



SMARTWATCH 4G SOS



INMD-046
MANUALE D'USO
USER MANUAL

Vi ringraziamo per aver acquistato lo smartwatch INMD-046.

Per un corretto utilizzo del prodotto, si consiglia di leggere attentamente le seguenti istruzioni e avvertenze e di conservare questo manuale per eventuali consultazioni future.

Il presente manuale è stato redatto per garantire all'utilizzatore finale un uso sicuro ed efficiente dello smartwatch INMD-046.

Questo smartwatch non è un dispositivo medico.

Il dispositivo deve essere utilizzato conformemente a quanto indicato nel presente manuale. È necessario leggere attentamente e assicurarsi di avere compreso bene l'intero contenuto del manuale ed in particolar modo dei paragrafi "IMPORTANTI ISTRUZIONI DI SICUREZZA".

IMPORTANTI ISTRUZIONI DI SICUREZZA

- Questo smartwatch non è un dispositivo medico e non sostituisce strumenti diagnostici professionali. I dati relativi alla pressione sanguigna, alla frequenza cardiaca o ad altri

parametri vitali sono indicativi e hanno scopo esclusivamente informativo e di benessere generale.

- Non utilizzare i dati rilevati per prendere decisioni mediche o modificare terapie farmacologiche senza aver prima consultato un medico qualificato.
- **NON** cambiare mai un farmaco prescritto senza consultare prima il medico.
- Individui con gravi problemi circolatori potrebbero provare disagio. Consultare il proprio medico prima dell'uso.
- Le persone affette da costrizio-

ne vascolare, disturbi epatici o diabete, persone con pacemaker cardiaci o un polso debole, e le donne in gravidanza dovrebbero consultare il proprio medico prima di misurare la propria pressione sanguigna da sole. Possono essere ottenuti valori diversi a causa della loro condizione.

- Le persone affette da aritmie come battiti prematuri atriali o ventricolari o fibrillazione atriale devono utilizzare questo smartwatch solo in consultazione con il proprio medico. In certi casi il metodo fotopleti-

smografico (PPG) può produrre letture errate.

- Il cinturino non dovrebbe essere applicato su una ferita poiché ciò potrebbe causare ulteriori lesioni.
- NON applicare il cinturino su un arto utilizzato per infusione endovenosa o qualsiasi altro accesso intravascolare, terapia o shunt arterovenoso (A-V).
- Il prodotto è progettato esclusivamente per il suo utilizzo previsto. Non utilizzare in modo improprio.
- Il prodotto non è destinato a

neonati o individui che non possono esprimere le proprie intenzioni.

- Non smontare il prodotto. Non tentare di riparare. Non effettuare altre operazioni di manutenzione tranne quelle indicate nel presente manuale. Non tentare di modificare il prodotto senza l'autorizzazione del fabbricante.
- Il sistema potrebbe produrre letture errate se conservato o utilizzato al di fuori dei range di temperatura e umidità specificati dal produttore.
- Non utilizzare il dispositivo vi-

cino a campi elettrici o elettromagnetici intensi generati da telefoni cellulari o altri dispositivi, poiché potrebbero causare letture errate e interferenze o diventare fonti di interferenze per il dispositivo.

- Smaltire correttamente le batterie; osservare le leggi e i regolamenti locali.
- Evitare l'uso di questo apparecchio accanto ad altri apparecchi o sovrapposto ad essi perché potrebbe comportare un funzionamento improprio. Se un tale utilizzo è necessario, questo apparecchio e gli altri

apparecchi dovrebbero essere osservati per verificare che stiano operando normalmente.

- Le attrezzature di comunicazione RF portatili (incluse periferiche come cavi per antenne ed antenne esterne) dovrebbero essere utilizzate a non meno di 30 cm da qualsiasi parte dello smartwatch, inclusi i cavi specificati dal PRODUTTORE. Altrimenti, potrebbe verificarsi una degradazione delle prestazioni di questo apparecchio.
- Seguire le istruzioni contenute nel presente manuale per il

corretto posizionamento del cinturino.

- Il dispositivo deve essere pulito seguendo le indicazioni scritte nel presente manuale.
- Controllare sempre il dispositivo e il cinturino prima di utilizzarlo. Non utilizzare il dispositivo se uno di essi risulta danneggiato, perché ciò potrebbe causare lesioni.
- Nel caso si avverta una sensazione di disagio durante una misurazione o altri fastidi, premere a lungo il pulsante di accensione per spegnere il dispositivo. Allentare il cinturino e

- rimuovere il dispositivo dal polso.
- Non utilizzare il dispositivo in un ambiente ricco di ossigeno o in presenza di agenti infiammabili.
 - Prima di fare attività fisica, farsi visitare dal medico.

AVVERTENZE DI SICUREZZA SULLA BATTERIA INTERNA

- La batteria ricaricabile a litio è montata fissa e non è sostituibile. Non tentare di smontarla.
- In caso di qualsiasi danneggiamento dell'orologio con la conseguente fuoriuscita del liquido della batteria non toc-

care il prodotto senza protezione adeguata della pelle e degli occhi poiché si potrebbero verificare delle serie ustioni.

- I liquidi che compongono le batterie ricaricabili sono fortemente aggressivi. Oggetti e superfici che vengono in contatto con tali liquidi possono subire danni.
- Non gettare il prodotto nel fuoco. Sussiste il rischio di incendio ed esplosione a causa della presenza della batteria ricaricabile interna.
- Non usare l'orologio se si vede un rigonfiamento, dispersione

- o altre anomalie
- Smaltire correttamente le batterie; osservare le leggi e i regolamenti locali.

Avvertenze SAR

Informazioni sulla certificazione SAR (Specific Absorption Rate, tasso specifico di assorbimento)

- Il dispositivo è conforme agli standard dell'Unione Europea (UE) che limitano l'esposizione umana alle radiofrequenze (RF) emesse da dispositivi di telecomunicazione e radio. Questi standard impediscono la vendita di dispositivi mobi-

li che eccedano un livello di esposizione massimo (denominato anche SAR) pari a $2,0 \text{ W/kg}$.

