

BF511 (HBF-511T-E/HBF-511B-E) Monitor pentru determinarea compoziției corporale

• Manual de instrucțiuni

RO

Vă mulțumim pentru achiziționarea monitorului OMRON pentru determinarea compoziției corporale.

Înainte de prima utilizare a acestei unități, vă rugăm să citiți cu atenție acest Manual de instrucțiuni și să utilizați unitatea în mod corespunzător și în deplină siguranță.

Vă rugăm să păstrați acest Manual de instrucțiuni la îndemână pentru consultări viitoare.

BF511(HBF-511T-E/HBF-511B-E) Monitor pentru determinarea compoziției corporale

Stimate client,

Vă mulțumim că ați achiziționat acest monitor de înaltă calitate pentru determinarea compoziției corporale OMRON. Cu acest dispozitiv medical, veți avea posibilitatea de a măsura cu precizie următorii parametri ai compoziției corporale și de a interpreta imediat rezultatele:

- Țesut adipos (în %)
- Țesut adipos visceral (până la 30 de niveluri)
- Indice de masă corporală (IMC)
- Mușchi scheletici (în %)

În plus, calcularea ratei metabolismului bazal (în kcal) determină necesarul zilnic de calorii și poate fi utilizată ca referință în cadrul unui program de scădere în greutate.

Tehnologia unică OMRON cu 8 senzori cu utilizarea ambelor mâini și picioare reprezintă una dintre cele mai precise metode de măsurare la nivelul întregului corp.

Monitorul pentru determinarea compoziției corporale OMRON BF511 este adecvat pentru copiii de vârste începând de la 6 ani și peste și pentru adulți și poate cântări persoane cu greutatea de până la 150 kg. Acest aparat este destinat utilizării de către adulții care pot înțelege acest manual de instrucțiuni.



Citiți cu atenție acest manual de instrucțiuni înainte de utilizare, precum și pentru informații suplimentare privind fiecare funcție în parte.

Vă rugăm să păstrați acest manual în vederea consultării ulterioare. Nu utilizați acest aparat în alte scopuri decât cele specificate în acest manual.

Cuprins

Înainte de utilizarea aparatului

Note referitoare la siguranță	2
Informații privind compoziția corporală	3

Instrucțiuni de utilizare

1. Cunoașterea aparatului	5
2. Introducerea și înlocuirea bateriilor	5
3. Setarea și stocarea în memorie a datelor personale	6
4. Efectuarea unei măsurători	8
5. Măsurarea exclusivă a greutății	12




Întreținerea

6. Afișarea erorilor	13
7. Identificarea și rezolvarea problemelor	13
8. Întreținerea și depozitarea aparatului	14
9. Date tehnice	15

RO

Note referitoare la siguranță

Simbolurile utilizate și definițiile aferente sunt următoarele:

 Pericol:	Utilizarea incorectă poate cauza situații periculoase, ducând la leziuni corporale grave sau chiar la deces.
 Avertisment:	Utilizarea incorectă poate cauza leziuni corporale grave sau chiar decesul.
 Atenție:	Utilizarea incorectă cauza leziuni corporale sau pagube materiale.

Pericol:

Nu utilizați niciodată acest aparat în combinație cu aparate medicale electronice precum:

- (1) Implanturile electronice medicale cum ar fi stimulatoarele cardiace.
- (2) Echipamentele electronice pentru menținerea funcțiilor vitale, cum ar fi inima artificială sau plămânii artificiali.
- (3) Dispozitive medicale electronice portabile, cum ar fi un electrocardiograf.



Acest aparat poate cauza funcționarea defectuoasă a aparatelor și echipamentelor menționate, generând riscuri considerabile privind sănătatea utilizatorilor.

Avertisment:

- Nu începeți niciodată o cură de slăbire sau o terapie bazată pe exerciții fizice fără a beneficia de asistența unui medic sau a unui specialist.
- Nu utilizați aparatul pe suprafețe alunecoase, cum ar fi o podea umedă.
- Nu lăsați aparatul la îndemâna copiilor. Acesta conține piese mici care pot reprezenta un pericol de asfixiere dacă sunt înghițite de copii.
- Cablul unității de afișare ar putea cauza strângularea accidentală în cazul sugarilor.
- Nu faceți mișcări bruște atunci când vă urcați pe aparat sau când vă aflați pe acesta.
- Nu utilizați aparatul atunci când aveți corpul și/sau picioarele umede, de exemplu, nu utilizați aparatul după ce faceți baie.
- Stați în picioare, cu tălpile goale, pe aparat. Nu purtați șosete atunci când utilizați aparatul; în caz contrar, puteți aluneca.
- Nu pășiți pe marginea aparatului sau pe zona de afișare.
- Persoanele invalide sau cu debilitate fizică trebuie să beneficieze de ajutorul altei persoane la fiecare utilizare a aparatului. Când pășiți pe aparat, utilizați o bară de sprijin sau un obiect asemănător.
- Dacă electrolitul bateriei intră în contact cu ochii, clătiți imediat cu multă apă curată. Consultați imediat un medic.
- În cazul funcționării defectuoase, aparatul se poate înfierbânta.

Zonele în care temperatura ar putea să crească:

- (1) Zona din jurul compartimentului pentru baterii: 105 °C (max.)
- (2) Electrozii și butoanele de acționare: 48 °C (max.)

Dacă dispozitivul se defectează și nu mai funcționează, încetați imediat utilizarea acestuia. Nu aplicați electrozii și nu mai atingeți butoanele de acționare timp de cel puțin 10 minute.

Atenție:

- Acest aparat este destinat exclusiv uzului casnic. Aparatul nu este destinat uzului profesional în spitale sau alte unități medicale.
- Nu demontați, nu reparați și nu modificați unitatea de afișare sau aparatul.

- În timpul măsurării, asigurați-vă că nu se află niciun telefon mobil sau orice alt tip de dispozitiv electric, care emite câmpuri electromagnetice, la 30 de cm de acest aparat. Acest lucru poate avea drept rezultat funcționarea incorectă a dispozitivului și/sau poate determina citirea unor valori inexacte.
- Procedați cu atenție atunci când manipulați unitatea de afișare. Dacă apăsați prea tare aparatul, vă puteți prinde degetele între mânerul acesteia și aparat.
- Nu utilizați baterii care nu sunt recomandate pentru acest aparat. Nu montați bateriile cu polaritățile inversate.
- Înlocuiți imediat bateriile uzate cu baterii noi.
- Nu aruncați bateriile în foc.
- Dacă electrolitul din baterii intră în contact cu pielea sau cu îmbrăcămintea, clătiți imediat cu multă apă curată.
- Îndepărtați bateriile atunci când aparatul nu va fi utilizat pe o perioadă mai lungă de timp mai îndelungată (aproximativ trei luni sau mai mult).
- Nu combinați baterii care nu sunt de același tip.
- Nu combinați baterii vechi cu baterii noi.
- Înainte de a păși pe aparat, îndepărtați unitatea de afișare de pe acesta. În cazul în care încercați să ridicați unitatea de afișare în timp ce pășiți pe aparat, vă puteți pierde echilibrul.

