

BUENOS DIAS:

Parece increíble como pasa el tiempo ¡Ya estamos en Junio! Esta semana os voy a dejar una guía para saber cómo funcionan vuestros Smart pones.

Ya sé que la mayoría manejaís vuestros teléfonos sin problemas y algunas de las cosas que os explican son muy básicas, pero otras me han parecido interesantes ya que os explican como podéis descargaros aplicaciones para pedir cita al médico



Curso de iniciación uso SmartPhone Android

1. ¿Cómo utilizar el smartphone?
2. ¿Cómo es un smartphone?
3. Encender el smartphone
4. Iconos de pantalla del smartphone
5. Llamar desde un smartphone
6. Recibir llamadas con el smartphone
7. Guardar números en la agenda de contactos del smartphone
8. Escribir mensajes de texto en el smartphone
9. Hacer fotos y vídeos con el smartphone
10. Conectarse a Internet desde el smartphone
11. Acceder a Internet y configurar el correo en un smartphone
12. Descargar e instalar una app en el smartphone
13. Aplicaciones de Android recomendadas para mayores



1. ¿Cómo utilizar el smartphone?

¿Qué es un Smartphone?

Se llaman teléfonos inteligentes (smartphones en inglés) a los teléfonos móviles que permiten hacer muchas más cosas que un teléfono móvil convencional.

Los smartphones sirven para navegar por Internet y para usar aplicaciones que dependen de su conexión a la Red.

Para manejar todos estos programas y sus funciones, los smartphones llevan instalado un sistema operativo determinado. Aunque hay muchos modelos de teléfonos inteligentes con distintos sistemas operativos, la mayor parte del mercado lo acaparan los dispositivos con sistema Android (Samsung HTC, Huawei ZTEI etcétera) y los iPhone con sistema iOS.

Secot

voluntariado Senior de Asesoramiento
Empresarial

2. ¿Cómo es un smartphone?

En un smartphone hay una serie de botones externos y conexiones comunes. Su ubicación puede cambiar según el modelo, pero su funcionamiento es muy parecido en todos los terminales.

Botón de encendido y apagado

Para encender hay que mantenerlo presionado unos segundos. También para apagar, aunque en ese caso nos aparece un menú de opciones, entre las que está la de apagar.

Botones para subir y bajar el volumen

Podrás escoger el tono de las llamadas, de la música que escuches con el teléfono, de las alarmas, etc.

Auricular

Mediante él escucharás perfectamente las conversaciones telefónicas
para cargar la batería del teléfono

La batería es la que da autonomía al dispositivo y necesita ser recargada según la intensidad de uso
Entrada auriculares

Sirve para enchufar tus auriculares y el manos libres sin molestar a tu vecino.



voluntariado Senior de Asesoramiento Empresarial

Secot

Objetivo de la cámara

Se encuentra en la parte posterior del teléfono.

Fundación Vodafone España



Secot

voluntariado Senior de Asesoramiento
Empresarial

3. Encender el smartphone

Encender el teléfono

Una vez hayamos presionado el botón de encendido que está en el lateral del teléfono, veremos pasar pantallas de introducción (con el logotipo de los fabricantes y de la compañía) y llegaremos a una pantalla como la que vemos en la imagen en la que se nos pide el PIN.

¿Qué son el PIN y el PUK?

El PIN es un número secreto para impedir que nadie use nuestro teléfono. Es un número que tendremos que recordar; pues en caso de introducirlo erróneamente 3 veces seguidas, el teléfono se bloqueará. Para desbloquearlo debemos introducir el número PUK que es un código de ocho dígitos con el que puedes desbloquear la tarjeta SIM en el caso de que hayas introducido de manera errónea el PIN tres veces. La secuencia que debes introducir en tu terminal para desbloquear la SIM es: PUK*número nuevo PIN#.

Si introduces el PUK más de diez veces mal, la tarjeta SIM quedará inutilizada. En este caso deberás acudir a un distribuidor para conseguir una tarjeta nueva.

