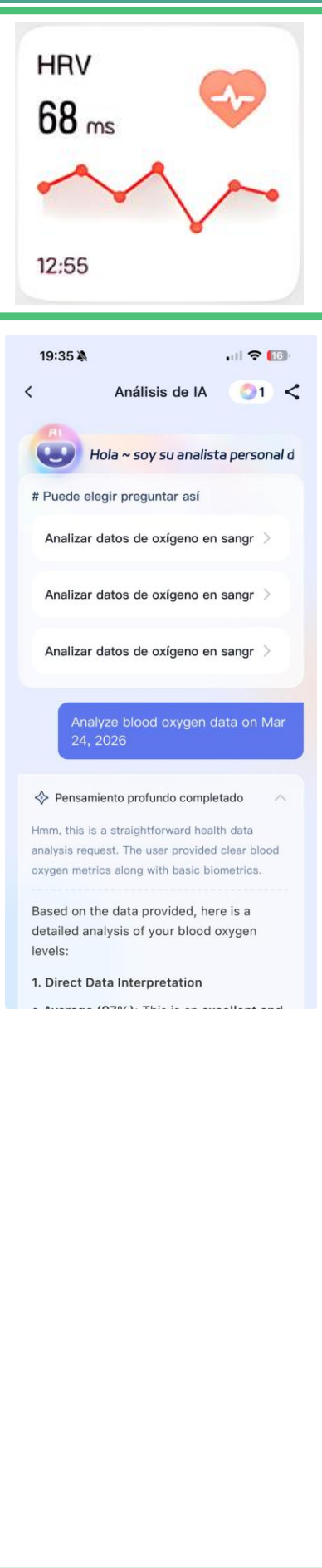
Generación: Al seleccionar el periodo, el sistema procesa el historial de estimaciones registradas por la H3VEL ONE y genera un informe automatizado basado en patrones detectados.

Recomendaciones e información importante

Uso regular (especialmente nocturno): para obtener resultados más consistentes, se recomienda utilizar la smartband de forma continua, especialmente durante la noche, ya que el HRV es sensible a las condiciones de medición.

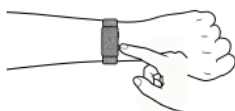
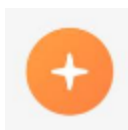
Carácter orientativo: Los informes generados son aproximaciones basadas en algoritmos y pueden no reflejar con precisión el estado fisiológico real. No constituyen un diagnóstico médico, no permiten detectar arritmias ni otras afecciones cardíacas y no sustituyen la evaluación de un profesional sanitario.

Limitaciones: Las estimaciones pueden verse afectadas por factores como el movimiento, la calidad del descanso, el ajuste del dispositivo u otras condiciones individuales.



EKG

Cuida la salud de tu corazón, empezando desde este momento



Sensor ECG necesario para la función de registro cardíaco.

Salud / EKG (registro estimado)**¿Qué es y para qué sirve?**

Esta sección permite registrar un trazado eléctrico cardíaco de carácter informativo durante un breve periodo de tiempo. Su finalidad es mostrar la representación gráfica orientativa de la actividad cardíaca en ese momento concreto, con fines de seguimiento personal.

El registro obtenido es una estimación y no corresponde a un electrocardiograma clínico realizado con equipamiento médico certificado.

¿Cómo se activa?

A diferencia de otras funciones automáticas, esta medición requiere la participación del usuario:

1. En la pantalla principal (Salud), pulse el botón circular naranja con una cruz blanca.
2. Seleccione el icono EKG.
3. Siga las instrucciones en pantalla: deberá colocar el dedo índice de la mano contraria sobre el electrodo lateral de la banda durante aproximadamente 30-60 segundos.
4. Permanezca en reposo, sin hablar ni moverse, hasta que finalice la medición.

También puede acceder desde: Salud / EKG / Medición rápida

Gráfico

Muestra el trazado registrado durante la medición.