Recomandare generală:

- Nu amplasați acest aparat pe o suprafață de pardoseală capotonată, de exemplu, cu un covor sau preș. Este posibil ca măsurătorile corecte să fie imposibile în acest caz.
- Nu așezați acest aparat în medii cu un grad de umiditate ridicat și protejați-l împotriva împrăscării cu apă.
- Nu amplasați acest aparat în apropierea surselor de căldură sau dedesubtul aparatelor de aer condiționat și evitați expunerea acestuia la lumina directă a soarelui.
- Nu utilizați acest aparat în alte scopuri decât cele specificate în acest manual.
- Nu trageți cu forță de cablul unității de afișare atașate la aparat.
- Deoarece acest aparat este un instrument de precizie, nu îl scăpați, nu îl supuneți la vibrații sau la șocuri puternice.
- Îndepărtarea bateriilor uzate trebuie efectuată în conformitate cu reglementările naționale privind îndepărtarea bateriilor.
- Nu spălați cu apă unitatea de afișare sau aparatul.
- Nu ștergeți aparatul utilizând benzen, gazolină, diluant, alcool sau alți solvenți volatili.
- Nu amplasați acest aparat în locuri în care poate fi expus la substanțe chimice sau vapori corozivi.
- Utilizați bateria în cadrul perioadei recomandate specificate pe aceasta.

Citiți și respectați indicațiile din cadrul capitolului „Informații importante cu privire la compatibilitatea electromagnetică (CEM)” din secțiunea Date tehnice.

Informații privind compoziția corporală

Principiul de calcul al compoziției corporale

Țesutul adipos are o conductibilitate electrică mică

Aparatul BF511 măsoară procentul de țesut adipos prin metoda analizei impedanței bioelectrice (IB). Mușchii, vasele sanguine și oasele sunt țesuturi ale corpului cu un conținut ridicat de apă care conduc cu ușurință electricitatea. Țesutul adipos are o conductibilitate electrică mică. Aparatul BF511 trimite prin corpul dumneavoastră un curent electric extrem de slab, de 50 kHz și mai puțin de 500 μA, pentru a determina cantitatea de țesut adipos. Acest curent electric slab nu este simțit în timp ce utilizați aparatul BF511.

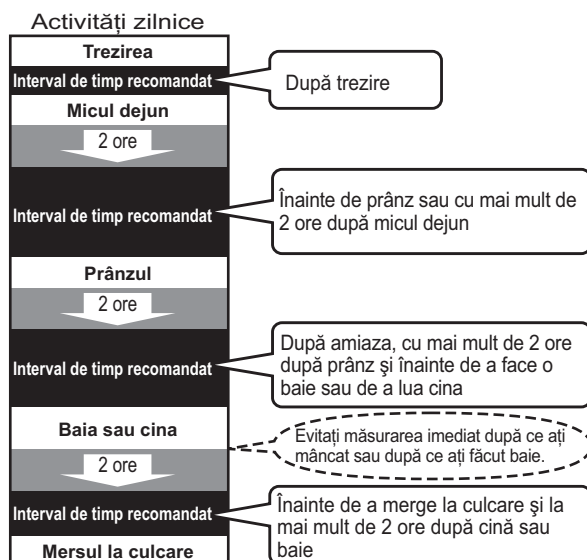
În vederea determinării compoziției corporale, aparatul utilizează impedanța electrică, împreună cu informațiile despre înălțimea, greutatea, vârsta și sexul dumneavoastră pentru a genera rezultate pe baza datelor introduse de OMRON privitoare la compoziția corporală.

Aparatul efectuează măsurătorile la nivelul întregului corp pentru a evita influența fluctuațiilor

Pe parcursul unei zile, cantitatea de apă din corp are tendința de a se deplasa treptat către membrele inferioare. Acesta este motivul pentru care seara și noaptea se manifestă tendința de umflare a picioarelor și gleznelor. Cantitățile de apă din partea superioară și inferioară a corpului au valori diferite dimineața și seara, ceea ce înseamnă că impedanța electrică a corpului variază și ea. Deoarece, pentru efectuarea măsurătorilor, BF511 utilizează atât electrozi pentru mâini, cât și electrozi pentru picioare, aparatul poate reduce influența acestor fluctuații asupra rezultatelor măsurătorilor.

Perioadele recomandate pentru efectuarea măsurătorilor

Înțelegerea modificărilor normale ale procentului de țesut adipos din corpul dumneavoastră vă poate ajuta la prevenirea sau reducerea obezității. Conștientizarea perioadelor în care procentul de țesut adipos se modifică în cadrul programului dumneavoastră zilnic vă va ajuta la stabilirea cu precizie a tendinței de evoluție a acestui tip de țesut. Se recomandă utilizarea acestui aparat în același mediu și în aceleași circumstanțe zilnice. (Consultați diagrama)



Evitați efectuarea de măsurători în următoarele condiții:

- Imediat după exerciții fizice intense, după baie sau saună.
- După ce ați băut alcool sau o cantitate mare de apă, după masă (așteptați circa 2 ore).

În cazul în care o măsurătoare este efectuată în aceste condiții fizice, compoziția corporală calculată poate diferi în mod semnificativ de procentul real, din cauza modificării conținutului de apă din corp.

Ce este IMC (indicele de masă corporală)?

IMC (afișat pe aparat ca BMI – body mass index) utilizează următoarea formulă simplă pentru a indica raportul dintre greutatea și înălțimea unei persoane.

$$\text{IMC} = \text{greutate (kg)} / \text{înălțime (m)} / \text{înălțime (m)}$$

Aparatul OMRON BF511 utilizează informațiile despre înălțime stocate la numărul alocat profilului dumneavoastră personal sau informațiile introduse de dumneavoastră în modul Guest (Vizitator) pentru a calcula clasificarea indicelui dumneavoastră de masă corporală.

În cazul în care nivelul de țesut adipos indicat de IMC este mai mare decât standardul internațional, există un risc sporit de îmbolnăvire în cazul bolilor curente. Cu toate acestea, nu toate tipurile de țesut adipos pot fi semnalate de indicele de masă corporală.

Ce înseamnă procentul de țesut adipos?

Procentul de țesut adipos se referă la cantitatea de țesut adipos în raport cu greutatea corporală totală, exprimată în procente.

$$\text{Procentul de țesut adipos (\%)} = \left\{ \frac{\text{Masa de țesut adipos (kg)}}{\text{Greutatea corporală (kg)}} \right\} \times 100$$

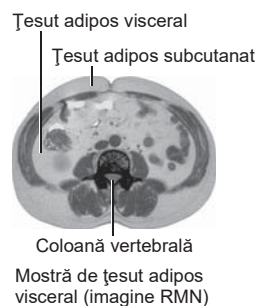
Aparatul utilizează metoda IB pentru a estima procentul de țesut adipos din corpul dumneavoastră.