Y si nos equivocamos...

O dudamos si hemos tecleado bien, siempre podemos pulsar el botón de borrar. Cada vez que lo apretamos, borrará el último número introducido. Mientras que si se pulsa Cancelar, se elimina todo lo escrito.

La batería

Para que el móvil se encienda, ha de estar cargada la batería. Por tanto, si es la primera vez, asegurémonos de haber puesto el dispositivo a cargar tal y como se señala en el manual de instrucciones.

La duración de la batería depende del tiempo de uso y de las aplicaciones que se usen.

Y recuerda que...

Los smartphones son táctiles. Esto significa que hay que pulsar suavemente los botones con el dedo directamente sobre la pantalla.

Secot

voluntariado Senior de Asesoramiento
Empresarial

4. Iconos de pantalla del smartphone

En la pantalla inicial, la primera y principal que vemos cuando el teléfono ha terminado de encenderse, nos encontraremos con una serie de dibujos o gráficos. Son llamados iconos y son básicamente los que siguen

Fundación
Vodafone
España

Para hacer llamadas

Pulsando también aparecerá el listado de contactos y registro de llamadasContactos

Es donde guardamos los nombres y números de nuestros contactos (pág. 20).

Mensajes de texto

Tocando este icono podrás escribir mensajes cortos de texto.

Internet

Es el botón de acceso a la navegación en la red.

Aplicaciones

A través de este icono accederemos a Play Store donde podremos descargar las aplicaciones la mayoría de ellas se descargan gratuitamente.



Serve para que
aparezcan otros menús
y funciones ocultas.

RETROCEDER

BOTÓN
PRINCIPAL

BOTÓN DE MENUS PARA

PARA [HACER LLAMADAS

Pulsando también aparecerá el listado de contactos y registro de llamadas.



CONTACTOS

Es donde guardamos los nombres y números de nuestros contactos (pág 20).



MENSAJES DE TEXTO

Desde aquí podrás escribir mensajes de texto



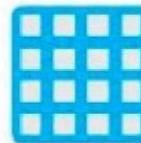
INTERNET

Es el botón de acceso a la red,



APLICACIONES

A través de este icono accederemos a PlayStore donde podremos descargar las aplicaciones. La mayoría de ellas se desinstalan (pág 30),



Barra de notificaciones

En la parte superior de la pantalla, podemos ver otra serie de indicaciones mediante pequeños iconos. Es la barra de notificaciones, en la que se nos indican, entre otras, las siguientes cosas:

Indicador de cobertura wifi

Las barras blancas indican la intensidad de la señal inalámbrica de Internet que nos llega al teléfono.

Indicación de 3G

Conexión a Internet mediante la tarjeta del teléfono (en algunos modelos se incluye dentro del icono de medición de cobertura).

Indicador de cobertura

Para poder hablar por móvil, necesitamos que las antenas de telefonía nos ofrezcan cobertura en el lugar en el que estemos. Las barras de este gráfico nos indican de cuanta cobertura disponemos. Cuando no hay barras en él o sólo hay una o incluso dos, es posible que nos cueste hacer o recibir llamadas.

Muestra la batería que queda

Cuando la pila está vacía y ya no queda verde es que está a punto de terminarse. El smartphone suele avisar cuando queda un porcentaje inferior al 20%.



5. Llamar desde un smartphone

Llamar es tan sencillo como pulsar sobre el icono del teléfono. Al hacerlo aparece un teclado táctil con los números del 0 al 9. En el mismo podemos proceder a marcar el número que nos interese y, posteriormente, pulsar sobre el botón verde con el dibujo de un teléfono que está justo debajo del teclado numérico para establecer la conexión.