- Durante l'uso normale, il livello SAR effettivo può risultare molto inferiore, poiché il dispositivo è stato progettato per emettere solo l'energia a radiofrequenza necessaria per trasmettere il segnale alla stazione base più vicina. Attraverso l'emissione automatica di energia a livelli inferiori laddove possibile, il dispositivo riduce l'esposizione complessiva all'energia a radiofrequenza dei soggetti.

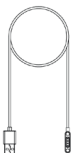
MANUALE DI AVVIO RAPIDO

CONTENUTO DELLA CONFEZIONE

Orologio

Cavo ricarica

Manuale



MODALITÀ D'USO

1. Accensione dell'orologio

Premere a lungo il tasto di accensione per accendere l'orologio. Assicurarsi dapprima di caricare completamente l'orologio se non si accende.

2. Ricarica dell'orologio

Fissare correttamente la base di ricarica magnetica sul retro dell'orologio, allineare i contatti metallici sul retro dell'orologio con il perno dorato sulla base di ricarica durante il posizionamento, quindi collegare la presa USB a una porta USB del computer, alla base di ricarica o a un power bank per la ricarica.



Indicatore LED



Corrente di ingresso: <0,3 A
Tensione di ingresso: DC 5 V
Tempo di ricarica: circa 2 ore

Indicatore LED

In carica: la spia viola lampeggia continuamente.

Carica completa: la spia viola rimane accesa fissa.

Note:

1. Si consiglia di utilizzare un caricabatterie universale con marchio di certificazione disponibile sul mercato.
2. Mantenere la porta di ricarica asciutta prima di procedere alla ricarica.
3. Quando l'orologio emette il messaggio vocale "Batteria scarica, ricaricare", significa che la batteria dell'orologio è quasi scarica. Per evitare che si spenga, ricaricare l'orologio al più presto.

COME INSERIRE O RIMUOVERE LA SCHEDA SIM?

1. Spegner l'orologio, quindi utilizzare l'unghia per ruotare e aprire il coperchio della scheda SIM.
2. Quando si inserisce la scheda SIM, seguire le indicazioni sulla scheda (chip rivolto verso l'alto, tacca rivolta verso l'interno) e spingere delicatamente la scheda SIM nello slot.
3. Riposizionare il coperchio della scheda SIM ruotandolo e assicurarsi che sia ben chiuso.



Note:

1. Lo slot è progettato per impedire l'inserimento nel senso inverso, ma non impedisce l'inse-

rimento obliquo, quindi assicurarsi di allineare la direzione quando si inserisce la scheda.

2. L'orologio è dotato di uno slot a scomparsa. Per rimuovere la scheda, è sufficiente spingere leggermente la scheda SIM nello slot, quindi rilasciarla: la scheda uscirà. Non forzare l'estrazione.

INDOSSARE L'OROLOGIO

Pulsante di accensione



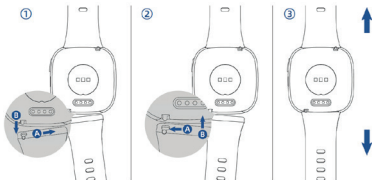
MODALITÀ D'USO

	Pressione lunga	Pressione breve
Pulsante di accensione	1. Accensione/ spegnimento 2. Comando vocale	/
	SOS di emergenza	Comando vocale
	/	1.Terminare la chiamata 2.Comando vocale 3.Misurazione dello stato di salute
	Effettua una chiamata ad un contatto	1.Rispondere alla chiamata 2.Comando vocale

SOSTITUZIONE DEL CINTURINO

Scegliere un cinturino con larghezza di 20 mm, se si desidera sostituirlo.

1. Rimuovere il cinturino dall'orologio facendo scorrere la chiusura a scatto sul cinturino.
2. Allineare il nuovo cinturino all'orologio e allacciarlo.



APP

1. Download

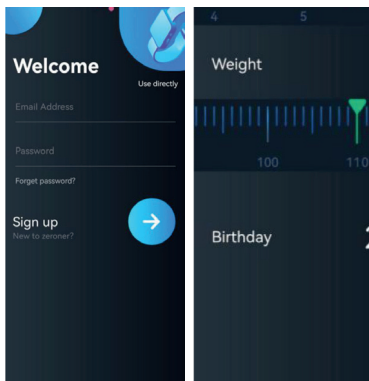
Gli utenti iOS possono scaricare l'app "iCare-Fit" dall'App Store, gli utenti Android possono scaricare l'app "CareFit" dal Google Play Store oppure scansionare il codice QR qui sotto per scaricarla.



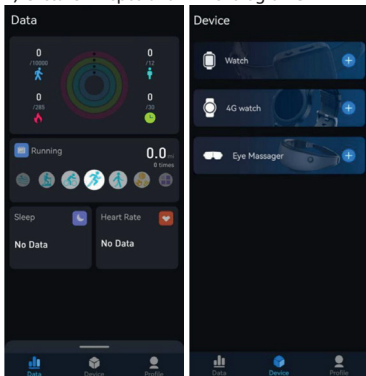
2. Accoppiamento dell'orologio con il telefono

Dopo aver scaricato l'app, seguire le seguenti istruzioni per completare la connessione tra l'orologio e il telefono cellulare:

- 1) Aprire l'app, registrare un account e inserire i propri dati personali (altezza, peso, data di nascita) in modo veritiero;



2) Cliccare "Dispositivo" > "Orologio 4G"



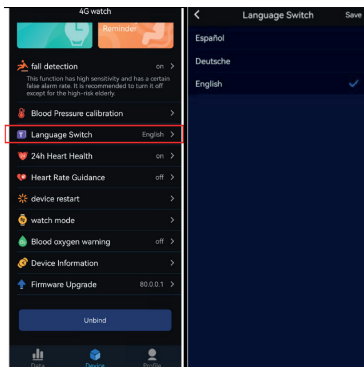
3) Scansionare il codice QR allegato alla confezione per associare l'orologio. (Oppure scansionare il codice QR qui sotto per connettersi).



IMEI 863758060033023

Note:

1. Per garantire il corretto trasferimento dei dati all'app ICareFit, inserire prima una scheda SIM funzionante nello smartwatch (è necessaria una scheda SIM per la sincronizzazione oraria).
2. La lingua predefinita dell'orologio è l'inglese ed è possibile cambiare lingua tramite l'app.