În funcție de zonele corpului în care este distribuit țesutul adipos, acesta este clasificat ca țesut adipos visceral și țesut adipos subcutanat.

Ce este nivelul de țesut adipos visceral?

Țesut adipos visceral = țesutul adipos care înconjoară organele interne

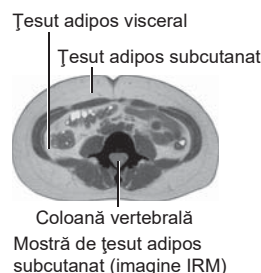
Se consideră că o cantitate prea mare de țesut adipos visceral este strâns legată de nivelul crescut de lipide din sânge, ceea ce poate duce la apariția unor boli curente, precum hiperlipidemia și diabetul, fapt care afectează capacitatea insulinei de a transfera energie din circuitul sanguin în celule pentru a fi utilizată în procesele celulare. Pentru a preveni apariția bolilor curente sau pentru a ameliora starea de sănătate a pacienților afectați de aceste boli, este important ca nivelul de țesut adipos visceral să fie redus la o valoare acceptabilă. Persoanele cu nivel ridicat de țesut adipos visceral prezintă tendința de a avea o circumferință abdominală mare. Totuși, această tendință nu se manifestă întotdeauna, iar nivelul ridicat de țesut adipos visceral pot conduce la o obezitate metabolică (fără creștere excesivă a greutateii, dar cu o creștere a nivelului insulinei și al glicemiei). Obezitatea metabolică (obezitatea viscerală în condițiile unei greutate corporale normale) se caracterizează prin niveluri de țesut adipos mai ridicate față de medie, chiar dacă greutatea corporală a persoanei respective se încadrează în standardul pentru înălțimea sa.



Ce este țesutul adipos subcutanat?

Țesut adipos subcutanat = țesutul adipos situat sub piele

Țesutul adipos subcutanat nu se acumulează numai în jurul abdomenului, ci și în jurul părții superioare a brațelor, al șoldurilor și al coapselor, putând provoca deformarea proporțiilor corpului. Cu toate că nu este direct legat de un risc crescut de îmbolnăvire, se consideră că acest tip de țesut duce la creșterea presiunii suportate de inimă, precum și la alte complicații. Țesutul adipos subcutanat nu este afișat de acest aparat, dar este inclus în procentul de țesut adipos.



Ce sunt mușchii scheletici?

Mușchii sunt de două tipuri: mușchi ai organelor interne (mușchi involuntari), cum ar fi mușchiul cardiac, și mușchii scheletici, care fixați pe oase și sunt utilizați pentru mișcarea corpului. Mușchii scheletici se pot dezvolta prin intermediul exercițiilor fizice și al altor activități.

Creșterea masei musculare scheletice înseamnă o capacitate sporită a corpului de a arde mai ușor energia, reducându-se probabilitatea de acumulare de țesut adipos și facilitându-se păstrarea unui stil de viață energetic.

Ce este metabolismul bazal?

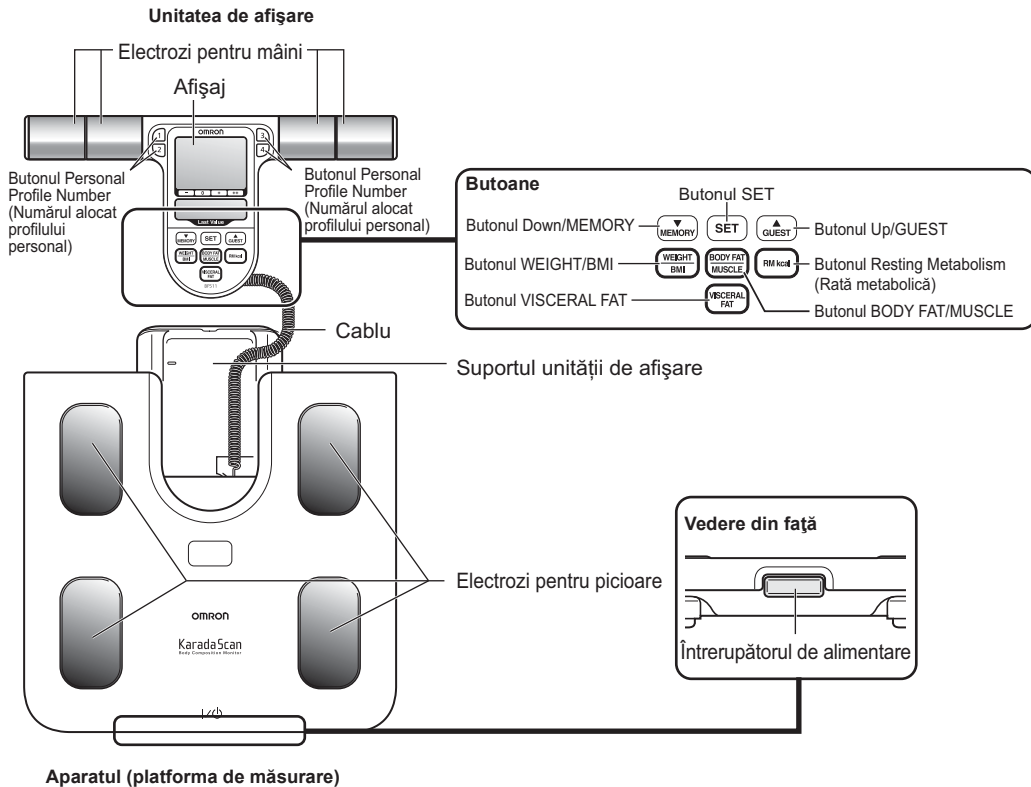
Indiferent de nivelul dumneavoastră de activitate, este necesar un nivel minim de aport caloric pentru a susține funcțiile vitale ale corpului. Fiind cunoscut și sub denumirea de metabolism bazal, acesta indică aportul de calorii de care aveți nevoie

pentru a avea suficientă energie pentru asigurarea funcționării corpului dumneavoastră.

Motivul pentru care rezultatele calculate ar putea să difere de procentul de țesut adipos efectiv

Procentul de țesut adipos măsurat de acest aparat poate diferi semnificativ de cel efectiv în situațiile următoare:
Persoane în vârstă (peste 81 de ani) / Persoane cu febră / Culturiști sau atleți antrenați / Pacienți supuși dializei / Pacienți cu osteoporoză, care au o densitate foarte redusă a oaselor / Femei însărcinate / Persoane care prezintă edeme
Aceste diferențe pot fi legate de raporturile schimbătoare ale lichidelor corporale și/sau a compoziției corporale.