Otras cosas a tener en cuenta al llamar:

Fundación Vodafone España

- Asegurémonos de que está seleccionada la función "Teclado" _
- Pulsar sobre el icono de teléfono una vez hayamos tecleado todo el número_
- Otra posibilidad que vemos en el menú es la de activar el "Altavoz", para que se oiga en alto y pueda ser escuchado por varias personas_
- Volver al teclado Al pulsar el botón correspondiente, volveremos al teclado del teléfono.
- Para colgar la llamada basta con pulsar en el botón rojo de finalizar_



6. Recibir llamadas con el smartphone

Responder llamadas es muy sencillo. Cuando suene el aparato, nos aparece una pantalla con dos teléfonos. Si queremos descolgar la llamada, arrastramos el dedo sobre el teléfono verde y ya podremos hablar. Sin embargo, también puede ser que no queramos hablar, en cuyo caso podemos interrumpir la llamada haciendo la misma acción sobre el teléfono rojo.



Otras funciones al contestar una llamada:

Fundación Vodafone España

Al contestar la llamada o al colgar, en la pantalla nos aparecerán una serie de iconos que nos permitirán realizar diversas funciones mientras tenemos en línea la conversación. Son las que siguen:

- Añadir o crear contacto de la llamada a agenda
 - Mostrar teclado
- Finalizar llamada
- Activar altavoz (Manos libres)
 - Desactivar micrófono
- Enlazar los auriculares vía Bluetooth

Llamadas perdidas

Habrán ocasiones en que no hayamos oído o podido responder una llamada. Es lo que se conoce como una "llamada perdida". Sin embargo, el teléfono nos lo notifica para que estemos avisados y podamos devolver la llamada si queremos-

Secot

voluntaria

do Senior de Asesoramiento Empresarial 7.

Guardar números en la agenda de contactos del smartphone

Guardar números en la agenda de contactos

En la agenda o icono de contactos se puede guardar el nombre el número de teléfono, el correo electrónico, el domicilio y otros datos de nuestros contactos.

Al entrar en la agenda veremos un recuadro blanco con un botón con un signo (+)

Pulsamos sobre ese botón y nos aparece un formulario como el de la imagen para introducir el nombre el número de teléfono, la dirección de correo electrónico y otros datos. Finalmente pulsamos guardar y el contacto queda almacenado-

¿Cómo llamo a mis contactos?

Para llamar a un contacto, pulsamos primero sobre el icono de contactos. Nos sale entonces la lista de todos nuestros contactos ordenada alfabéticamente Si con el dedo hacemos un movimiento de arrastre iremos bajando a subiendo por la lista.

Al llegar al nombre que buscamos, pulsamos una vez sobre él: se abre entonces un cuadro como el de la imagen. Basta entonces con pulsar sobre el teléfono verde para iniciar la llamada.

Fundación
Vodafone
España



voluntariado Senior de Asesoramiento Empresarial

Secot

Func

Vodafone

Es para

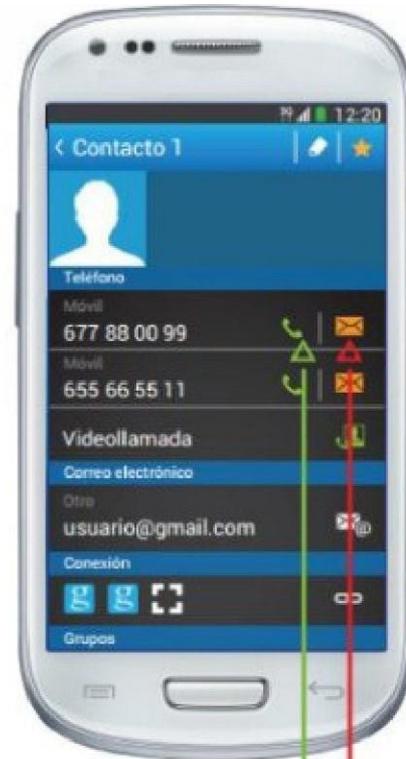




Para llamar a un contacto, pulsamos primero sobre el icono de contactos. Nos sale entonces la lista de todos nuestros contactos ordenada alfabéticamente. Si con el dedo hacemos un movimiento de arrastre iremos bajando o subiendo por la lista.

