

# O que é o Aplicativo de ECG da Fitbit?

O Aplicativo de ECG da Fitbit é composto do Aplicativo de ECG da Fitbit em seu produto de pulso da Fitbit e da Avaliação de Ritmo Cardíaco, uma seção no aplicativo da Fitbit em seu telefone ou tablet.

O Aplicativo de ECG da Fitbit é usado para criar e registrar um ECG após uma leitura de 30 segundos por meio do seu produto de pulso da Fitbit. O Aplicativo de ECG da Fitbit analisa o registro, apresenta os resultados em seu produto de pulso da Fitbit e permite que você visualize os resultados no telefone ou tablet.

Os dados do Aplicativo de ECG da Fitbit estão disponíveis no bloco de Avaliação do Ritmo Cardíaco, na seção Avaliações e Relatórios de Saúde do aplicativo da Fitbit. Esse bloco também é usado para integração, visualização de resultados anteriores e exportação de relatórios em PDF.

## O que é a fibrilação atrial?

A fibrilação atrial é um tipo de ritmo cardíaco irregular, causado quando as câmaras superiores do coração batem fora de ritmo. Normalmente, as câmaras superiores e inferiores do coração trabalham juntas. Com a fibrilação atrial, as câmaras superiores contraem-se de forma rápida e caótica. Consequentemente, as câmaras inferiores contraem-se mais rápido do que o normal. Essa sequência pode levar a um ritmo cardíaco irregular. Saiba mais por meio do [CDC](https://www.cdc.gov/) ou do site da Sociedade Europeia de Cardiologia [<https://www.escardio.org/>].

## O que o Aplicativo de ECG da Fitbit detecta?

Os sensores elétricos do produto de pulso da Fitbit detectam seu ritmo cardíaco. Ao usar o Aplicativo de ECG da Fitbit, seus dados de ritmo cardíaco são analisados em busca de sinais de fibrilação atrial. Somente um médico pode diagnosticar a fibrilação atrial, porém os resultados da avaliação podem informar se seu ritmo cardíaco mostra sinais do problema.

Com a fibrilação atrial, o coração pode nem sempre bater em ritmo irregular, dificultando a detecção do problema, mesmo no consultório médico. Embora esta avaliação não possa diagnosticar a fibrilação atrial, você pode usá-la diretamente em seu pulso. Os resultados podem ajudá-lo a ter uma conversa mais produtiva com seu médico.

## Como funciona o Aplicativo de ECG da Fitbit?

Alguns produtos de pulso da Fitbit possuem sensores elétricos em seu verso e na estrutura metálica em torno de sua face. Quando esses sensores estão em contato com a pele e o aplicativo de ECG está aberto, eles registrarão os sinais elétricos dos seus batimentos cardíacos. O Aplicativo de ECG da Fitbit é qualitativamente semelhante a um ECG de derivação I, uma vez que pode ser usado para diferenciar entre a fibrilação atrial e o ritmo sinusal normal. Entretanto, ele não pode detectar todas as condições cardíacas. No consultório médico, usa-se normalmente um ECG de 12 derivações, o qual fornece informações sobre o coração de 12 ângulos diferentes.

## Onde encontrar o Aplicativo de ECG da Fitbit?

Para acessar o Aplicativo de ECG da Fitbit, deslize para a esquerda na tela do seu produto de pulso da Fitbit. A Avaliação de Ritmo Cardíaco encontra-se na seção de Avaliações e Relatórios de Saúde do aplicativo da Fitbit, em seu telefone ou tablet.

Se você não tiver o Aplicativo de ECG da Fitbit instalado, consulte [Como instalar o Aplicativo de ECG da Fitbit?](#)

No momento, o Aplicativo de ECG da Fitbit está disponível apenas em locais selecionados. Se você não estiver em um local com suporte, verá a mensagem abaixo:



Mais países serão adicionados mediante obtenção de autorização.

Acesse [fitbit.com/ecg](https://fitbit.com/ecg) para mais detalhes.


## Como instalar o Aplicativo de ECG da Fitbit?

Se o Aplicativo de ECG da Fitbit ainda não estiver instalado em seu produto de pulso da Fitbit, baixe-o na Galeria de Aplicativos da Fitbit. Para mais informações, consulte [Como instalar e gerenciar aplicativos em meu relógio Fitbit?](#)

## Como usar o Aplicativo de ECG da Fitbit?

Antes de fazer a primeira leitura, leia a introdução à Avaliação de Ritmo Cardíaco:

1. Abra o aplicativo da Fitbit no telefone ou tablet e acesse sua conta Fitbit, caso ainda não o tenha feito.

2. Na guia Discover  do aplicativo da Fitbit, toque em **Avaliações e Relatórios de Saúde** > **Avaliação de Ritmo Cardíaco** e siga as instruções. Depois de concluir a introdução à Avaliação de Ritmo Cardíaco, você poderá fazer uma leitura de ECG.