La aplicación permite visualizar cómo se va formando la gráfica del ritmo cardíaco estimado con los datos registrados.

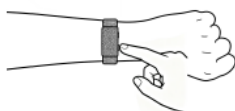
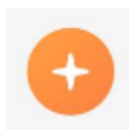
Valor

Tras la medición, la aplicación realiza un análisis algorítmico del trazado, y muestra valores estimados relacionados con: ritmo cardíaco, HRV y EKG.



EKG

Cuida la salud de tu corazón, empezando desde este momento



Sensor ECG necesario para la función de registro cardíaco.

13:08

75%



Hoy, 13:00:01



Valor

Análisis



Riesgo de miocarditis

1

0 Referencia 50 100

Esta prueba muestra una señal de ECG normal y un bajo riesgo de desarrollar miocarditis en un futuro cercano.

Basado en la amplitud del ST, la amplitud del QRS, el QTc, la frecuencia cardíaca y el riesgo de arritmias relacionadas con el bloqueo.

Riesgo de arritmia cardíaca

90

0 Referencia 50 100

Salud / EKG (registro estimado)

Análisis

La aplicación realiza un análisis automatizado basado en parámetros internos del algoritmo y muestra indicadores orientativos relacionados con:

- Índice compatible con posibles alteraciones del ritmo cardíaco
- Índice de estrés estimado
- Índice de fatiga estimada

Estos indicadores son aproximaciones basadas en modelos algorítmicos y deben interpretarse como referencias generales del bienestar.

¿Cómo funciona?

La H3VEL ONE utiliza sensores de contacto (electrodos) que registran pequeñas variaciones eléctricas generadas por el corazón cuando se cierra el circuito entre la muñeca y el dedo.

El sistema procesa la señal mediante algoritmos internos para generar una representación gráfica orientativa de la actividad eléctrica.

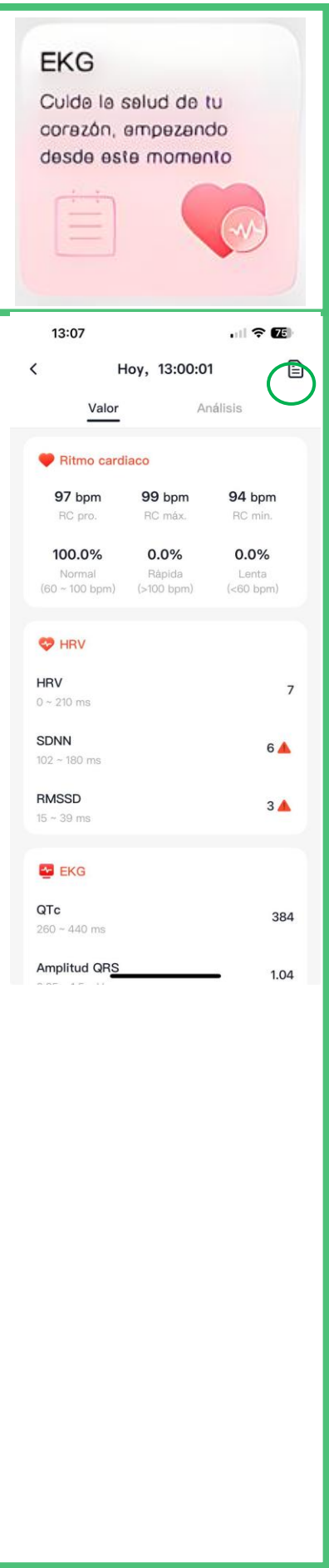
IMPORTANTE

Los resultados mostrados tienen carácter exclusivamente informativo y están destinados al seguimiento personal del bienestar.

Este registro no corresponde a un electrocardiograma clínico y no permite detectar arritmias ni otras alteraciones cardíacas.

No debe utilizarse para el diagnóstico, la prevención ni el tratamiento de enfermedades.

