



[Base de Conhecimento](#) > [Relógios Inteligentes](#) > [Informações e Solução de Problemas - Reebok Pulse](#) > [Configuração e Pareamento](#) > [Gerenciando as Configurações do Sistema no seu Reebok Pulse](#)

Gerenciando as Configurações do Sistema no seu Reebok Pulse

Inas Laghzaoui - 2025-08-20 - [Comentário \(1\)](#) - [Configuração e Pareamento](#)

Menu do Sistema

O menu do sistema oferece controle total sobre como seu relógio funciona. A partir daqui, você pode reiniciar, desligar ou redefinir completamente seu Reebok Pulse.

Reiniciar seu relógio

Selecione **Reiniciar** para dar um refresh rápido ao relógio.

Esta é uma forma segura de resolver problemas menores ou melhorar o desempenho — **nenhum dado será apagado**.

Desligar

Escolha **Desligar** para desligar completamente o relógio.

Para ligá-lo novamente, pressione e segure o botão superior por pelo menos 3 segundos.

Redefinir seu relógio

Use **Redefinir** para apagar todos os dados e retornar o relógio às configurações originais de fábrica.

Importante: A redefinição apagará todas as informações pessoais e exigirá que você emparelhe o relógio novamente com seu telefone.

Use esta opção somente se:

- Você estiver enfrentando problemas persistentes que não desaparecem após um reinício; ou
- Você for dar o relógio para outra pessoa.

Dicas

- Reinicie seu relógio ocasionalmente se notar lentidão ou problemas de conexão.
- Evite redefinir, a menos que seja absolutamente necessário — todos os dados armazenados serão apagados.
- Faça backup de informações importantes de atividade no app **Reebok Connect** antes de redefinir.