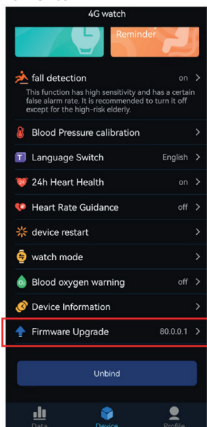
AGGIORNAMENTO FIRMWARE

Quando è disponibile una nuova versione del firmware, verrà visualizzata una notifica nell'app. Accedi all'interfaccia "Dispositivo" dell'app e seleziona "Aggiornamento firmware".

Dopo che l'orologio è entrato nella fase di ag-

giornamento del firmware, la spia luminosa sull'orologio emetterà una luce blu fissa. Una volta completato l'aggiornamento, l'orologio si riavvierà automaticamente.

Nota: assicurarsi che il livello della batteria sia superiore al 50% prima di effettuare l'aggiornamento.



1. Aggiornamento non riuscito

Attendere che l'orologio si riavvii automaticamente se l'aggiornamento non riesce.

Quindi ricollegare l'orologio all'app per eseguire nuovamente l'aggiornamento.

Note:

Per garantire un aggiornamento corretto, verificare le seguenti condizioni.

1. L'orologio è stato associato all'app;
2. Accesso fluido

alla rete;

3. All'app è stata concessa l'autorizzazione alla localizzazione;
4. All'app è stata concessa l'autorizzazione all'archiviazione.

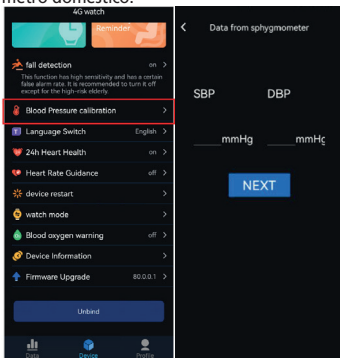
CARATTERISTICHE PRINCIPALE

MISURAZIONE DELLO STATO DI SALUTE

Per indossare correttamente l'orologio, premere brevemente il pulsante vocale dell'orologio e seguire le istruzioni vocali per accedere alla modalità di misurazione della salute (l'orologio misurerà in sequenza la frequenza cardiaca, l'ossigeno nel sangue, la pressione sanguigna, il livello di stress e la temperatura corporea). Durante la misurazione, la spia luminosa dell'orologio rimarrà blu. Al termine della misurazione, seguire le istruzioni vocali per sincronizzare i dati con l'app e visualizzare i risultati.

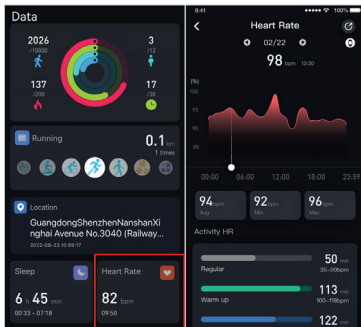
Note:

Per la prima misurazione della pressione sanguigna, calibrare l'orologio con uno sfigmomanometro domestico.



MONITORAGGIO DELLA FREQUENZA CARDIACA

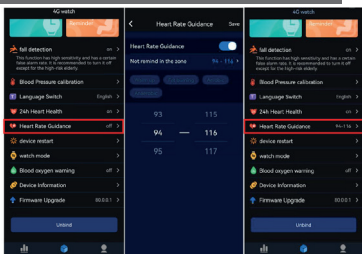
1. Sensore di frequenza cardiaca PPG integrato abbinato all'algoritmo FC, l'orologio può monitorare con precisione la frequenza cardiaca durante l'uso.



2. Avviso di frequenza cardiaca: supporta l'impostazione dell'intervallo di avviso di frequenza cardiaca tramite l'app. Una volta impostato correttamente, l'orologio emetterà un messaggio vocale quando il valore di frequenza cardiaca rilevato è al di fuori dell'intervallo impostato.

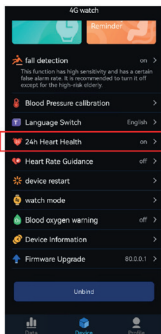
Nota:

La trasmissione del segnale luminoso potrebbe essere bloccata se la pelle è troppo scura o presenta peli superflui; inoltre, un utilizzo improprio potrebbe causare errori di misurazione.

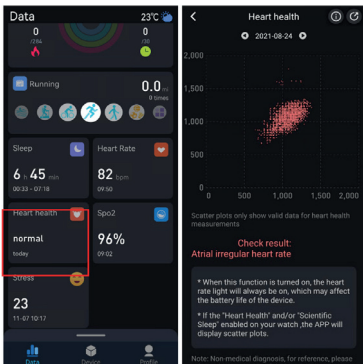


SALUTE DEL CUORE E SONNO SCIENTIFICO

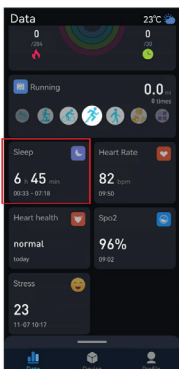
1. Apri l'app, tocca "Dispositivo" > "Salute cardiaca 24 ore su 24" e attiva o disattiva la funzione in base alle tue esigenze.



2. Quando questa funzione è attiva, l'orologio monitorerà automaticamente la salute del cuore durante la notte. Se si indossa l'orologio per più di 6 ore, si può visualizzare un grafico a dispersione della propria salute cardiaca dopo aver sincronizzato i dati con l'orologio tramite l'app. I risultati delle misurazioni sono solo di riferimento e non possono essere utilizzati come base per una diagnosi clinica.



3. Quando questa funzione è attiva, se si indossa l'orologio per dormire tra le 20:00 e le 9:00 del mattino successivo, si può controllare la fase REM e altri dati sul sonno dopo aver sincronizzato i propri dati con l'orologio sull'APP, in modo da conoscere il proprio stato del sonno.



Note:

1. Quando questa funzione è attiva, la spia della frequenza cardiaca rimarrà accesa e la durata della batteria del dispositivo sarà ridotta.
2. Il monitoraggio del sonno si interromperà per la registrazione entro 5-10 minuti dal momento in cui ci si sveglia per muoversi.
3. L'orologio non registrerà i dati relativi al sonno diurno.