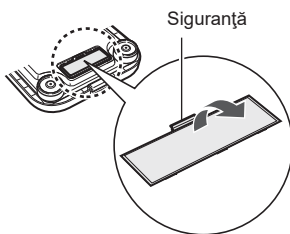
1. Cunoașterea aparatului



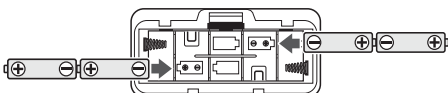
2. Introducerea și înlocuirea bateriilor

1. Deschideți capacul compartimentului pentru baterii aflat în partea din spate a aparatului.

- 1) Apăsați siguranța compartimentului pentru baterii pentru a debloca capacul acestuia.
- 2) Trageți în sus capacul, în modul indicat în imagine.




2. Introduceți bateriile respectând polaritatea corectă indicată de marcajul din interiorul compartimentului pentru baterii.



3. Închideți capacul compartimentului pentru baterii.

Durata de viață a bateriilor și înlocuirea acestora

La afișarea indicatorului de nivel scăzut de încărcare a bateriilor (), înlocuiți toate cele patru baterii cu baterii noi.

Datele stocate în memorie se păstrează chiar dacă bateriile sunt îndepărtate.

- Înlocuiți bateriile numai după oprirea alimentării cu energie a aparatului.
- Îndepărtarea bateriilor uzate trebuie efectuată în conformitate cu reglementările naționale privind îndepărtarea bateriilor.
- Patru baterii AA au o durată de viață de aproximativ 1 an (în cazul în care se efectuează măsurători de patru ori pe zi).
- Deoarece bateriile livrate împreună cu aparatul servesc numai pentru a testa funcționarea aparatului, acestea pot avea o durată de viață mai scurtă.

3. Setarea și stocarea în memorie a datelor personale

Pentru măsurarea compoziției corporale, este necesar să vă înregistrați datele personale (vârsta, sexul, înălțimea).

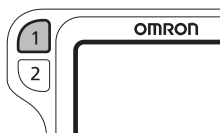
1. Porniți alimentarea cu energie a aparatului.



Indicația „CAL” este afișată intermitent pe afișaj, apoi afișajul comută la „0.0 kg”.

* Așteptați afișarea valorii „0.0 kg”.

2. Apăsăți butonul Număr profil personal pentru a selecta numărul profilului dumneavoastră personal.



- 1) Numărul selectat este afișat intermitent.



- 2) Apăsăți butonul SET pentru confirmare.

Apoi, setarea implicită pentru vârstă va fi afișată intermitent.



3. [TO SET THE AGE] (pentru a seta vârsta)

Intervalul disponibil pentru setare: de la 6 la 80 de ani

- 1) Apăsăți butonul ▲ sau ▼ pentru a modifica vârsta.



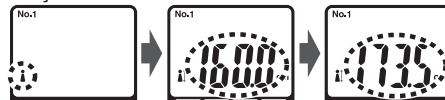
- 2) Apăsăți butonul SET pentru confirmare.

Apoi, pictogramele pentru sex vor fi afișate intermitent.



4. [TO SET THE GENDER AND HEIGHT] (pentru a seta sexul și înălțimea)

În același mod, setați sexul ♂ (MALE – masculin) sau ♀ (FEMALE – feminin) și înălțimea.



După afișarea tuturor setărilor în vederea confirmării, pe afișaj apare indicația „0.0 kg”.

Acest pas finalizează operațiunea de setare.

Selectarea unității de măsură

Puteți modifica unitățile de măsură utilizate pentru setările de înălțime și greutate.

1. Porniți alimentarea cu energie a aparatului.

Indicația „CAL” este afișată intermitent pe afișaj, apoi afișajul comută la „0.0 kg”.

Așteptați prezentarea valorii „0.0 kg” pe afișaj.

2. Mențineți apăsat butonul ▼ până la afișarea intermitentă a opțiunilor „lb” și „kg”.



3. Apăsăți butonul ▲/▼ pentru a selecta „kg” sau „lb”.

Această acțiune va determina, de asemenea, comutarea automată între „cm” și „in”.

4. Apăsăți butonul SET pentru confirmare.

Toate rezultatele măsurătorilor înălțimii și greutății vor fi afișate utilizând noile unități de măsură. Modificarea rămâne valabilă până în momentul în care efectuați o nouă schimbare.

Modificarea datelor personale

1. Porniți alimentarea cu energie a aparatului.

Indicația „CAL” este afișată intermitent pe afișaj, apoi afișajul comută la „0.0 kg”. Așteptați prezentarea valorii „0.0 kg” pe afișaj.

2. Apăsați butonul Număr profil personal pentru a selecta numărul profilului dumneavoastră personal.

- 1) Numărul dumneavoastră va fi afișat scurt, o singură dată.

- 2) Apăsați butonul SET pentru confirmare.

Apoi, setarea selectată pentru vârstă va fi afișată intermitent.



3. Cu ajutorul butonului ▲ sau ▼, modificați elementul selectat, apoi apăsați butonul SET. Afișajul va modifica pe rând vârsta, sexul și înălțimea.

Ștergerea datelor personale

1. Porniți alimentarea cu energie a aparatului.

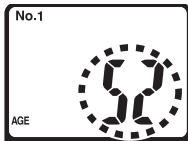
Indicația „CAL” este afișată intermitent pe afișaj, apoi afișajul comută la „0.0 kg”. Așteptați prezentarea valorii „0.0 kg” pe afișaj.

2. Apăsați butonul Număr profil personal pentru a selecta numărul profilului dumneavoastră personal.

- 1) Numărul dumneavoastră va fi afișat scurt, o singură dată.

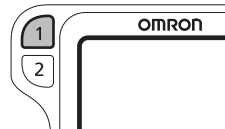
- 2) Apăsați butonul SET pentru confirmare.

Apoi, setarea selectată pentru vârstă va fi afișată intermitent.

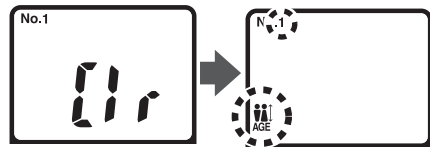


3. Ștergeți datele personale.

Mențineți apăsat butonul Număr profil personal timp de peste două secunde.



Pe afișaj apare indicația „Clr” (ștergere), iar datele personale sunt șterse din memorie.

**Înterupătorul de alimentare**

Alimentarea cu energie a aparatului se va întrerupe automat în oricare dintre următoarele situații:

1. În cazul în care monitorul nu este utilizat în interval de un minut din momentul în care pe afișaj apare indicația „0.0 kg”.
2. În cazul în care nicio informație nu este introdusă timp de 5 minute în timpul introducerii datelor personale.
3. În cazul în care monitorul nu este utilizat timp de 5 minute după afișarea rezultatelor măsurătorii.
4. După cinci (5) minute de la afișarea rezultatului măsurătorii, în cazul în care se măsoară numai greutatea.

4. Efectuarea unei măsurători

Măsurătorile trebuie efectuate pe o suprafață orizontală solidă.

1. Porniți alimentarea cu energie a aparatului.

Indicația „CAL” este afișată intermitent pe afișaj, apoi afișajul comută la „0.0 kg”.