Ante síntomas como dolor torácico, mareo, palpitaciones intensas o pérdida de conciencia, debe acudir de inmediato a un servicio médico.



Salud / EKG (registro estimado)

Al pulsar el icono de “página” situado en la parte superior derecha, accederá al informe completo de la lectura registrada.

Este informe incluye:

Gráfica de la señal eléctrica estimada

Parámetros generados por el sistema

Fecha y hora de la medición

Otros datos asociados al registro.

El informe puede utilizarse como referencia para el seguimiento personal y compartirse con terceros si el usuario lo desea.

IMPORTANTE

Las lecturas mostradas son estimaciones de carácter informativo y no corresponden a un electrocardiograma clínico realizado con equipamiento médico homologado.

Este dispositivo no está diseñado para la detección, diagnóstico, seguimiento, prevención ni tratamiento de enfermedades cardíacas.

Compartir este informe no sustituye una evaluación profesional ni implica validez clínica.

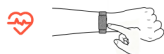
Ante síntomas como dolor torácico, mareo, palpitaciones intensas o pérdida de conciencia, debe acudir de inmediato a un servicio médico.

Composición cor...

Preste atención a la salud
y entienda la composición
corporal



BMI	27.6	↑
Grasa corporal	30.5%	↑
Masa corporal magra	55.5 kg	✓
Músculo	57.4%	↓
Masa muscular	45.9 kg	✓
Grasa subcutánea	21.8%	↑
Agua corporal	55.1%	✓
Músculo esquelético	34.0%	✓
Masa ósea	2.8 kg	↓
Proteína	12.5%	↓
Tasa metabólica basal	1767.2 kcal	✓



Sensor ECG necesario para
función tipo
electrocardiograma (ECG) y
composición corporal (BIA)

Salud / Composición corporal (estimación BIA)

¿Qué es y para qué sirve?

Esta sección permite obtener una estimación orientativa de la composición corporal mediante la tecnología de bioimpedancia (BIA).

Los parámetros mostrados ofrecen una visión global y orientativa de la distribución de los distintos componentes del cuerpo, como grasa, músculo, agua o masa ósea. Estos indicadores permiten realizar un seguimiento personal de la evolución física a lo largo del tiempo, especialmente en el contexto de la actividad física, control de peso o mejora de hábitos saludables.

Los valores mostrados son estimaciones generadas por algoritmos y no sustituyen pruebas clínicas ni evaluaciones médicas especializadas.

¿Cómo se activa?

Esta medición requiere la intervención activa del usuario:

1. En la pantalla principal (Salud), pulse el botón circular naranja con una cruz blanca.
2. Seleccione el icono de composición corporal (silueta humana).
3. Coloque el dedo índice de la mano contraria sobre el electrodo lateral.
4. Permanezca en reposo, sin hablar ni moverse durante el escaneo (aproximadamente 15-20 segundos)

También puede acceder desde: Salud / Composición corporal / Medición rápida

Efectuada la medición, la aplicación le mostrará los resultados.

BMI (Índice de Masa Corporal-IMC): Valor calculado a partir del peso y la altura configurados en la aplicación. Ofrece una referencia general sobre el rango de peso (bajo peso, peso ideal, sobrepeso y obeso)

Tasa de grasa corporal: Porcentaje estimado de grasa en relación con el peso total

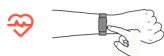
Masa corporal magra (o masa libre de grasa): Peso total del cuerpo excluyendo la grasa corporal.

Composición cor...

Preste atención a la salud
y entienda la composición
corporal



BMI	27.6	↑
Grasa corporal	30.5%	↑
Masa corporal magra	55.5 kg	✓
Músculo	57.4%	↓
Masa muscular	45.9 kg	✓
Grasa subcutánea	21.8%	↑
Agua corporal	55.1%	✓
Músculo esquelético	34.0%	✓
Masa ósea	2.8 kg	↓
Proteína	12.5%	↓
Tasa metabólica basal	1767.2 kcal	✓



Sensor ECG necesario para
función tipo
electrocardiograma (ECG)
composición corporal (BIA)

Salud / Composición corporal (estimación BIA)

Músculo / Masa muscular: Estimación de la proporción o cantidad de tejido muscular en relación con el peso corporal total.