COMUNICAZIONE VOCALE

L'orologio supporta l'effettuazione e la ricezione di chiamate in modo indipendente tramite una scheda SIM. Premere il pulsante di chiamata sull'orologio e seguire le istruzioni vocali per

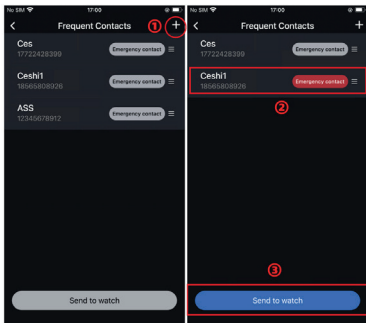
selezionare il contatto che si desidera chiamare. Premendo a lungo il pulsante di chiamata, verrà automaticamente composto il numero del primo contatto.



Nota:

I contatti della rubrica dell'orologio devono essere impostati nell'APP.

Aprire l'app iCareFit > "Dispositivo" > "Contatti" > "+" >, aggiungere i contatti. (È possibile aggiungere un massimo di 8 contatti.)



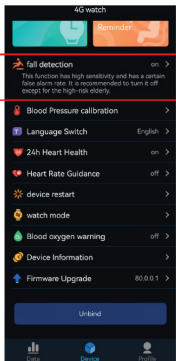
SOS DI EMERGENZA E RILEVAMENTO DELLE CADUTE

1. Tenere premuto il pulsante SOS sull'orologio per 3 secondi per chiamare immediatamente il contatto di emergenza. Premere il pulsante vocale sull'orologio per annullare la chiamata SOS.

Nota:

Andare su App > "Dispositivo" > "Contatti" per impostare i contatti di emergenza.

2. Indossare correttamente l'orologio e attivare il rilevamento delle cadute sull'APP. I sistemi di rilevamento delle cadute attivano automaticamente il sensore in caso di caduta, consentendo all'utente di chiamare aiuto senza dover premere il pulsante di chiamata sull'orologio.



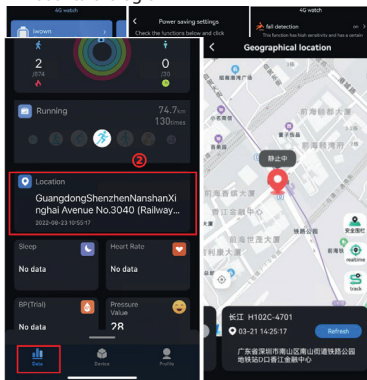
Nota:

L'orologio rileva una caduta e trasmetterà il messaggio vocale "Rilevato movimento anomalo, il contatto di emergenza verrà chiamato tra 30 secondi, premere il pulsante vocale per annullare". A questo punto, la spia luminosa sull'orologio diventa rossa e lampeggia per 30 secondi.

LOCALIZZAZIONE

1. Localizzazione automatica

La funzione di localizzazione automatica dell'orologio è disattivata per impostazione predefinita. È possibile abilitare questa funzione nell'app iCareFit > "Dispositivo" > "Impostazioni di risparmio energetico". Impostare la frequenza della localizzazione automatica in modalità orologio.



INFORMAZIONI SUPPLEMENTARI

1. Istruzioni per la resistenza all'acqua

Grado di resistenza all'acqua: IP67

La resistenza all'acqua del dispositivo non è permanentemente valida e potrebbe dimi-

nuire con il passare del tempo. Il dispositivo può essere utilizzato durante il lavaggio delle mani, sotto la pioggia o durante il nuoto in acque poco profonde, ma non è adatto per docce con acqua calda, immersioni, saune, ecc... Evitare il contatto del prodotto con l'acqua di mare.

2. Parametri specifici

Dimensioni fisiche	45x43x16 mm
Cinturino regolabile	150 mm – 230 mm
Temperatura di funzionamento	-10°C – 45°C
Peso	Circa 90 g
Capacità della batteria	Batteria ai polimeri di litio da 550 mAh
Durata della batteria	7 giorni (il tempo di utilizzo effettivo può variare a seconda delle abitudini di utilizzo).
Frequenza di funzionamento Bluetooth:	2.4GHz
Massima potenza di trasmissione Bluetooth	13dBm
Frequenza di funzionamento GPS	1574.42MHz
Massima potenza di trasmissione GPS	Il GPS riceve solo dati, non li invia
Frequenza di funzionamento SIM	B1/ 3/ 5/ 7/ 8/ 20/ 28,--708MHz- 1925MHz
Massima potenza di trasmissione SIM	23dBm

MANUTENZIONE DEL DISPOSITIVO

CURA DEL DISPOSITIVO

1. Non utilizzare oggetti appuntiti per pulire il dispositivo. 
 2. Non premere il tasto di accensione del dispositivo mentre è immerso in acqua.
 3. Non utilizzare solventi, detergenti chimici o repellenti per insetti che potrebbero danneggiare i componenti in plastica del dispositivo. 
 4. Evitare urti eccessivi e trattamenti aggressivi al dispositivo, poiché potrebbero ridurne la durata. 
 5. Non esporre il dispositivo a temperature estreme, troppo fredde o troppo calde, per un periodo prolungato, poiché potrebbero causare danni permanenti. 
 6. Dopo ogni sessione di allenamento, risciacquare il dispositivo con acqua pulita.
 7. Risciacquare accuratamente il dispositivo con acqua pulita dopo l'esposizione a cloro, acqua salata, cosmetici, alcol o altre sostanze chimiche aggressive per evitare danni al dispositivo.
- I danni causati da abuso o uso improprio non sono coperti dalla garanzia.

PULIZIA DEL DISPOSITIVO

1. Pulire delicatamente il dispositivo con un panno di cotone imbevuto di un detergente neutro delicato. Assicurarsi che il polso sia asciutto prima di indossare l'orologio.
 2. Lasciare asciugare completamente il dispositivo dopo la pulizia.
- Nota: anche la più lieve esposizione prolungata al sudore o all'umidità può causare la corrosione del terminale di ricarica durante la ricarica del dispositivo, ostacolando la trasmissione dei dati e compromettendo la ricarica.