* Dacă pașiți pe aparat înainte de afișarea valorii „0.0 kg”, va fi afișat un mesaj de eroare („Err”).

2. Îndepărtați unitatea de afișare după afișarea valorii „0.0 kg”.

Notă: Nu îndepărtați unitatea de afișare înainte de afișarea valorii „0.0 kg”. În caz contrar, greutatea unității de afișare va fi adăugată la greutatea dumneavoastră corporală, generând un rezultat incorect.

3. Selectați numărul alocat profilului dumneavoastră personal.

Apăsați butonul Număr profil personal în timp ce mențineți în poziție unitatea de afișare. Numărul selectat va fi afișat după ce se va aprinde scurt o singură dată.

În cazul în care este prezent următorul afișaj:



Datele dumneavoastră personale nu sunt stocate la numărul selectat pentru profilul dumneavoastră personal. Pentru informații privind stocarea în memorie a datelor personale, consultați secțiunea 3.

Dacă datele dumneavoastră personale nu sunt stocate în memoria aparatului (modul GUEST – vizitator):

- 1) Apăsați butonul GUEST în timp ce țineți unitatea de afișare.
- 2) Pe afișaj apare indicația „G” pentru GUEST (VIZITATOR).
- 3) Setati datele dumneavoastră personale (vârsta, sexul și înălțimea). Citiți indicațiile de la pasul 3 la pasul 4 în secțiunea 3, Setarea și stocarea în memorie a datelor personale.

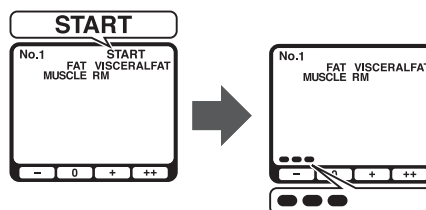
4. Începeți măsurătoarea.

- 1) Pașiți pe aparat și amplasați tălpile pe electrozii pentru picioare, cu greutatea corpului distribuită uniform pe platforma de măsurare.



Afișajul va indica greutatea dumneavoastră; valoarea măsurată va fi afișată scurt de două ori. Aparatul va iniția măsurarea procentului de țesut adipos, a nivelului de țesut adipos visceral, a procentului de mușchi scheletici, IMC și a metabolismului bazal.

- 2) Atunci când pe afișaj apare indicația „START”, întindeți brațele drept, la un unghi de 90° față de corp.

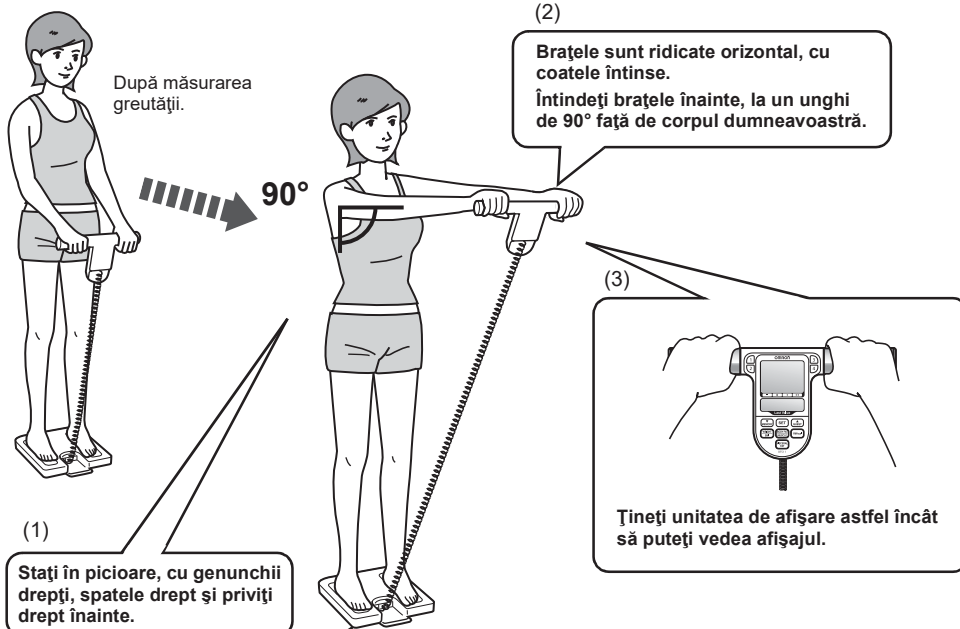


În partea de jos a afișajului vor apărea treptat, de la stânga la dreapta, indicatorii barei care indică progresul măsurătorii.

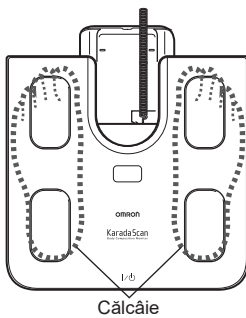
- 3) După finalizarea măsurătorii, este afișată din nou greutatea dumneavoastră. În acest moment, puteți coborî de pe aparat.



Poziția corectă a corpului pentru efectuarea măsurătorii

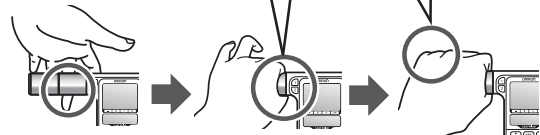


Pășii cu tălpile goale pe aparat.



- Asigurați-vă că fiecare călcăie este poziționat după cum este indicat. Stați în picioare, cu greutatea corpului distribuită uniform pe platforma de măsurare.

Apăsați ferm palmele pe electrozii pentru mâini.



Amplasați degetele mijlocii în adâncitura de pe partea din spate a electrozilor pentru mâini.

Cu degetul mare și degetul arătător, prindeți ferm partea interioară a electrozilor pentru mâini.

Cu degetul inelar și degetul mic, prindeți partea exterioră a electrozilor pentru mâini.

Poziții ale corpului care trebuie evitate în timpul măsurătorii

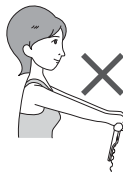
Mișcarea în timpul efectuării măsurătorii