Al llegar al nombre que buscamos, pulsamos una vez sobre él: se abre entonces un cuadro como el de la imagen. Basta entonces con pulsar sobre

el teléfono verde para iniciar la llamada.



TELÉFONO VERDE SOBRE EL QUE PULSAR PARA INICIAR LA LLAMADA

TAMBIÉN PODEMOS MANDARLE UN MENSAJE



8. Escribir mensajes de texto en el smartphone

Además de llamadas, los teléfonos móviles nos permiten mandar mensajes de texto. Para escribir un mensaje nuevo, pulsaremos sobre el icono del sobre de la página principal (habitualmente con forma de sobre). Nos aparecerá entonces una lista con todos los mensajes recibidos y un icono. Si pulsamos sobre este icono nos sale una pantalla para escribir texto.

Secot

voluntariado de

Otras

Para
mensaje,
opciones

• Al
en
táctil
el que
se

EN ESTE CAMPO
SE ESCRIBE
EL TELÉFONO
O CORREO
ELECTRÓNICO
DEL DESTINATARIO

CAMPO DE TEXTO
PARA ESCRIBIR
EL MENSAJE

TAMBIÉN PODEMOS
SELECCIONARLO
DE NUESTRA LISTA DE
CONTACTOS PULSAN-
DO SOBRE ESTE BOTÓN

AL PULSAR SOBRE
CUALQUIER CAMPO
EN BLANCO, APARECE
UN TECLADO TÁCTIL
EN LA PANTALLA.
EN ESTE CAMPO SE E-
SCRIBE EL TELÉFONO O
CORREO ELECTRÓNICO
DEL DESTINATARIO



UNA VEZ
ACABADO
DE ESCRIBIR
EL TEXTO
SELECCIONADO
DESTINATARIO
PULSAR
ENVIAR

ADJUNTAR
AL MENSAJE
UN ARCHIVO
(VIDEO,
DOCUMENTO,
CANCION
FOTO...)

DESTINATARIO
PULSAREMOS
ENVIAR

España
Asesoramiento SeniorEmpresarial

funciones

escribir y mandar el
existen una serie de
con las que conviene
familiarizarse:

pulsar sobre cualquier campo
blanco, aparece un teclado
en la pantalla En el campo en
dice "teléfono" es en el que
escribe el teléfono o correo
electrónico del destinatario.
También podemos

seleccionarlo de nuestra lista de contactos pulsando sobre el botón de contactos.

- Una vez acabado de escribir el texto y seleccionado el destinatario, pulsaremos sobre enviar.
- También podemos adjuntar al mensaje un archivo de video o documento al pulsar sobre el clip.

9. Hacer fotos y vídeos con el smartpnone

Nuestro teléfono móvil también tiene las opciones de cámara de fotos y cámara de vídeo. A ambas se accede desde el icono de la cámara de fotos que aparece en el menú principal. Tanto la cámara de fotos como la cámara de vídeo nos ofrecen diferentes opciones como la de voltear la cámara para enfocarnos a nosotros mismos, el flash para iluminar en la oscuridad y la posibilidad de retocar nuestras fotos o vídeos o de incluir efectos especiales. La configuración de la opción de la cámara puede variar dependiendo de los terminales.

Fundación Vodafone España

ACCEDER A LA CAMARA



Icno PARA



Fundación
Vodafone
España





10. Conectarse a Internet desde el smartphone

Para acceder con el smartphone a Internet, descargar programas y sacar todo el partido al terminal, se requiere una conexión a Internet. Hay dos formas de estar conectado, que además son complementarias.

Una es vía wifi y la otra es por tecnología 3G, que es la que suministra el operador mediante tarjeta y permite llamar en cualquier lugar. Si en casa o en otros lugares en los que estemos habitualmente tenemos una conexión a Internet con red inalámbrica (por medio de un router), podemos aprovecharla para conectarnos con nuestro móvil.

