



[Base de conocimiento](#) > [Moto Watch 70](#) > [Características del producto](#) > [Monitoreo de Frecuencia Cardíaca con Moto Watch 70](#)

Monitoreo de Frecuencia Cardíaca con Moto Watch 70

Inas B. - 2025-10-08 - [Características del producto](#)

El Moto Watch 70 ofrece monitoreo continuo de la frecuencia cardíaca durante el día, en actividades e incluso mientras duermes. Esto es lo que debes saber:

Monitoreando Tu Frecuencia Cardíaca:

Desliza hasta el widget de frecuencia cardíaca para ver tus datos:

- Gráfico de frecuencia cardíaca en el centro.
- Frecuencia cardíaca actual en la parte superior.
- Frecuencia máxima y mínima del día en la parte inferior.

Usando el Moto Watch 70:

El uso correcto es esencial para lecturas precisas:

- Centra el reloj sobre la parte superior de la muñeca.
- Pasa la correa por el lazo.
- Ajusta la correa para que quede firme, asegurando que el pin esté seguro en el agujero. Evita apretar demasiado.

Sensibilidad de la Piel y Alergias:

Si tienes piel sensible o alergia a los materiales del reloj, toma precauciones.

Guías Adicionales:

- Evita doblar excesivamente la correa.
- No apoyes el reloj contra tu cuerpo o superficies duras.

Nota sobre Comodidad:

Si sientes incomodidad, especialmente en piel sensible o por ajuste demasiado apretado, ajusta la correa.

Consejos de Solución de Problemas:

- Asegúrate de que el reloj y la app Moto Watch Lite estén actualizados.
- Factores ambientales y condiciones de la piel pueden afectar la precisión.

Siguiendo estas pautas, podrás disfrutar de un monitoreo preciso de la frecuencia cardíaca de manera segura y cómoda.