



[Base de conocimiento](#) > [Moto Watch 100](#) > [Solución de problemas y configuración](#) > [Solución de problemas de sincronización lenta en tu Moto Watch](#)

Solución de problemas de sincronización lenta en tu Moto Watch

Inas B. - 2025-10-08 - [Solución de problemas y configuración](#)

La sincronización eficiente de datos mantiene tu reloj y tu teléfono actualizados, para que siempre tengas la información más reciente. Si tu sincronización es lenta, sigue estos pasos:

1. Verifica la conexión

- Asegúrate de que tu reloj esté correctamente conectado a tu teléfono mediante la aplicación **Moto Wear**. Una conexión estable es clave para una sincronización sin problemas.

2. Reinicia tu reloj

- A veces, un simple reinicio puede resolver los retrasos de sincronización:
 - Mantén presionada la tecla lateral durante **20 segundos** hasta que el reloj se reinicie.
 - Una vez encendido, abre la aplicación e intenta sincronizar los datos nuevamente.

3. Gestión de la app

- Cierra completamente la aplicación **Moto Wear** y asegúrate de que no esté funcionando en segundo plano.
- Abre la app nuevamente y vuelve a intentar la sincronización.

4. Consideraciones sobre los datos de actividad

- Los datos de actividad pueden ser más extensos y tardar más en sincronizarse. Según la duración y el tipo de actividad, se recomienda esperar **15 minutos** antes de comprobar si la sincronización se ha completado.

Siguiendo estos pasos, tu sincronización de datos será más fluida y confiable, mejorando tu experiencia con el Moto Watch.