Puede parecer un poco complicado; pero sólo hay que seguir estos pasos



Secot

Senior de Asesoramiento Empresarial 11 . Acceder a Internet y configurar el correo en un smartphone

Los pasos para conectar el smartphone a una red wi-fi para poder navegar por Internet y tener otros servicios de la conexión a Internet como Whatsapp, correo electrónico y navegación por ciertas aplicaciones (apps) son los siguientes.

1. Pulsar sobre el botón de menú en el teléfono y luego sobre ajustes
2. Seleccionamos el apartado wifi.
3. Saldrá una página con todas las redes disponibles

Debemos seleccionar la que lleve el nombre de la nuestra. ¿cómo lo sabemos? Muy sencillo: debajo del router hay una placa con el nombre de la red y la contraseña (a menos que alguien lo haya cambiado).

4. Introducir contraseña

Nos pedirá la contraseña de la red wifi a la que queremos conectarnos. En caso de encontrarnos fuera de nuestro hogar; la contraseña nos la facilitará el local si dispone de wifi para sus clientes.

5. Icono conexión red wifi

Las líneas nos indicarán la potencia de la conexión de la red wifi-

Fundación
Vodafone
España

Instalación de apps en un smartphone

Para instalar aplicaciones la forma más directa es buscándolas en la la play Store. Para ello sigue los pasos que te indicamos:

1. Pulsa en el icono de Play Store en la pantalla principal. Una vez allí, para buscar aplicaciones podrás hacerlo mediante la lupa o a través de la pantalla principal pinchando en "Aplicaciones".
2. En la pantalla principal encontrarás diferentes posibilidades para poder descargar: aplicaciones, música, libros, películas, juegos_ Pincha en "Aplicaciones".
3. Elige la app que desees y haz clic en el botón "Instalar".
4. Haz clic en "aceptar" y en nuestro dispositivo se descargará e instalará automáticamente la aplicación seleccionada desde Google Play.

Secot

voluntariado Senior de
Asesoramiento Empresarial

Pulsa en el icono de Play Store en la pantalla principal.



Para buscar aplicaciones podrás hacerlo mediante la lupa o a través de la pantalla principal pinchando en "Aplicaciones".

1

EN LA PANTALLA PRINCIPAL encontrarás diferentes posibilidades para poder descargar: aplicaciones, música, libros, películas, juegos., Pincha en "Aplicaciones".



¿Y para eliminarlas?

Todavía más sencillo:

1. Entra en Google play y dirígete a la aplicación que desees eliminar y pulsa en el botón "Desinstalar".

2. Aparecerá un cartel en el que nos preguntará si queremos desinstalar la aplicación. Para confirmarlo debemos pulsar en el botón 'Aceptar'.



voluntariado Senior de Asesoramiento Empresarial

Secot

13. Aplicaciones de Android recomendadas

NAVEGADORES

GOOGLE CHROME

Gracias a su tecnología avanzada permite navegar por Internet de una forma fácil.

GOOGLE MAPS

- 4 Nos permite la búsqueda de direcciones y posibles rutas para acceder a ellas.

REDES SOCIALES Y MENSAJERÍA



WHATSAPP

Uno de los servicios más populares de mensajería instantánea.

JOYN joyn Para chatear y compartir archivos en tiempo real.

Fundación
Vodafone
España



TWITTER

La red de micromensajes más visitada del mundo.

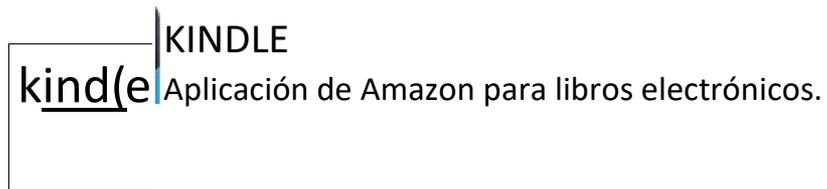


FACEBOOK

La aplicación móvil de la red social por excelencia.

13. Aplicaciones de Android recomendadas

LECTURA



Fundación
Vodafone



Gobierno



astursalud cita previa

del Principado de Asturias Medicina

PEG13

★★★★★ 131

Añadir e la lista de deseos

Instalar



Fundación Vodafone

España

Datos del/de la Paciente
Consultando datos para **María**

Cambiar de usuario 

¿Para qué profesional quieres pedir cita?