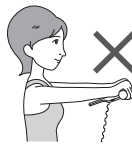
Brațele îndoite



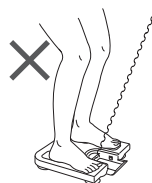
Brațele prea coborâte sau prea ridicate



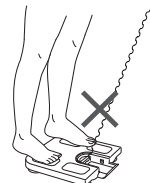
Afișajul orientat în sus



Genunchii îndoșiți

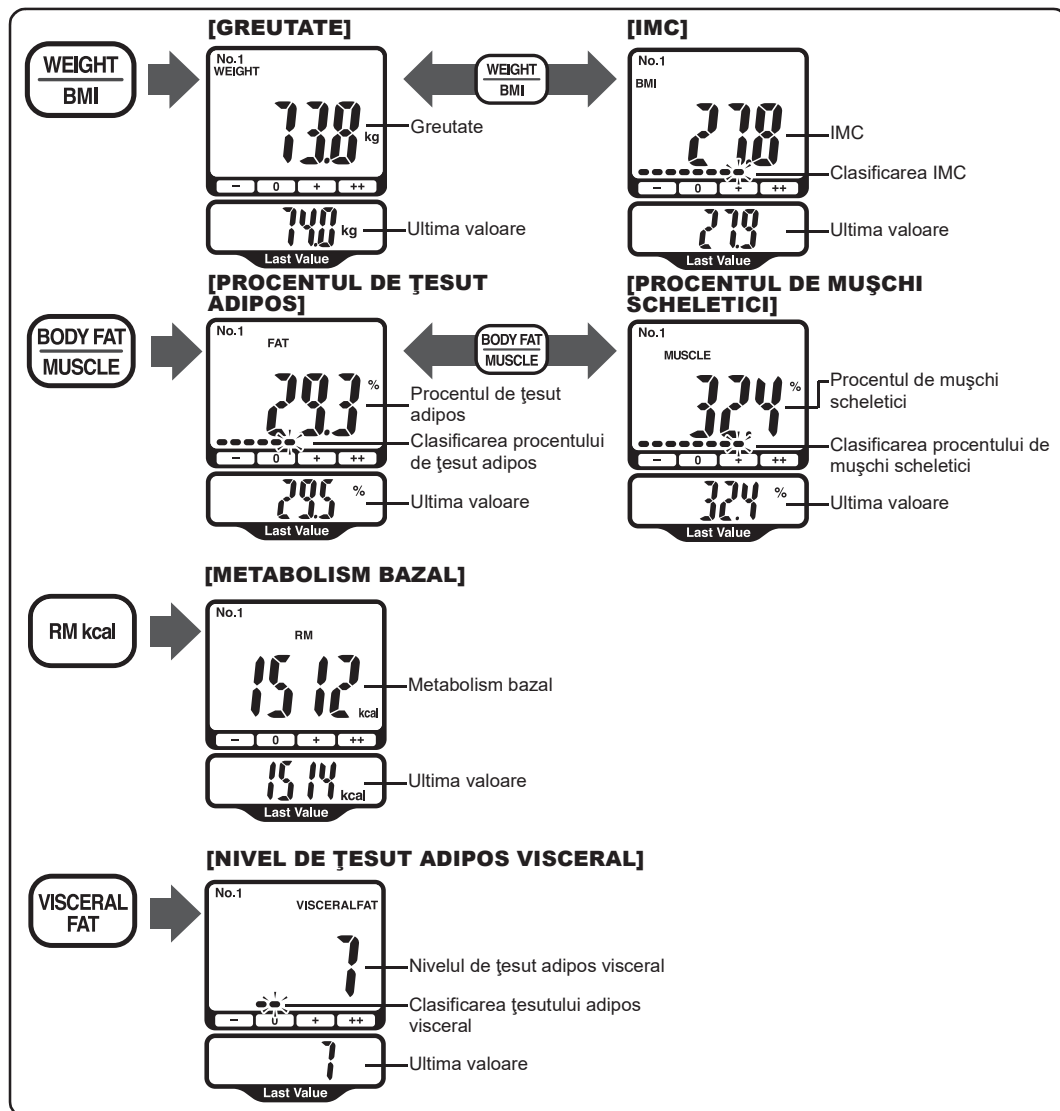


Statul pe marginea aparatului



5. Verificarea rezultatelor măsurătorii

Apăsați butonul corespunzător pentru a vizualiza rezultatele măsurătorii dorite. Ultimele valori ale măsurătorii anterioare sunt prezentate în secțiunea Last Value (Ultima valoare) de pe afișaj.



Notă: Pentru copii (cu vârsta de la 6 până la 17 ani), acest aparat afișează greutatea, clasificarea procentului de țesut adipos, procentul de mușchi scheletici, IMC, clasificarea IMC și metabolismul bazal.

Interpretarea rezultatului pentru procentul de țesut adipos

Tabelul de mai jos se bazează pe cercetările efectuate și publicate de HD McCarthy și alții, în „International Journal of Obesity”, vol. 30, 2006, și de Gallagher și alții., în „American Journal of Clinical Nutrition”, vol. 72, sept. 2000, și clasificat pe patru niveluri de Omron Healthcare.

Sex	Vârsta	- (Scăzut)	0 (Normal)	+ (Ridicat)	++ (Foarte ridicat)
Feminin	6	< 13,8%	13,8 - 24,9%	25,0 - 27,0%	≥ 27,1%
	7	< 14,4%	14,4 - 27,0%	27,1 - 29,6%	≥ 29,7%
	8	< 15,1%	15,1 - 29,1%	29,2 - 31,9%	≥ 32,0%
	9	< 15,8%	15,8 - 30,8%	30,9 - 33,8%	≥ 33,9%
	10	< 16,1%	16,1 - 32,2%	32,3 - 35,2%	≥ 35,3%
	11	< 16,3%	16,3 - 33,1%	33,2 - 36,0%	≥ 36,1%
	12	< 16,4%	16,4 - 33,5%	33,6 - 36,3%	≥ 36,4%
	13	< 16,4%	16,4 - 33,8%	33,9 - 36,5%	≥ 36,6%
	14	< 16,3%	16,3 - 34,0%	34,1 - 36,7%	≥ 36,8%
	15	< 16,1%	16,1 - 34,2%	34,3 - 36,9%	≥ 37,0%
	16	< 15,8%	15,8 - 34,5%	34,6 - 37,1%	≥ 37,2%
	17	< 15,4%	15,4 - 34,7%	34,8 - 37,3%	≥ 37,4%
	18 - 39	< 21,0%	21,0 - 32,9%	33,0 - 38,9%	≥ 39,0%
	40 - 59	< 23,0%	23,0 - 33,9%	34,0 - 39,9%	≥ 40,0%
60 - 80	< 24,0%	24,0 - 35,9%	36,0 - 41,9%	≥ 42,0%	
Masculin	6	< 11,8%	11,8 - 21,7%	21,8 - 23,7%	≥ 23,8%
	7	< 12,1%	12,1 - 23,2%	23,3 - 25,5%	≥ 25,6%
	8	< 12,4%	12,4 - 24,8%	24,9 - 27,7%	≥ 27,8%
	9	< 12,6%	12,6 - 26,5%	26,6 - 30,0%	≥ 30,1%
	10	< 12,8%	12,8 - 27,9%	28,0 - 31,8%	≥ 31,9%
	11	< 12,6%	12,6 - 28,5%	28,6 - 32,6%	≥ 32,7%
	12	< 12,3%	12,3 - 28,2%	28,3 - 32,4%	≥ 32,5%
	13	< 11,6%	11,6 - 27,5%	27,6 - 31,3%	≥ 31,4%
	14	< 11,1%	11,1 - 26,4%	26,5 - 30,0%	≥ 30,1%
	15	< 10,8%	10,8 - 25,4%	25,5 - 28,7%	≥ 28,8%
	16	< 10,4%	10,4 - 24,7%	24,8 - 27,7%	≥ 27,8%
	17	< 10,1%	10,1 - 24,2%	24,3 - 26,8%	≥ 26,9%
	18 - 39	< 8,0%	8,0 - 19,9%	20,0 - 24,9%	≥ 25,0%
	40 - 59	< 11,0%	11,0 - 21,9%	22,0 - 27,9%	≥ 28,0%
60 - 80	< 13,0%	13,0 - 24,9%	25,0 - 29,9%	≥ 30,0%	