Grasa subcutánea: Estimación del porcentaje de grasa almacenada bajo la piel

Agua corporal: Porcentaje estimado de agua en el cuerpo en relación con el peso total. Permite realizar un seguimiento orientativo del estado de hidratación.

Músculo esquelético: Estimación del porcentaje o cantidad de músculo responsable del movimiento voluntario del cuerpo. Permite estimar la proporción de músculo implicado en la movilidad y fuerza.

Masa ósea: Estimación del peso correspondiente al contenido mineral de los huesos.

Proteína: Estimación del porcentaje de proteína corporal en relación con el peso total.

Tasa metabólica basal: Estimación del gasto energético diario del cuerpo en reposo (kcal/día).

¿Cómo funciona?

La H3VEL ONE utiliza la tecnología de bioimpedancia (BIA). El dispositivo envía una señal eléctrica de muy baja intensidad, imperceptible para el usuario, que atraviesa los tejidos corporales. Dado que los distintos tejidos conducen la electricidad de forma diferente, la aplicación calcula estimaciones mediante modelos matemáticos internos.

Recomendación: Para obtener resultados más consistentes, se recomienda realizar la medición en condiciones similares cada vez; preferiblemente en ayunas o al menos 2 horas después de una comida; evitar realizarla inmediatamente después de ejercicio intenso, y mantener la piel limpia y con contacto adecuado en los electrodos.

Importante: Todos los parámetros mostrados en el apartado de composición corporal (IMC) tienen carácter exclusivamente informativo y están destinados al seguimiento personal del bienestar.



Salud / Componentes sanguíneos (estimados)

¿Qué es y para qué sirve?

Esta sección muestra estimaciones orientativas relacionadas con determinados parámetros asociados al bienestar metabólico, como ácido úrico y perfiles lipídicos (colesterol y triglicéridos).

Su finalidad es ofrecer una referencia informativa para el seguimiento personal a lo largo del tiempo.

Los valores mostrados son estimaciones generadas mediante algoritmos y no corresponden a análisis de sangre clínicos. No sustituyen pruebas de laboratorio ni evaluaciones médicas.

¿Cómo funciona?

La H3VEL ONE utiliza sensores ópticos para analizar señales fisiológicas relacionadas con el flujo sanguíneo en la muñeca.

A partir de estas señales, el sistema genera estimaciones indirectas mediante modelos algorítmicos internos. Estas estimaciones no miden directamente los componentes sanguíneos.

Ácido úrico (estimado)

Estimación orientativa, basada en modelos algorítmicos, de la concentración de ácido úrico en el organismo. Valores elevados pueden asociarse, de forma general, a desequilibrios metabólicos. Este valor no corresponde a una medición directa en sangre.

Lípidos en sangre (estimados)

Estimación orientativa relacionada con parámetros lipídicos:
Colesterol total

Triglicéridos

Lipoproteína de alta densidad (HDL, conocido comúnmente como “colesterol bueno”)

Lipoproteína de baja densidad (LDL, conocido comúnmente como “colesterol malo”)

Estos valores son aproximaciones y no equivalen a resultados de laboratorio.

Componente san...

0 elementos
anormales

Detalles

12:50

Salud / Componentes sanguíneos (estimados)

Referencia

La aplicación muestra una clasificación basada en rangos orientativos preconfigurados:

Baja

Normal

Alta

Esta clasificación tiene carácter exclusivamente informativo y no constituye diagnóstico médico.

Todos los datos

Permite consultar el historial detallado de las mediciones estimadas registradas.

Unidades de medida

La aplicación permite configurar la visualización de los parámetros en mmol/L (milis moles por litro) o mg/dL (miligramos por decilitro), según su preferencia.