Para fazer uma leitura de ECG:

1. Use o produto de pulso da Fitbit com ajuste firme, porém com espaço suficiente para manter o conforto. Coloque-o um dedo acima do osso do pulso. Para mais informações, acesse [Como usar meu dispositivo Fitbit?](#)
2. Sente-se e abra o aplicativo de ECG em seu produto de pulso da Fitbit.
3. Siga as instruções do produto de pulso da Fitbit para iniciar a avaliação.
4. Coloque o dedo indicador e o polegar nos cantos metálicos do produto de pulso da Fitbit, como mostrado na tela. Mantenha os dedos sobre os cantos até que a contagem chegue ao fim.
5. Quando os resultados forem exibidos, deslize para cima para acessar o relatório completo.

## O que significa meu resultado do Aplicativo de ECG da Fitbit?

Depois de concluir a Avaliação de Ritmo Cardíaco, você verá um dos resultados a seguir:

Ritmo sinusal normal	Seu ritmo cardíaco parece estar normal.  Toque em <b>Saiba mais</b> para mais informações ou toque em <b>Concluído</b> para sair da avaliação.
----------------------	--

Fibrilação atrial	Seu ritmo cardíaco mostra sinais de fibrilação atrial. Você deve consultar o seu médico. Toque em <b>Saber mais</b> para mais informações ou toque em <b>Concluído</b> para sair da avaliação.
Inconclusivo	O Aplicativo de ECG da Fitbit não foi capaz de obter uma boa leitura porque sua frequência cardíaca estava muito baixa ou muito alta ou não havia um sinal adequado. Toque em <b>Refazer</b> para tentar novamente ou toque em <b>Concluído</b> para sair da avaliação. Para mais informações que expliquem por que você recebeu este resultado, consulte <a href="#">Por que eu recebi um resultado inconclusivo?</a>

## Por que recebi um resultado inconclusivo?

Existem três tipos de resultados inconclusivos que você pode receber depois de fazer a avaliação:

### Inconclusivo: frequência cardíaca alta

Se sua frequência cardíaca estiver acima de 120 bpm, o Aplicativo de ECG da Fitbit não poderá avaliar seu ritmo cardíaco. A frequência cardíaca pode estar alta por diversos motivos, como:

- Atividade física recente
- Estresse
- Nervosismo
- Álcool
- Desidratação
- Infecção
- Fibrilação atrial ou outra forma de arritmia

Saiba mais por meio da [American Heart Association](#) ou no site da Sociedade Europeia de Cardiologia [<https://www.escardio.org/>].

### Inconclusivo: frequência cardíaca baixa

Se sua frequência cardíaca estiver abaixo de 50 bpm, o Aplicativo de ECG da Fitbit não poderá avaliar seu ritmo cardíaco. A frequência cardíaca pode estar baixa por diversos motivos, como:

- Usar certos medicamentos, como betabloqueadores ou bloqueadores de canais de cálcio
- Ter um excelente condicionamento físico aeróbico
- Outra forma de arritmia

Saiba mais por meio da [American Heart Association](#) ou no site da Sociedade Europeia de Cardiologia [<https://www.escardio.org/>].

## Inconclusivo: não foi obtida uma boa leitura

Existem muitos motivos que explicam um resultado inconclusivo, mas causas comuns são:

- Excesso de movimento durante a avaliação
- Mãos não apoiadas em uma mesa
- Outra forma de arritmia

Se o aplicativo de ECG da Fitbit não conseguir obter uma boa leitura, tente as seguintes dicas de resolução de problemas:

- Certifique-se de estar sentado e relaxado.
- Apoie os braços em uma mesa durante a avaliação e evite se mexer.
- Confirme se o produto de pulso da Fitbit está no pulso selecionado no início da avaliação.
- Mantenha o dedo indicador e o polegar nos cantos metálicos do produto de pulso da Fitbit durante a avaliação.
- Verifique o ajuste do seu produto de pulso da Fitbit. Ele deve ser confortável e firme, sem estar frouxo nem apertado. Use-o um dedo acima do osso do pulso. Para mais informações, consulte [Como usar meu dispositivo Fitbit?](#)
- Afaste-se de outros produtos eletrônicos para evitar interferências.
- Certifique-se de que seu produto de pulso da Fitbit e o seu pulso estejam limpos e secos. Água ou suor podem interferir na leitura. Se você tiver acabado de lavar as mãos, nadar, tomar banho ou perspirar, limpe e seque seu produto de pulso da Fitbit. Acesse [fitbit.com/productcare](https://fitbit.com/productcare) para ver instruções de uso e cuidados.