- Medicina de Familia/Pediatría
- Enfermería
- Cita simultánea Medicina de Familia/Pediatría y Enfermería

Continuar 

Datos del/de la Paciente
OS FERNANDEZ 

Datos del centro de salud
C.S. LA CALZADA 

La primera cita disponible es la siguiente

fecha	hora
04/04/2017	11:35

Profesional: Enfermería
Nombre: 2 RU DO, ANA MARIA

Aceptar 

Si no estás conforme, selecciona otro tramo horario:

Desde a Hasta Consultar 

Hospital de Cabueñes
C/ Prados (Cabueñes), 395 - 33394 - Gijón 

Abiertas ahora mismo las consultas

Hospital de la Cruz Roja
C/ Uria, 37 - 33202 - Gijón 

Abiertas ahora mismo las consultas

Hospital de Jove
Avda Eduardo Castro, 161 - 33212 - Gijón 

Abiertas ahora mismo las consultas

Hospital Valle del Nalón
Barrio Polgono de Riaño - 33920 - Langreo 

Abiertas ahora mismo las consultas

C/ D
3320
Acuña
Gijón

C/ E:
Figaró
Gijón

C/ G
García
Gijón

C/ C
Anse
Azcon
Gijón

Cita

Secot

voluntariado Senior

de Asesoramiento Empresarial

+ NIJEVA CITA

MIS CITAS

MIS USUARIOS

Fundación
Vodafone

España

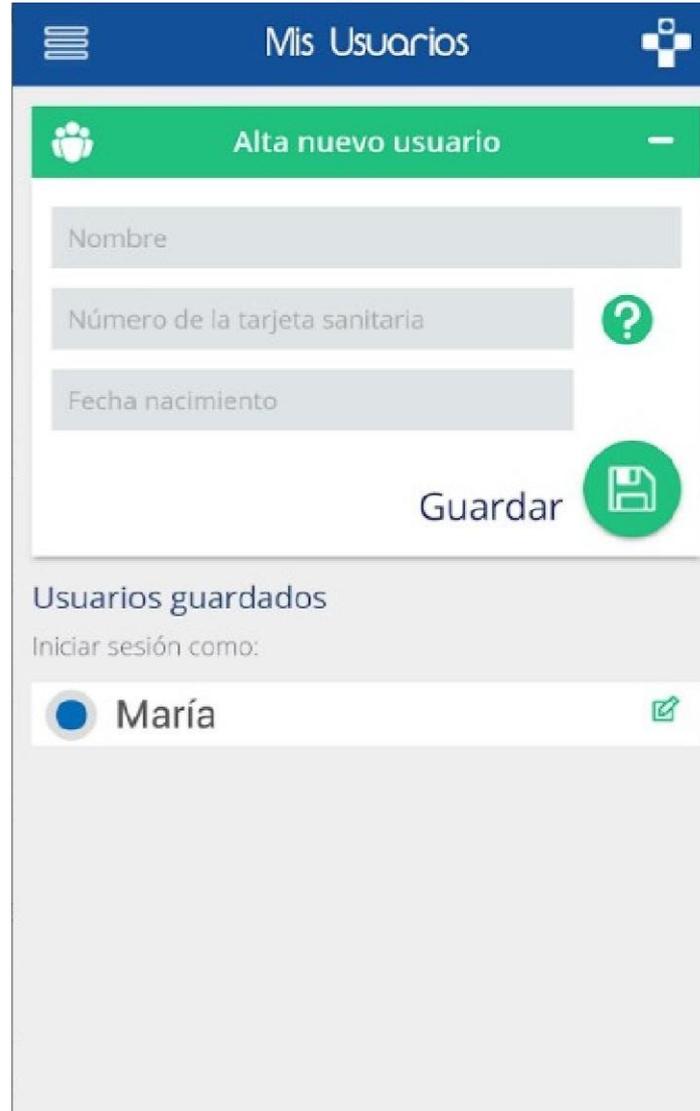
TARJETA SANITARIA



Secot

voluntariado Senior

de Asesoramiento Empresarial



Fundación
Vodafone

España

CENTROS

FARMACIAS

E NOTICIAS

[Política de Privacidad](#)