Importante

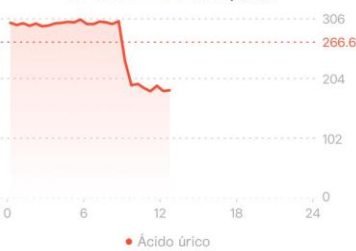
Los parámetros mostrados son estimaciones generadas mediante algoritmos y no sustituyen análisis de sangre, pruebas clínicas ni una valoración profesional sanitario.

Ante cualquier duda o resultado preocupante, debe consultar con un profesional sanitario cualificado.

< Componente sanguíneo >

2026/01/30

176.4–311.5 $\mu\text{mol/l}$



Medición rápida

Ácido úrico

Lípidos

Referencia

Baja Normal Alta

Ácido úrico 0 150 420 1000

Todos los datos >

Unidad $\mu\text{mol/l}$ >



Medición rápida

Ácido úrico

Lípidos

Perfil lipídico

	Rango	Pro.
Colesterol total	3.13 – 4.23	3.68
Triglicéridos	0.90 – 1.13	1.02
Lipoproteína de alta densidad	0.98 – 1.10	1.04
Lipoproteína de baja densidad	1.74 – 2.44	2.09

Referencia

Baja Normal Alta



Salud / Nivel Metabólico (MET)

¿Qué es y para qué sirve?

Es una función que estima el equivalente metabólico de la tarea (MET). Un MET representa el nivel de energía que el cuerpo utiliza en reposo. Esta métrica permite estimar la intensidad relativa de la actividad física diaria y el gasto energético asociado (por ejemplo, caminar puede equivaler aproximadamente a 2 METs). Su finalidad es ayudar al usuario a comprender su nivel de esfuerzo y apoyar el seguimiento de la actividad física.

Gráfico de Tendencia

Muestra la evolución estimada de actividad metabólica a lo largo del día.

Promedio diario

Media de los valores estimados registrados durante el día.

Min. / Máx.

La aplicación muestra el valor mínimo y el valor máximo registrados durante la jornada

Todos los datos

Permite consultar el historial detallado de las mediciones estimadas registradas.

Cálculo METs-minuto: Se obtiene multiplicando la intensidad estimada (MET) por la duración (minutos). Ej: una actividad de 5 METs durante 30 minutos equivale a 150 METs-minuto.

¿Cómo funciona?

La H3VEL ONE monitoriza el movimiento a lo largo del día y estima los equivalentes metabólicos en función de la intensidad de la actividad detectada.

Recomendaciones e información importante

Uso continuo: Para obtener estimaciones más consistentes, se recomienda utilizar la pulsera durante las actividades diarias y rutinas del ejercicio.

Carácter orientativo: Los valores de MET y el gasto energético son estimaciones basadas en algoritmos y pueden variar en función de factores individuales. No constituyen una medición clínica ni una recomendación médica personalizada. Este indicador tiene un propósito estrictamente de bienestar y motivación deportiva.





Salud / Estrés

¿Qué es y para qué sirve?

Esta sección muestra una estimación del nivel de carga psicofísica del usuario a lo largo del día.

Permite identificar momentos de mayor activación fisiológica y orientar sobre cuándo puede ser recomendable realizar pausas, ejercicios de respiración o periodos de descanso para favorecer el equilibrio del organismo. Los valores mostrados tienen carácter informativo y no constituyen una evaluación médica o psicológica.

Puntuación de estrés (0-100)

Valor numérico que representa el promedio del nivel de actividad fisiológica estimado durante el período indicado.

Gráfica Temporal

Muestra la evolución estimada del nivel de estrés a lo largo del día, permitiendo visualizar variaciones y posibles patrones horarios.

Escala de niveles (clasificación orientativa)

Relajado (1-29): Baja actividad fisiológica. Estado compatible con descanso y recuperación.

Normal (30-59): Nivel asociado a la actividad diaria.

