



[Base de Conhecimento](#) > [Moto360](#) > [Solução de problemas e configuração](#) > [Gerenciando o sensor de frequência cardíaca no Moto 360](#)

Gerenciando o sensor de frequência cardíaca no Moto 360

Inas B. - 2025-10-08 - [Solução de problemas e configuração](#)

Monitorar sua saúde cardíaca ficou fácil. Com o Moto 360, você pode ativar manualmente o sensor de frequência cardíaca para medições precisas sempre que desejar.

Ativação manual

1. Abrir o app Fit Heart Rate:

- Localize e abra o app **Fit Heart Rate** no seu Moto 360.

2. Acessar Configurações:

- Toque no **menu de configurações** dentro do app para ajustar as preferências do sensor.

3. Desativar monitoramento em segundo plano (opcional):

- Selecione **Background Heart Rate** e desligue se preferir medir manualmente.

4. Medir a frequência cardíaca:

- Deslize para a esquerda duas vezes para voltar ao menu de configurações e toque em **Measure**.

5. Confirmação:

- Uma luz verde indica que o sensor está ativo e medindo sua frequência cardíaca.

Dicas para monitoramento preciso da frequência cardíaca

- **Use corretamente o relógio:** Certifique-se de que o relógio esteja firme no pulso para leituras ideais.
- **Fique imóvel durante a medição:** Evite mover excessivamente o pulso enquanto mede para resultados mais precisos.
- **Verificações regulares:** Mesmo com ativação manual, você pode ativar o monitoramento em segundo plano para acompanhamento contínuo, se necessário.

Seguindo estas etapas simples, você garante que seu Moto 360 forneça dados confiáveis sobre sua frequência cardíaca sempre que precisar. Para problemas persistentes ou assistência adicional, nossa equipe de suporte está à disposição.