IMPORTANTI SUGGERIMENTI PER LA SICUREZZA

1. Consultare sempre il proprio medico prima di iniziare o modificare qualsiasi programma di allenamento.
2. Il dispositivo, gli accessori, il cardiofrequenzimetro e i relativi dati sono destinati esclusivamente al monitoraggio dell'allenamento e non a scopi medici.
3. Le letture della frequenza cardiaca sono solo indicative e non si accetta alcuna responsabilità per le conseguenze di un'interpretazione errata.
4. Non esporre l'orologio a fonti di calore o in luoghi ad alta temperatura, ad esempio in un veicolo incustodito al sole.
5. Se si desidera riporre l'orologio per un periodo di tempo prolungato, conservarlo entro gli intervalli di temperatura specificati nel presente manuale.

ETICHETTA DATI

INNOLIVING Spa
via Merloni, 2/B - 60131 Ancona Italy
www.innoliving.it

INMD-046 SMARTWATCH 4G
Battery capacity: 550 mAh
Input: 5V  1A

MADE IN CHINA

Lot n.



IP67





Il prodotto è conforme alla direttiva europea 2014/53/UE concernente le apparecchiature radio, quindi a tutte le normative europee applicabili



Leggere attentamente le istruzioni d'uso.



INFORMAZIONI AGLI UTENTI ai sensi del Decreto Legislativo N° 49 del 14 Marzo 2014

“Attuazione della Direttiva 2012/19/UE sui rifiuti di apparecchiature elettriche ed elettroniche (RAEE)”

Il simbolo del cassonetto barrato riportato sull'apparecchiatura indica che il prodotto alla fine della propria vita utile deve essere raccolto separatamente dagli altri rifiuti. L'utente dovrà, pertanto, conferire l'apparecchiatura integra dei componenti essenziali giunta a fine vita agli idonei centri di raccolta differenziata dei rifiuti elettronici ed elettrotecnici oppure riconsegnarla al rivenditore al momento dell'acquisto di nuova apparecchiatura di tipo equivalente, in ragione di uno a uno, oppure 1 a zero per le apparecchiature aventi lato maggiore inferiore a 25 cm. L'adeguata raccolta differenziata per l'avvio successivo dell'apparecchiatura dimessa al riciclaggio, al trattamento e allo smaltimento ambientale compatibile contribuisce ad evitare possibili effetti negativi sull'ambiente e sulla salute e favorisce il riciclo dei materiali di cui è composta l'apparecchiatura. Lo smaltimento abusivo del prodotto da parte dell'utente comporta l'applicazione delle sanzioni amministrative di cui al D.Lgs n. Decreto Legislativo N° 49 del 14 Marzo 2014.

DICHIARAZIONE DI CONFORMITÀ

Visitare il seguente link per saperne di più e per scaricare la dichiarazione di conformità:
<https://www.innoliving.it/prodotti/inmd-046-smartwatch-4g-sos/>



BATTERIA AL LITIO INTEGRATA

Il prodotto funziona con batterie che rientrano nel Regolamento 2023/1542 e che non possono essere smaltite con i normali rifiuti domestici. Informarsi sulle normative locali relative alla raccolta differenziata delle batterie: un corretto smaltimento permette di evitare conseguenze negative per l'ambiente e la salute. La batteria è incorporata, da smaltire al termine della vita utile del prodotto, non può essere rimossa dall'utente. In questo caso, i centri di recupero e riciclaggio possono eseguire lo smontaggio del prodotto e la rimozione della batteria.

Thank you for purchasing the INMD-046 smartwatch. To use the product correctly, please read the following instructions and warnings carefully and keep this manual for future reference.

This manual has been written to ensure the end user a safe and efficient use of the INMD-046 smartwatch.

This smartwatch is not a medical device.

The device must be used in accordance with the instructions in this manual. You must carefully read and ensure that you have fully understood the entire contents of the manual and in particular the paragraphs "IMPORTANT SAFETY INSTRUCTIONS".

IMPORTANT SAFETY INSTRUCTIONS

- This smartwatch is not a medical device and does not replace professional diagnostic tools. Data related to blood pressure, heart rate, or other vital parameters are for informational and general wellness purposes only.
- Do not use the recorded data

- to make medical decisions or to modify any medication or treatment without first consulting a qualified healthcare professional.
- This smartwatch is not a medical device and does not replace professional diagnostic tools. Data related to blood pressure, heart rate, or other vital parameters are for informational and general wellness purposes only.
 - Do not use the recorded data to make medical decisions or to modify any medication or treatment without first consulting a qualified healthcare professional.
 - If you experience unusual symp-

toms or feel unwell, always seek advice from a medical professional.

- NEVER change a prescribed medication without consulting your doctor first.
- Individuals with severe circulatory problems may experience discomfort. Consult your doctor before use.
- People with vascular constriction, liver disease or diabetes, people with cardiac pacemakers or a weak pulse, and pregnant women should consult their doctor before measuring their blood pressure on their own. Different values may be obtained.

ned due to their condition.

- People with arrhythmias such as atrial or ventricular premature beats or atrial fibrillation should only use this smartwatch in consultation with their doctor. The photoplethysmographic method (PPG) may produce erroneous readings in some cases.
- The strap should not be applied over a wound as this may cause further injury.
- DO NOT apply the strap to a limb used for intravenous infusion or any other intravascular access, therapy or arteriovenous (A-V) shunt.

- The product is designed for its intended use only. Do not misuse.
- The product is not intended for infants or individuals who cannot express their intentions.
- Do not disassemble the product. Do not attempt to repair. Do not perform any maintenance other than that indicated in this manual. Do not attempt to modify the product without the manufacturer's authorization.
- The system may produce incorrect readings if stored or used outside the temperature and humidity ranges specified by the manufacturer.

- Do not use the device near strong electrical or electromagnetic fields generated by mobile phones or other devices, as they may cause incorrect readings and interference or become a source of interference to the device.
- Avoid using this device adjacent to or stacked with other devices as this may result in improper operation. If such use is necessary, this device and other devices should be observed to verify that they are operating normally.
- Portable RF communications

equipment (including peripherals such as antenna cables and external antennas) should be used no closer than 30 cm to any part of the smartwatch, including cables specified by the MANUFACTURER. Otherwise, degradation of the performance of this equipment may occur.