Interpretarea rezultatului pentru nivelul de țesut adipos visceral

Nivelul de țesut adipos visceral	Clasificarea nivelului
1 - 9	0 (Normal)
10 - 14	+ (Ridicat)
15 - 30	++ (Foarte ridicat)

Conform cifrelor furnizate de Omron Healthcare

Interpretarea rezultatelor pentru IMC

IMC	IMC (Stabilit de OMS)	Bara de clasificare a IMC				Valoarea IMC
		-	0	+	++	
IMC < 18,5	- (Sub greutatea normală)	■				7,0 - 10,7 10,8 - 14,5 14,6 - 18,4
18,5 ≤ IMC < 25	0 (Normal)	■■■	■■■			18,5 - 20,5 20,6 - 22,7 22,8 - 24,9
25 ≤ IMC < 30	+ (Peste greutatea normală)	■■■■■	■■■■■	■■■		25,0 - 26,5 26,6 - 28,2 28,3 - 29,9
30 ≤ IMC	++ (Obez)	■■■■■	■■■■■	■■■■■	■■■	30,0 - 34,9 35,0 - 39,9 40,0 - 90,0

Indicii mai sus menționați se referă la valorile pentru evaluarea obezității propuse de Organizația Mondială a Sănătății.

Interpretarea rezultatului pentru procentul de mușchi scheletici (pentru persoanele adulte)

Sex	Vârsta	- (Scăzut)	0 (Normal)	+ (Ridicat)	++ (Foarte ridicat)
Feminin	18-39	< 24,3%	24,3 - 30,3%	30,4 - 35,3%	≥ 35,4%
	40-59	< 24,1%	24,1 - 30,1%	30,2 - 35,1%	≥ 35,2%
	60-80	< 23,9%	23,9 - 29,9%	30,0 - 34,9%	≥ 35,0%
Masculin	18-39	< 33,3%	33,3 - 39,3%	39,4 - 44,0%	≥ 44,1%
	40-59	< 33,1%	33,1 - 39,1%	39,2 - 43,8%	≥ 43,9%
	60-80	< 32,9%	32,9 - 38,9%	39,0 - 43,6%	≥ 43,7%

Conform cifrelor furnizate de Omron Healthcare

6. După confirmarea rezultatelor, opriți alimentarea cu energie a aparatului.

Notă: Dacă uitați să opriți alimentarea, aparatul se va opri automat după 5 minute. Așezați din nou unitatea de afișare pe suportul de pe aparat conform ilustrației din secțiunea 8.

5. Măsurarea exclusivă a greutateii

1. Porniți alimentarea cu energie a aparatului.

Indicația „CAL” este afișată intermitent pe afișaj, apoi afișajul comută la „0.0 kg”.

Notă: Dacă pașiți pe aparat înainte de afișarea valorii „0.0 kg”, va fi prezentat un mesaj de eroare („Err”).



2. Pașiți pe aparat după ce apare indicația „0.0 kg” pe afișaj.

Notă: Lăsați unitatea de afișare în suportul acesteia.







3. Verificați rezultatul măsurătorii.

Greutatea dumneavoastră este afișată intermitent de două ori pentru a indica finalizarea măsurătorii.

Notă: În această etapă, puteți verifica rezultatul măsurătorii și prin scoaterea unității de afișare din suportul acesteia.

4. După finalizarea măsurătorii, coborâți de pe aparat și opriți alimentarea cu energie a aparatului.

6. Afișarea erorilor

Eroare afișată	Cauză	Rezolvare
	Palmele sau tălpile dumneavoastră nu realizează un contact ferm cu electrozii.	Apăsați ferm palmele sau tălpile pe electrozii, apoi repetați măsurătoarea. (Consultați secțiunea 4.)
	Poziția corpului pentru efectuarea măsurătorii este incorectă sau palmele/tălpile dumneavoastră nu realizează un contact ferm cu electrozii.	Efectuați măsurătoarea fără a vă mișca palmele sau tălpile. (Consultați secțiunea 4.)
	Palmele sau tălpile sunt prea uscate.	Umeziți palmele sau tălpile cu un prosop umed, apoi repetați măsurătoarea.
	Valorile compoziției corporale se află în afara intervalului măsurabil.	<ul style="list-style-type: none"> Vă rugăm să vă asigurați că setările pentru vârstă, sex și înălțime stocate în memorie ca date personale, sunt corecte. (Consultați paragraful Opțiuni de setare din secțiunea 9.) Aparatul nu poate măsura compoziția corporală în afara intervalului său de măsurare, chiar dacă setările pentru vârstă, sex și înălțime sunt corecte.
	Funcționare anormală.	Introduceți din nou bateriile și repetați măsurătoarea. Dacă această eroare persistă, consultați reprezentantul de service OMRON.
	Ați pășit pe aparat înainte ca afișajul să indice „0.0 kg”.	Pășiți pe aparat numai după ce afișajul indică „0.0 kg”.
	Ați mișcat aparatul înainte ca afișajul să indice „0.0 kg”.	Nu mișcați aparatul înainte ca afișajul să indice „0.0 kg”.
	V-ați mișcat corpul în timpul efectuării măsurătorii greutateii corporale.	Nu vă mișcați corpul în timpul efectuării măsurătorii greutateii corporale.
	Greutatea dumneavoastră este de 150 kg (330,0 lb) sau mai mare.	Greutatea corporală de 150 kg (330,0 lb) sau mai mare se află în afara intervalului de măsurare al acestui aparat. Nu puteți utiliza acest aparat.

7. Identificarea și rezolvarea problemelor

În cazul în care, în timpul măsurătorii, apar oricare dintre problemele prezentate mai jos, asigurați-vă mai întâi că nu există niciun dispozitiv electric la o distanță de 30 de cm.

Dacă problema persistă, vă rugăm să consultați tabelul de mai jos.

