



[Base de conocimiento](#) > [Moto Watch 100](#) > [Características del producto](#) > [Uso de la Función de Monitoreo de Oxígeno en Sangre \(SPO2\) en Moto Watch 100](#)

Uso de la Función de Monitoreo de Oxígeno en Sangre (SPO2) en Moto Watch 100

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

Medir el nivel de oxígeno en sangre (SPO2) es un indicador importante de salud. El Moto Watch 100 facilita esta medición. Sigue estos pasos:

1. **Activar el Reloj** - Presiona el botón superior para encender la pantalla.
2. **Acceder al Medidor de SPO2** - Desplázate por las opciones disponibles en el reloj.
3. **Seleccionar SPO2** - Toca **SPO2** para iniciar la medición.
4. **Mediendo** - El reloj mostrará **Midiendo...** mientras evalúa tu nivel de oxígeno en sangre.
5. **Esperar Pacientemente** - Permite aproximadamente un minuto para completar la medición.
6. **Revisar Resultados** - Tras la medición, tu nivel de oxígeno será mostrado. Un rango saludable generalmente es **95-100%**. Si la lectura está por debajo del 95%, monitorea varias veces al día y consulta a un profesional de salud si las lecturas continúan bajas.

Nota: Los oxímetros, incluido el del Moto Watch 100, son útiles para seguimiento, pero pueden no ser 100% precisos. Consulta a un profesional de salud si tienes dudas.