- Follow the instructions in this manual for the correct positioning of the strap.
- The device should be cleaned following the instructions written in this manual.
- Always check the device and strap before use. Do not use the

device if any of them are damaged, as this may cause injury.

- If you feel any discomfort during a measurement or other discomfort, long press the power button to turn off the device. Loosen the strap and remove the device from your wrist.
- Do not use the device in an oxygen-rich environment or in the presence of flammable agents.
- Before doing physical activity, consult your doctor.

INTERNAL BATTERY SAFETY WARNINGS

- The rechargeable lithium bat-

tery is permanently mounted and is not replaceable. Do not attempt to disassemble it.

- In the event of any damage to the watch resulting in battery fluid leaking out, do not touch the product without adequate protection of the skin and eyes as this may result in serious burns.
- The liquids that make up rechargeable batteries are highly aggressive. Objects and surfaces that come into contact with such liquids may be damaged.
- Do not throw the product into fire. There is a risk of fire and

explosion due to the presence of the internal rechargeable battery.

- Do not use the watch if you see swelling, leakage or other abnormalities.

SAR WARNINGS

Specific Absorption Rate (SAR)
Certification Information

- This device complies with European Union (EU) standards that limit human exposure to radio frequency (RF) energy emitted by radio and telecommunications equipment. These standards prohibit the sale of mobile devices that exceed

- a maximum exposure level (also called SAR) of 2.0 W/kg.
- During normal use, the actual SAR level can be much lower, as the device is designed to emit only the RF energy needed to transmit a signal to the nearest base station. By automatically emitting lower levels of energy where possible, the device reduces the overall exposure to RF energy to individuals.

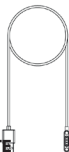
QUICK START MANUAL

PACKAGE CONTENTS

Watch

Charging Cable

Manual



HOW TO OPERATE

1. Powering on Your Watch

Long press the power key to turn on your watch. Please make sure to fully charge the watch first if it Doesn't turn on.

2. Charging your watch

Properly attach the magnetic charging base to the back of the watch, align the metal contacts on the back of the watch with the gold pin on the charging base while placing, then plug the USB end into a USB port on computer, charging dock or power bank for charging.



LED indicator



Input current: <0.6A

Input voltage: DC 5V

Charging time: about 2 hours

LED indicator

Charging: Purple indicator light flashes continuously. Fully charged: Purple indicator light stays on constantly.

Notes:

1. It is recommended to use the universal charger with certification mark on the market.
2. Please keep the charging port dry before charging.
3. When the watch voice broadcasts "Low battery please charge," it indicates that the watch battery is critically low. To prevent it from shutting down, please recharge the watch promptly.

HOW TO INSERT OR REMOVE THE SIM CARD?

1. Turn off the watch, then use your fingernail to rotate and open the SIM card cover.
2. When inserting the SIM card, please follow the markings on the SIM card (chip facing up, notch facing inward) and gently push the SIM card into the slot.
3. Rotate the SIM card cover back into place and ensure it is securely closed.



Note:

1. The slot is designed to prevent reverse insertion to a certain extent, but it does not prevent oblique insertion, so please make sure to align the direction when inserting the card.
2. The watch adopts a pop-up card slot. When removing the card, simply push the SIM card lightly into the slot, then release it, and it will pop out. Do not force it out.

WEARING THE WATCH



Power Key



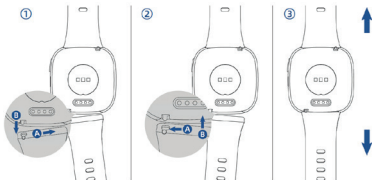
HOW TO OPERATE

	Long Press	Short Press
Power key	1. Power on/off 2. Voice prompt	/
	Emergency SOS	Voice prompt
	/	1.End the call 2.Voice prompt 3.Health measurement
	Make a call to a contact	1.Answer the call 2.Voice prompt

REPLACING THE STRAP

Please choose the strap with a width of 27mm if you want to replace it.

1. Remove the strap from the watch by sliding the snap lock on the strap.
2. Align the new strap with the watch and buckle the strap in.



APP

1. Downloading

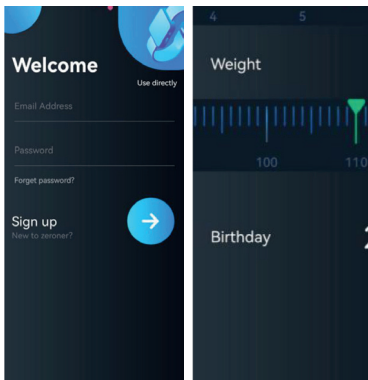
IOS users can download the app from the App Store, Android users can download the 'CareFit' app from the Google Play Store, or scan the QR code below for download.



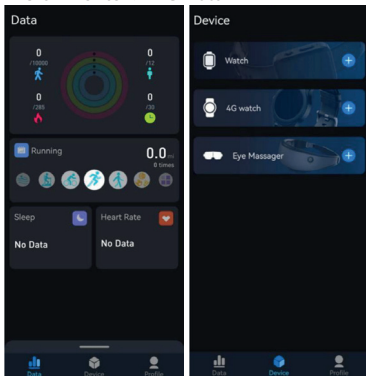
2. Pairing

After downloading the app, follow the instructions below to complete the connection between the watch and your mobile phone:

1. Open APP, register an account, and truthfully fill in your personal information (height, weight, date of birth);



2. Click "Device" > "4G Watch"



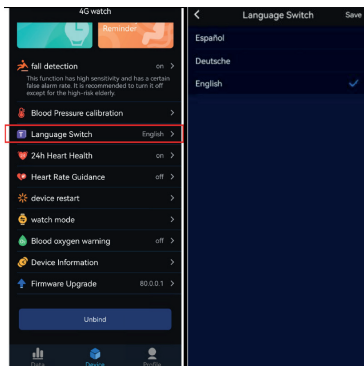
3. Scan the QR code attached to the packaging box to bind the watch.