Refaça a avaliação para tentar novamente. Se você receber um resultado inconclusivo repetidas vezes ou se não estiver se sentindo bem, consulte o seu médico.

## Por que o contador regressivo foi reiniciado durante minha leitura de ECG da Fitbit?

Se você afastar os dedos dos cantos do produto de pulso da Fitbit ou se mover demais durante a leitura de ECG, o contador regressivo será reiniciado.


## Como salvar meus resultados de ECG da Fitbit ou acessá-los posteriormente?

Ao abrir o aplicativo da Fitbit, seus resultados serão transferidos do produto de pulso da Fitbit para o aplicativo da Fitbit, podendo ser visualizados no telefone ou tablet. Para ver os resultados posteriormente, por exemplo, durante uma consulta com seu médico:

1. Na guia Discover  do aplicativo da Fitbit, toque em **Avaliações e Relatórios de Saúde > Avaliação de ritmo cardíaco.**

2. Toque em **Exibir resultados** para ver uma lista com todos os seus resultados anteriores. Os resultados são exibidos com a data e a hora em que foram calculados no produto de pulso da Fitbit compatível. Esses valores correspondem à data e à hora do produto de pulso, não à data e à hora de sincronização dos resultados, e o deslocamento entre diferentes fusos horários não é considerado.
3. Toque em qualquer um dos resultados anteriores para ver mais detalhes. Em cada resultado, toque em **Exportar um arquivo PDF para seu médico** para fazer o download do relatório. Você receberá uma notificação quando o relatório estiver pronto. Recomendamos usar a versão mais recente do Adobe Acrobat Reader para abrir o relatório.

## Como excluir meus resultados?

1. Na guia Discover  do aplicativo da Fitbit, toque em **Avaliações e Relatórios de Saúde > Avaliação de ritmo cardíaco**.
2. Toque em **Exibir resultados** para ver uma lista com todos os seus resultados anteriores.
3. Toque nos resultados que deseja excluir.

## Quão preciso é o Aplicativo de ECG da Fitbit?

O Aplicativo de ECG da Fitbit foi testado em um estudo clínico com 440 pessoas. Durante o estudo, cada pessoa completou um ECG de 12 derivações, de 30 segundos, enquanto usavam simultaneamente o Aplicativo de ECG da Fitbit. O algoritmo do Aplicativo de ECG da Fitbit foi capaz de identificar corretamente as pessoas com fibrilação atrial em 98,7% dos casos e identificar corretamente as pessoas com um ritmo sinusal normal em 100% dos casos.

## O meu produto de pulso da Fitbit é compatível com o Aplicativo de ECG da Fitbit?

Atualmente, o aplicativo de ECG da Fitbit está disponível no Fitbit Sense. O dispositivo deve ter o Fitbit OS 5.0 ou superior. Para mais informações, consulte [Como atualizar meu dispositivo Fitbit?](#)

Para acessar a Avaliação de Ritmo Cardíaco, instale o aplicativo da Fitbit em seu telefone ou tablet. Para verificar se o seu telefone ou tablet é compatível com o aplicativo da Fitbit, acesse [fitbit.com/devices](https://fitbit.com/devices).

## Por que não vejo meus resultados de ECG no aplicativo da Fitbit?

Sincronize o Sense para ver seus resultados de ECG no aplicativo da Fitbit. Em caso de dificuldades para sincronizar seu dispositivo Fitbit, consulte [Por que não consigo sincronizar meu dispositivo Fitbit?](#)

## Posso exportar um relatório dos meus resultados de ECG da Fitbit?

Para instruções de como exportar um resultado individual, consulte [Como salvar meus resultados ou acessá-los posteriormente?](#)

Assinantes do Fitbit Premium podem exportar um resumo de 30 dias ou de 12 meses dos seus resultados no Relatório de Bem-Estar. Para mais informações, consulte [O que preciso saber sobre o Fitbit Premium?](#)

## Qual é a diferença entre o Estudo do Coração da Fitbit e o Aplicativo de ECG da Fitbit?

O Estudo do Coração da Fitbit é um estudo clínico projetado para avaliar o algoritmo de investigação quanto à detecção de ritmos cardíacos irregulares entre os usuários da Fitbit com um dispositivo Fitbit compatível. A Fitbit está conduzindo esse estudo para determinar a precisão do algoritmo e, possivelmente, solicitar uma aprovação de agências governamentais para disponibilizá-lo ao público em geral.

O Aplicativo de ECG da Fitbit permite que você faça uma leitura de ECG usando o Sense. Depois de completar uma leitura de 30 segundos, você receberá o resultado. Você pode usar esse resultado para ter uma conversa produtiva com seu médico.