Medio (60-79): Activación elevada o posible fatiga acumulada. Puede ser recomendable realizar una pausa breve

Alto (80-99): Alta activación fisiológica. Se sugiere descanso.

Promedio diario

Media de los valores estimados registrados durante el día.

Medición rápida

Permite realizar una medición puntual cuando el usuario desee conocer su estado fisiológico en ese momento

Min. / Máx.

La aplicación muestra el valor mínimo y el valor máximo registrados durante la jornada



Salud / Estrés

Distribución

La aplicación muestra un gráfico circular en forma de anillo que representa la distribución de los diferentes niveles registrados durante el día.

Cada nivel se visualiza con un color distinto, lo que permite identificar de forma rápida el tiempo relativo que el usuario ha permanecido en cada rango.

Todos los datos

Permite consultar el historial detallado de las mediciones estimadas registradas.

Monitor de estrés

Activa o desactiva la estimación automática periódica en segundo plano.

¿Cómo funciona?

La estimación se basa en el análisis de la Variabilidad de la Frecuencia Cardíaca (HRV), un indicador relacionado con la actividad del organismo.

- Un HRV más elevado suele asociarse con mayor capacidad de adaptación fisiológica.
- Un HRV más bajo puede asociarse con mayor activación o carga fisiológica.

A partir de estos datos, el sistema genera una puntuación estimada mediante algoritmos internos para facilitar su interpretación.

Importante

El nivel de estrés mostrado es una estimación fisiológica, que puede verse influida tanto por factores emocionales como por factores físicos (actividad intensa, digestión, descanso insuficiente, etc.). No constituye una medición del estado emocional ni un diagnóstico clínico. No sustituye la valoración de un profesional sanitario o psicológico.

Ciclos

Registros menstruales,
predicción del periodo de
fácil embarazo



Salud / Ciclos (ciclo menstrual)

¿Qué es y para qué sirve?

Esta sección permite realizar un seguimiento orientativo de las distintas fases del ciclo menstrual.

Su objetivo es ayudar a la usuaria a:

- Registrar el inicio y la duración del periodo.
- Visualizar las fases estimadas del ciclo.
- Obtener predicciones orientativas sobre la ventana fértil y de ovulación.

La información proporcionada tiene carácter informativo y no sustituye el asesoramiento médico ni los métodos anticonceptivos.

¿Cómo funciona?

Integración de datos fisiológicos

La H3VEL ONE combina información introducida por la usuaria con datos registrados por el dispositivo, como:

- Variaciones estimadas de temperatura
- Patrones de descanso
- Datos históricos del ciclo introducidos manualmente

Sensor de temperatura

El termistor de contacto registra variaciones sutiles de la temperatura cutánea.

Durante el ciclo menstrual, pueden producirse ligeros cambios térmicos tras la ovulación, que el sistema utiliza como variable adicional en el modelo de predicción.

Algoritmo de estimación

La aplicación combina:

- Fechas registradas por la usuaria
- Duración media del ciclo
- Datos fisiológicos detectados por el dispositivo

A partir de esta información, el sistema ajusta progresivamente las predicciones en ciclos sucesivos.

20:06



< Ciclos



¿Tú quieres?



Seguimiento de su ciclo
Registro de síntomas y estados
de ánimo

tratando de concebir

Seguimiento de los días de fácil concepción



Seguir Embarazo

Seguimiento de los cambios en
su bebé y en usted mismo

Ciclos

Registros menstruales,
predicción del periodo de
fácil embarazo



Salud / Ciclos (ciclo menstrual)

Fases que muestra la aplicación

Periodo menstrual

Registro del inicio, duración y posibles síntomas.

Fase folicular (baja probabilidad estimada)

Intervalo posterior al periodo y previo a la ovulación.

Fase Ovulatoria (ventana fértil estimada)

Predicción orientativa del periodo de mayor probabilidad de concepción.

