GIRONA NOTICIES.COM
+ Periodisme

Las prestaciones del smartwatch Beat One

Actualidad Empresarial | 26/05/2023 | 00:00

El smartwatch Beat One se ha convertido en una herramienta indispensable para aquellos que buscan mantener un estilo de vida saludable. Este dispositivo inteligente, diseñado con la última tecnología en monitoreo de salud, permite a los usuarios controlar sus constantes vitales de manera fácil y eficiente. El reloj está equipado con una amplia gama de sensores que pueden medir la frecuencia cardíaca, la presión arterial, la saturación de oxígeno en la sangre y la temperatura corporal. Además, este smartwatch cuenta con una aplicación móvil que permite a las personas visualizar y analizar los datos recopilados en tiempo real.

Las funciones del smartwatch Beat One permiten gestionar la salud de forma eficiente

El monitoreo de la frecuencia cardíaca es una de las funciones más importantes del smartwatch Beat One. Las pulsaciones son un indicador crucial de la salud cardiovascular. Cuando están muy elevadas pueden indicar un mayor riesgo de enfermedad cardíaca, mientras que cuando están muy bajas pueden indicar problemas de salud como hipotiroidismo. En ese sentido, hay que destacar que con este dispositivo los individuos pueden monitorear su frecuencia cardíaca en tiempo real y establecer objetivos de entrenamiento personalizados para mejorar su salud cardiovascular.

El smartwatch también puede medir la presión arterial, la cual también es un indicativo importante de la salud cardiovascular. Cuando esta no está en sus valores adecuados, puede ser una señal temprana de problemas como la hipertensión. Lo bueno es que con el reloj los usuarios pueden monitorear su presión arterial en cualquier momento y en cualquier lugar, lo que les permite tomar medidas preventivas.

Otra función importante del equipo es la medición de la saturación de oxígeno para saber las condiciones pulmonares. Por ejemplo, las personas que sospechen que puedan tener una patología en los pulmones o la presencia de Covid pueden utilizar el reloj para medir la oxigenación.

Otros datos que hay que saber acerca del Beat One

El Beat One cuenta con otras funciones más allá de las mencionadas. Por un lado, es un gran aliado para aquellos que desean llevar un estilo de vida más activo, y es que, este dispositivo permite llevar un registro detallado de la actividad física diaria. Además, cuenta con una función de recordatorio que alerta al usuario cuando ha estado inactivo durante mucho tiempo.

Por otra parte, ayuda a monitorizar la calidad del sueño del ser humano, registrando la duración del sueño y su calidad, es decir, si es ligero o profundo. Finalmente, cabe acotar que el reloj no solo es funcional, sino que también cuenta con un diseño deportivo, elegante y resistente. Su pantalla táctil de alta resolución es fácil de leer y navegar, lo que permite un acceso rápido a todas las funciones. Además, su correa intercambiable lo hace personalizable para cualquier ocasión. Para adquirir este producto, que tiene un coste actual de 89,99 euros, se debe acceder a la plataforma de Beat One.

Autor: Redacció

https://gironanoticies.com/empresarial/206690-las-prestaciones-del-smartwatch-beat-one.htm