Secot

voluntariado Senior

de Asesoramiento Empresarial

 D OstUfSOLUd



Fundación
Vodafone

España

Secot

voluntariado Senior

de Asesoramiento Empresarial



NUEVACITA

MISCITAS

MISUSUARIOS

ARJETASANITARIA

CENTROS

FARMACIAS

NOTICIAS

de Privacidad

OSTurSOlud

IA MARIA

Solicitud de Cita Previa

1 Introducir DATOS 2 Seleccionar CITA 3 Confirmación de CITA

Datos del/de la Paciente
Consultando datos para **María**

Cambiar de usuario

¿Para qué profesional quieres pedir cita?

- Medicina de Familia/Pediatría
- Enfermería
- Cita simultánea Medicina de Familia/Pediatría y Enfermería

Continuar

Solicitud de Cita Previa

1 Introducir DATOS 2 Seleccionar CITA 3 Confirmación de CITA

Datos del/de la Paciente
OS FERNANDEZ

Datos del centro de salud
C.S. LA CALZADA

La primera cita disponible es la siguiente:

fecha	hora
04/04/2017	11:35

Profesional: Enfermería
Nombre: 2 RU DO, ANA MARIA

Aceptar

Si no estás conforme, selecciona otro tramo horario:

Desde a Hasta Consultar



Fundación
Vodafone

Secot

voluntariado Senior

de Asesoramiento Empresarial

España

Asturias 1 1 2



Servicio de Emergencias del Principado de Asturias★ ★*
Estilo de vida
PEG13

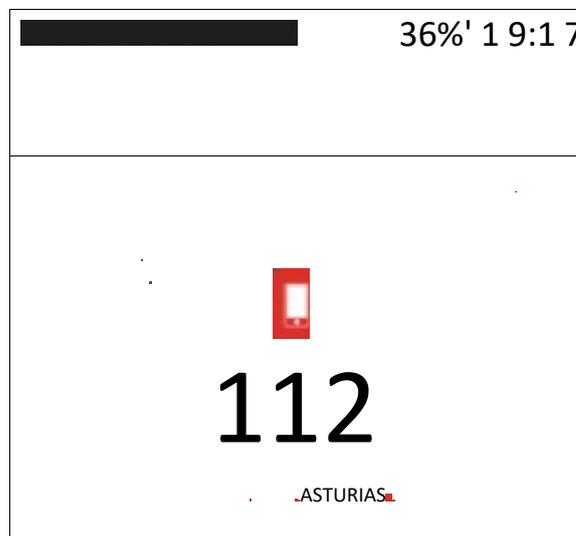
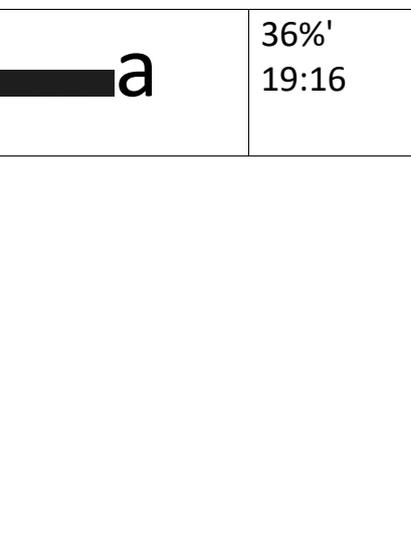
11 👤

Añadir la lista de deseos

Instalar



Con esta aplicacibn podrás comunicar cualquier tipo de alerta El Servicio de Emergencias, de una manera precata'ogada, consiguiendo que los agentes del servicio tengan información del tipo de incidencia de manera predeterminada.



España