Las fases mostradas son estimaciones basadas en patrones históricos y fisiológicos.

Importante

Las predicciones del ciclo menstrual son orientativas, y pueden variar en función de múltiples factores individuales. No deben utilizarse como método anticonceptivo ni como herramienta diagnóstica. Este sistema no está diseñado para el diagnóstico de condiciones ginecológicas. Ante irregularidades persistentes o dudas sobre salud ginecológica, consulte con un profesional sanitario.



Resolución de problemas

PROBLEMA	CAUSA	SOLUCIÓN
El dispositivo no se enciende	Batería agotada, cargador incompatible o pines sucios	Cargar 30 min., limpiar pines y usar cargador 5V=500mA.
La batería dura poco	Sensores activos, sueño científico activado permanentemente, batería degradada	Desactivar sensores, desactivar funciones, limitar notificaciones.
No aparece en Bluetooth	Bluetooth desactivado, conectado a otro móvil, interferencias	Activar BT, acercar dispositivos, retirar emparejamientos activos
Se desconecta constantemente	Ahorro de energía del móvil o interferencias en 2.4 GHz	Desactivar optimización batería y evitar zonas saturadas.
Mediciones inexactas FC/ SpO ₂	Smartband suelta, sensor sucio, movimiento excesivo	Ajustar correa, limpiar sensor y medir en reposo.
El registro cardíaco no funciona	Electrodos secos, mala postura, interferencias	Relajar brazo, humedecer ligeramente la piel y alejar aparatos
Fallo en actualización OTA	Batería baja, interferencias, versión incompatible	Cargar >30%, mantener cercanía y reiniciar dispositivos.
Calentamiento anormal	Carga en superficie blanda o fallo interno de batería	Detener uso y contactar con soporte inmediatamente.

Preguntas frecuentes (FAQs)

¿Qué hacer si hay problemas de vinculación Bluetooth?

- Verifique que Bluetooth está activado.
- En dispositivos Android, active también la ubicación (requisito del sistema para escaneo BLE).
- Reinicie el dispositivo si es necesario.
- Si el problema persiste, elimine la vinculación previa desde el teléfono y repita el proceso de emparejamiento.

Las luces inferiores no están encendidas

Posible causa:

Funcionamiento normal. Los sensores ópticos se activan de forma intermitente para optimizar el consumo de batería.

Solución:

Para comprobar su funcionamiento, inicie una medición manual desde la aplicación. Durante el proceso de medición, los indicadores luminosos del sensor se activarán temporalmente.

¿Qué implica la certificación IP68?

El dispositivo:

- Es resistente al polvo.
- Puede soportar inmersiones temporales en agua dulce en condiciones controladas.

No está diseñado para:

- Buceo
- Agua salada
- Saunas o baños de vapor
- Exposición prolongada a presión o altas temperaturas

¿Puede usarse en agua salada o caliente?

No se recomienda.

Aunque el dispositivo tiene clasificación IP68 para agua dulce, el agua salada puede ser corrosiva y el vapor o las altas temperaturas pueden afectar las juntas de sellado y a los componentes internos.

¿Puedo ducharme con la smartband?

No se recomienda su uso durante duchas con agua caliente, baños prolongados, saunas o exposiciones al vapor, ya que las altas temperaturas y la humedad pueden afectar a los componentes y a los sellos de estanqueidad.

Se aconseja retirar el dispositivo durante la ducha y aprovechar ese momento para su recarga.

Preguntas frecuentes (FAQs)

¿Por qué se recomienda la calibración en algunas funciones?

Al introducir valores de referencia externos (por ejemplo, mediciones realizadas con equipos clínicos), el algoritmo puede ajustar sus estimaciones para adaptarlas mejor al perfil individual del usuario. Es una forma de personalizar las estimaciones de las variables fisiológicas.

¿Es seguro el registro eléctrico tipo ECG?