IMEI 863758060033023

Notes:

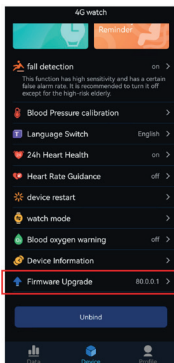
1. To ensure successful data transfer to the App, please insert a functional SIM card into the smartwatch first (a SIM card is required for time synchronization).
2. The default language of the watch is English, and you can switch languages through the app.

**FIRMWARE UPGRADE**

When there is a new firmware version, there will be a notification in the app. Go to the "Device" interface of the app and select firmware upgrade. After the watch enters the firmware update stage, the indicator light on the watch

will be solid blue. Once the update is complete, the watch will automatically restart.

Note: Make sure the battery level is above 50% before updating.



1.Update failed

Please wait for the watch to automatically restart if the update fails. Then reconnect the watch to the app to re-update.

Notes:

To ensure a successful update, please check the following conditions.

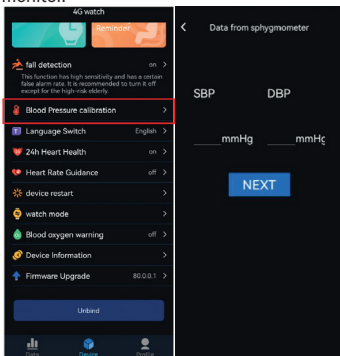
1. The watch has been paired with the app;
2. Seamless network access;
3. The app has been granted location permission;
4. The app has been granted storage permission.

MAIN FEATURE HEALTH MEASUREMENT

To wear the watch correctly, briefly press the watch's voice button and follow the voice prompts to enter health measurement mode (the watch will sequentially measure heart rate, blood oxygen, blood pressure, stress level, and body temperature). During the measurement process, the watch's indicator light will remain blue. After the measurement is complete, follow the voice prompts to sync the data with the app and view the measurement results.

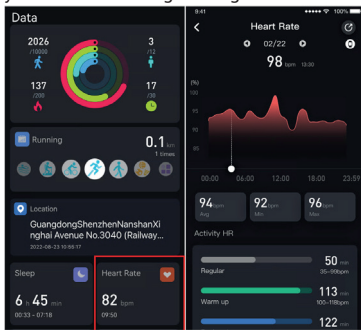
Notes:

For the first blood pressure measurement, please calibrate the watch with a home blood pressure monitor.



HEART RATE MONITORING

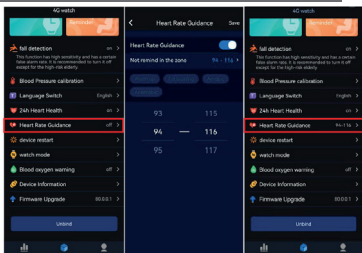
1. Built-in PPG heart rate sensor coupled with HR algorithm, the watch can accurately monitor your heart rate during wearing.



2. Heart Rate Alert: Supports setting heart rate alert range through the app. Once set successfully, the watch will emit a voice prompt when the detected heart rate value is outside the set range.

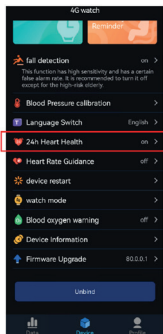
Notes:

The light signal transmission might be blocked if your skin is too dark or with excess hair, or improper wearing also may lead to measurement failure.

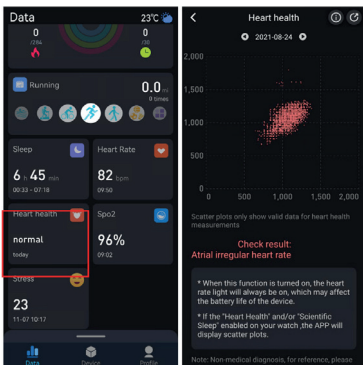


HEART HEALTH AND SCIENTIFIC SLEEP

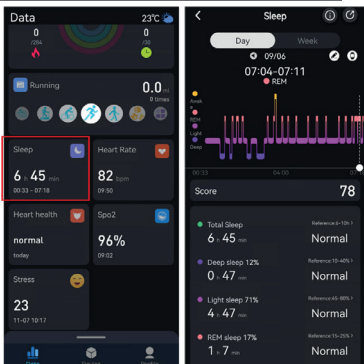
1. Open the app, tap "Device" > "24h Heart Health", and toggle the feature on or off as needed.



2. When this function is turned on, the watch will automatically monitor the heart health at night. If you wear the watch for more than 6 hours, you can view a scatter chart of your heart health after synchronizing your data with the watch on the App. The measurement results are for reference only, and can not be used as a basis for clinical diagnosis.



3. When this function is turned on, if you wear the watch to sleep between 8:00pm and 9:00 am the next morning, you can check REM sleep and other sleep data after synchronizing your data with the watch on the APP, so as to know about your sleep status.



Note:

1. When this function is turned on, the heart rate indicator light will remain on during sleep, which may shorten the device's battery life.
2. The sleep monitor will stop recording within 5-10 minutes after you wake up to move.
3. The watch will not record daytime sleep data.

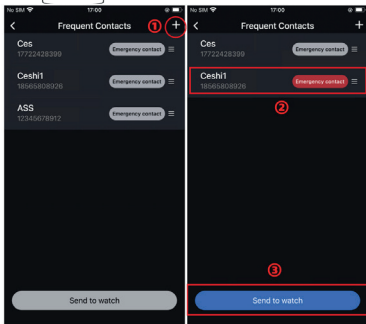
VOICE COMMUNICATION

The watch supports making and receiving calls independently with a SIM card. Press the call button on the watch, and follow the voice prompts to select the contact you want to call. Long-pressing the call button directly will default to dialing the first contact number.



Note:

The contacts of the watch address book need to be set in the APP. Open the App> "Device" > "Contacts" > "+" > add contacts. (A maximum of 8 contacts can be added.)



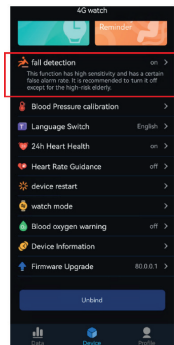
EMERGENCY SOS & FALL DETECTION

1. Press and hold the SOS button on the watch for 3 seconds to immediately call the emergency contact. Press the voice button on the watch to cancel the SOS call.

