

Guida di supporto tecnico

<p><u>Il sensore cardiaco non rileva dati corretti</u></p>	<p>Soluzioni:</p> <p>Il sensore cardiaco da polso presente sul tuo dispositivo penetra la tua pelle sfruttando le luci LED per rilevare le tue pulsazioni. Potrai così avere accesso a questo dato senza servirti di un sensore esterno. Per ottenere il massimo da questo sensore in termini di prestazioni, procedi come segue:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Accertati che il dispositivo sia sufficientemente stretto attorno al tuo polso da non consentire sbalzi verso l'alto o il basso ma non al punto da limitare la circolazione sanguigna2. Indossa il dispositivo sulla parte esterna del polso, lontano dall'osso3. Evita di indossarlo sopra tatuaggi scuri4. Assicurati che il software del dispositivo sia aggiornato (esegui l'operazione con Garmin Express, se necessario)5. Verifica che le luci verdi (LED) siano attive e funzionanti <p>Limiti e precisione della tecnologia Garmin HR Elevate:</p> <p>Il sensore ottico da polso per il monitoraggio del cardio è uno strumento molto utile in grado di fornire una accurata</p>
---	--

rilevazione delle pulsazioni dell'utilizzatore in qualsiasi momento della giornata. Esso è infatti concepito per effettuare un monitoraggio continuo 24 al giorno, 7 giorni a settimana.

La frequenza con la quale viene misurato il dato varia in base al livello di attività dell'utilizzatore. Quando inizi una attività con il tuo dispositivo munito di sensore HR da polso, il dato delle pulsazioni viene monitorato e fornito con maggiore frequenza in quanto il sensore ottico rimane costantemente attivo per poter misurare la frequenza cardiaca su base continua fino al termine dell'attività. In tal modo, durante l'esecuzione di una attività avrai accesso ad un monitoraggio più frequente e maggiormente accurato delle tue pulsazioni.

Nonostante questa tecnologia sia all'avanguardia, presenta delle limitazioni intrinseche tali da causare imprecisioni nella lettura del dato in particolari circostanze. Tali circostanze includono le caratteristiche fisiche dell'utilizzatore, le condizioni del dispositivo e la tipologia e intensità dell'attività fisica eseguita. I dati rilevati con questa tecnologia non sono intesi per uso medico, a fini diagnostici, di trattamento, di cura o a prevenzione di determinare patologie e condizioni fisiche.

Ottimizzazione della durata della batteria

Esistono molti fattori che possono ridurre la durata della batteria del dispositivo rispetto a quella pubblicizzata. Esistono attività specifiche ed impostazioni di sistema che possono essere regolate per massimizzare la durata della batteria del tuo dispositivo.

La comprensione di come diverse impostazioni del dispositivo possano influenzare la durata della batteria ti può aiutare a determinare le più importanti funzioni/impostazioni da usare quando si pratica un'attività.

Alcune altre raccomandazioni generali per ottimizzare la durata della batteria del dispositivo sono:

1. Ridurre il timeout della retroilluminazione (Impostazioni di retroilluminazione).
2. Ridurre la luminosità della retroilluminazione (Impostazioni di retroilluminazione).
3. Disattivare la tecnologia wireless Bluetooth quando non si utilizzano le funzioni di connettività (Disattivare la tecnologia Bluetooth).
4. Disattivare il rilevamento delle attività (Rilevamento delle attività).
5. Limitare le notifiche dello smartphone visualizzate dal dispositivo (Gestione delle notifiche).
6. Interrompere la trasmissione dei dati sulla frequenza cardiaca ai dispositivi Garmin associati (Trasmissione della frequenza cardiaca ai dispositivi Garmin).
7. Disattivare il monitoraggio della frequenza cardiaca basata sul polso (Disattivazione della frequenza cardiaca al polso).