Sí. El sensor capta las micro señales eléctricas naturales emitidas por el corazón. No emite descargas eléctricas hacia el cuerpo. Es un sistema pasivo de registro orientativo

La smartband no realiza la medición tipo ECG o aparece un error

Posible causa:

Contacto insuficiente con la piel, ajuste incorrecto, piel excesivamente seca o movimiento durante la medición.

Solución:

Asegúrese de que la smartband esté correctamente ajustada a la muñeca. Coloque el dedo sobre el electrodo correspondiente y manténgalo en contacto constante durante la medición. Permanezca en reposo y relajación y evite movimientos. Si la piel está muy seca, puede humedecer ligeramente la zona de contacto para mejorar la conductividad.

Importante:

La función tipo ECG proporciona información orientativa sobre la actividad eléctrica cardíaca con fines de bienestar personal. No sustituye equipos médicos ni debe utilizarse para diagnóstico, seguimiento o tratamiento.

¿Influye el tono de piel en la medición óptica?

La melanina puede modificar parcialmente la absorción de la luz emitida por los sensores PPG.

El algoritmo del dispositivo ajusta automáticamente la intensidad de los diodos para optimizar la lectura en fototipos diferentes de piel.



IMPORTANTE

Las métricas mostradas son estimaciones orientativas de tendencia. Son herramientas de seguimiento para el día a día, y no sustituyen los análisis clínicos, las pruebas diagnósticas ni una valoración médica profesional.

Si observa valores elevados o fuera de rango de forma persistente, se recomienda consultar con un profesional sanitario cualificado para su correcta valoración.

El dispositivo H3VEL ONE requiere el uso de una aplicación móvil de terceros, compatible con Android™ e iOS®.

H3VEL DEVICES S.L.U. no es propietaria ni responsable de dicha aplicación ni del tratamiento de datos personales realizado a través de la misma.

El uso del dispositivo y de la aplicación asociada se realiza bajo la exclusiva responsabilidad del usuario.

H3VEL DEVICES S.L.U. no trata datos personales del usuario a través de la smartband H3VEL ONE ni recibe información procedente de la aplicación de terceros.

Consulte la Política de Privacidad del proveedor de la aplicación móvil G BAND para informarse acerca del tratamiento de sus datos.

La aplicación G BAND está diseñada para ser compatible con distintos dispositivos wearables, por lo que no es exclusiva de la smartband H3VEL ONE. Por este motivo, algunas funciones que aparecen en la aplicación pueden no estar disponibles o no ser compatibles con la smartband, ya que dependen de las características específicas de cada dispositivo.

De Dispositivo Inteligente a Compañero Diario

H3VEL ONE no es solo una smartband de actividad. Es una herramienta diseñada para ayudarle a comprender mejor su propio cuerpo a partir de información clara, accesible y fácil de interpretar.

Mediante la aplicación G BAND, los datos registrados por los sensores se transforman en indicadores orientativos que facilitan una gestión más consciente del bienestar diario.

Los tres pilares de la experiencia H3VEL ONE son:

Personalización

Una configuración adecuada del perfil y el uso opcional de funciones de calibración permiten adaptar las estimaciones al perfil individual del usuario, mejorando la coherencia de los datos en su finalidad informativa.

Seguimiento continuo

La monitorización automática de determinados parámetros permite detectar cambios en el estado fisiológico y fomentar hábitos saludables.

Conectividad responsable

Funciones como compartir información con contactos autorizados o el botón SOS refuerzan la dimensión humana del dispositivo, manteniendo siempre el control de los datos en manos del usuario.

H3VEL ONE integra tecnología avanzada en un formato discreto y ligero. Su diseño prioriza la comodidad, la autonomía y la recopilación continua de datos orientativos, dentro del marco normativo europeo aplicable.

La tecnología más útil es aquella que se integra de forma natural en la vida cotidiana.

Con H3VEL ONE, usted vive su día; el dispositivo le acompaña.

E3 H3VEL

“La tecnología que le cuida, con el experto que le guía”