Note:

Go to App > "Device" > "Contacts" to set up emergency contacts.

2. Wear the watch correctly and activate fall detection on the APP. Fall detection systems automatically activate the sensor in the event of a fall, allowing the user to call for help without having to press the call button on the watch.

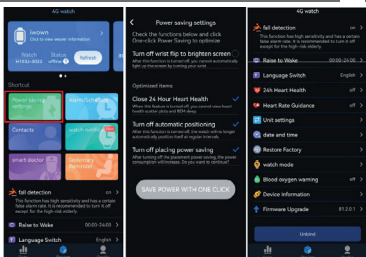
**Note:**

The watch detects a fall and will play the voice message

"Abnormal movement detected and an emergency contact will be called after 30 seconds. To cancel, please press the voice button". At this time, the indicator light on the watch will turn red and flash for 30 seconds.

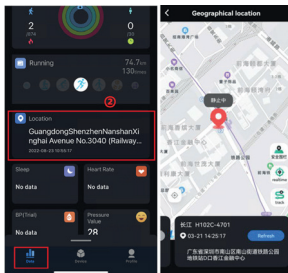
LOCATION**1. Auto-Location**

The watch's auto-location function is disabled by default. You can enable this function in the iCareFit app > "Device" > "Power Saving Settings". Set the auto-location frequency in watch mode.



2. Real-time location

You can also directly start a real-time location request in the app by opening App > "Data" > "Geo Location" > "Refresh". After updating the location, you can view it in real time.



MORE INFORMATION

1. Water Resistance Instruction

The water resistance rating: IP67

The water resistance performance of the device is not permanently valid, it may diminish as time passes. The device can be used during washing hands, rain or swimming in the shallow water, but not support hot water shower, diving, sauna, etc. Do not let the product come into contact with sea water.

SPECIFIC PARAMETERS

Physical dimensions	45x43x16 mm
Adjustable strap	150 mm – 230 mm
Operating temperature	-10°C – 45°C
Weight	About 90 g
Battery capacity	550mAh lithium-polymer battery
Battery life	7 days (actual usage time may change depending on usage habits).
Bluetooth operating frequency	2.4GHz
Maximum Bluetooth transmission power	13dBm
GPS operating frequency	1574.42MHz

Maximum GPS transmission power	GPS only receives data, it doesn't send data.
SIM operating frequency	B1/ 3/ 5/ 7/ 8/ 20/ 28,--708MHz- 1925MHz
Maximum SIM transmission power	23dBm

DEVICE MAINTENANCE

DEVICE CARE

1. Do not use any sharp objects to clean the device. 
2. Do not press the key on the device while it is underwater.
3. Do not use solvents, chemical detergents or insect repellents which may damage the plastic components of the device. 
4. Do not drop or impact the watch. 
5. Avoid exposing the device to extreme temperatures that are either too cold or too hot for an extended period, as this may cause permanent damage. 
6. After each training session, please rinse the watch with clean water.
7. Rinse the device thoroughly with clean water after exposure to chlorine, salt water, cosmetics, alcohol or other harsh chemicals to avoid damage to the device. Damage caused by abuse or misuse is not covered by the warranty.

CLEANING YOUR DEVICE

1. Gently wipe your device with a cotton cloth soaked in a mild neutral detergent. Make sure your wrist is dry before putting your watch on.

2. Allow your device to dry completely after cleaning.

Note: Even the slightest prolonged exposure to sweat or moisture can cause corrosion of the charging terminal while your device is charging, which can hinder data transmission and compromise charging.

IMPORTANT SAFETY TIPS

1. Always consult your physician before starting or changing any training program.
2. The device, accessories, heart rate monitor and related data are intended for training monitoring only and not for medical purposes.
3. Heart rate readings are indicative only and no liability is accepted for the consequences of incorrect interpretation.
4. Do not expose the watch to heat sources or high temperature locations, such as in an unattended vehicle in the sun.
5. If you want to store the watch for an extended period of time, store it within the temperature ranges specified in this manual.

RATING LABEL

INNOLIVING Spa
via Merloni, 2/B - 60131 Ancona Italy
www.innoliving.it

INMD-046 SMARTWATCH 4G
Battery capacity: 550 mAh
Input: 5V $\equiv$ 1A

MADE IN CHINA

Lot n.



CE The product complies with the European directive 2014/53/EU concerning radio equipment, and therefore with all applicable European regulations.



Read carefully the instruction manual



INFORMATION FOR USERS pursuant to Legislative Decree No. 49 of 14 March 2014 "Implementation of Directive 2012/19/EU on waste electrical and electronic equipment (WEEE)"

The crossed-out wheeled bin symbol on the equipment indicates that the product at the end of its useful life must be collected separately from other

waste. The user must therefore deliver the equipment complete with essential components at the end of its life to suitable separate collection centres for electronic and electrotechnical waste or return it to the retailer when purchasing a new equipment of an equivalent type, on a one-to-one basis, or 1-to-zero for equipment with a longer side of less than 25 cm. Appropriate separate collection for the subsequent sending of the discarded equipment to recycling, treatment and environmentally compatible disposal helps to avoid possible negative effects on the environment and health and promotes the recycling of the materials the equipment is made of. Illegal disposal of the product by the user will result in the application of administrative sanctions pursuant to Legislative Decree no. 49 of 14 March 2014.

DECLARATION OF CONFORMITY

Visit the following link to read more about and download the declaration of conformity: <https://https://www.innoliving.it/prodotti/inmd-046-smartwatch-4g-sos/>



BUILT-IN LITHIUM BATTERY

The product works with batteries that fall under Regulation 2023/1542 and that cannot be disposed of with normal household waste. Find out about local regulations regarding the separate collection of batteries: correct disposal helps avoid negative consequences for the environment and health. The battery is built-in, to be disposed of at the end of the product's useful life, it cannot be removed by the user. In this case, recovery and recycling centers can disassemble the product and remove the battery.



Innoliving Spa
Via Merloni, 2/B
60131 Ancona Italy
Tel 071 2133550
www.innoliving.it

MADE IN CHINA



Rev.00_05.2025