Problemă	Cauză	Rezolvare
Valoarea afișată pentru compoziția corporală este anormal de mare sau de mică.	Consultați „Informații privind compoziția corporală”.	
Alimentarea cu energie a aparatului se oprește după aproximativ 5 minute de la confirmarea greutateii corporale și înainte de a se măsura procentul de țesut adipos, nivelul de țesut adipos visceral, procentul de mușchi scheletici, IMC și metabolismul bazal.	Nu ați selectat numărul corect al profilului personal sau modul GUEST (vizitator). (Unitatea de afișare nu afișează numărul profilului dumneavoastră personal sau indicația „G”.)	Selectați numărul corect de profil personal sau modul GUEST. (Consultați secțiunea 4.)
La pornirea alimentării cu energie a aparatului, pe afișaj nu apare nimic.	Nu sunt introduse bateriile.	Introduceți bateriile.
	Polaritatea bateriilor nu a fost respectată.	Introduceți bateriile respectând polaritatea.
	Bateriile existente sunt uzate.	Înlocuiți toate cele patru baterii cu baterii noi. (Consultați secțiunea 2.)
	Cablul care conectează aparatul și unitatea de afișare este uzat sau deteriorat.	Contactați cel mai apropiat reprezentant de service OMRON.

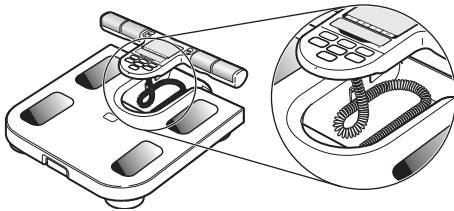
8. Întreținerea și depozitarea aparatului

Curățarea aparatului

- Aparatul trebuie să fie întotdeauna curat înainte de utilizare.
- Ștergeți aparatul utilizând o lavetă moale și uscată.
Dacă este necesar, utilizați o lavetă umezită cu apă sau detergent și stoarceți-o bine înainte de a curăța aparatul, apoi ștergeți-l cu o lavetă uscată.
- Puteți utiliza alcool denaturat pentru a curăța electrozii, dar este interzisă utilizarea acestuia pentru curățarea altor componente ale aparatului.
- Nu utilizați benzen sau diluant pentru curățarea aparatului.

Întreținerea și depozitarea

- Depozitați unitatea de afișare în aparat, în modul indicat în imagine.
- Atunci când depozitați unitatea de afișare, aveți grijă să nu îndoiiți cablul acesteia.











- Nu depozitați aparatul în:
 - Condiții de umiditate în care umezeala sau apa pot pătrunde în aparat.
 - Condiții de temperaturi ridicate, în locații expuse direct la radiațiile solare sau în locuri cu mult praf.
 - Locații expuse șocurilor sau vibrațiilor.
 - Locații în care sunt depozitate produse chimice sau unde sunt prezente gaze corozive.
- Nu efectuați personal reparațiile. Acest produs este calibrat din fabricație. Dacă nu sunteți sigur de precizia măsurătorilor, vă rugăm să contactați distribuitorul autorizat OMRON. În general, se recomandă să efectuați inspectarea dispozitivului la fiecare 2 ani, pentru a vă asigura că acesta funcționează corect și că oferă rezultate exacte.

9. Date tehnice

Categorie produs	Aparate pentru analizarea compoziției corporale
Descriere produs	Monitor pentru determinarea compoziției corporale
Model (cod)	BF511 (HBF-511T-E/HBF-511B-E)
Afișaj	<p>Greutate corporală: 0 – 150 kg, cu un increment de 0,1 kg (0,0 – 330,0 lb, cu un increment de 0,2 lb)</p> <p>Procent de țesut adipos: 5,0 – 60,0% cu increment de 0,1%</p> <p>Procent de mușchi scheletici: 5,0 – 50,0% cu increment de 0,1%</p> <p>IMC: 7,0 – 90,0 în increment de 0,1</p> <p>Metabolism bazal: 385 – 3.999 kcal, cu un increment de 1 kcal</p> <p>Nivel de țesut adipos visceral: 30 de niveluri cu increment de 1 nivel</p> <p>Clasificarea IMC: – (subponderal) / 0 (normal) / + (supraponderal) / ++ (obez) 4 niveluri cu câte 3 subniveluri fiecare</p> <p>Clasificarea procentului de țesut adipos și a procentului de musculatură scheletică: – (scăzut) / 0 (normal) / + (ridicat) / ++ (foarte ridicat) 4 niveluri cu câte 3 subniveluri fiecare</p> <p>Clasificarea nivelului de țesut adipos visceral: 0 (normal) / + (ridicat) / ++ (foarte ridicat) 3 niveluri cu câte 3 subniveluri fiecare</p> <p>Înălțime: 100,0 – 199,5 cm (3' 4" – 6' 6 3/4")</p> <p>Vârsta: de la 6 la 80 de ani</p> <p>Sex: Masculin/Feminin</p> <p>* Unități de măsurare: kg (cm) / lb (picioare•inci)</p> <p>* Intervalul de vârstă pentru procentul de țesut adipos, clasificarea procentului de țesut adipos, procentul de musculatură scheletică, IMC, clasificarea IMC și rata metabolismului bazal se încadrează între 6 și 80 de ani.</p> <p>* Intervalul de vârstă pentru nivelul de țesut adipos visceral, clasificarea nivelului de țesut adipos visceral și clasificarea procentului de musculatură scheletică se încadrează între 18 și 80 de ani.</p>
Opțiuni de setare	
Precizia de măsurare a greutății	0,0 kg – 40,0 kg: ± 0,4 kg (0,0 lb – 88,2 lb: ± 0,88 lb) 40,0 kg – 150,0 kg: ± 1% (88,2 lb – 330,0 lb: ± 1%)
Precizie (S.E.E. – eroare de estimare standard)	<p>Procent de țesut adipos: 3,5%</p> <p>Procent de mușchi scheletici: 3,5%</p> <p>Nivel de țesut adipos visceral: 3 niveluri</p>
Durată de viață	5 ani
Sursa de alimentare cu energie	4 baterii AA (R6) (Puteți utiliza și baterii alcaline AA [LR6].)
Durata de viață a bateriilor	Aproximativ 1 an (în cazul în care efectuați patru măsurători pe zi utilizând baterii cu mangan)
Temperatura/Umiditatea/ Presiunea atmosferică de funcționare	+10 – 40 °C / 30 – 85% RH (fără condensare) / 700 – 1.060 hPa
Temperatura/Umiditatea/ Presiunea atmosferică pentru depozitare și transport	-20 – 60 °C/10 – 95% RH (fără condensare)/700 – 1.060 hPa
Protecția împotriva electrocutării	Echipament EM cu alimentare electrică internă
Parte aplicată	Tip BF (electrozi pentru mâini, electrozi pentru picioare)
Clasificare IP	IP21
*Clasificarea IP reprezintă gradele de protecție conform standardului IEC 60529.	
Acest aparat este protejat împotriva obiectelor solide străine cu diametrul de 12,5 mm precum un deget sau mai mari. Acest aparat este protejat împotriva pătrunderii picăturilor de apă cu cădere verticală.	
Greutate	Aproximativ 2,2 kg (4,85 lb) (inclusiv bateriile)
Dimensiuni exterioare	<p>Unitatea de afișare: Aproximativ 300 (l) × 35 (î) × 147 mm (A) (Aproximativ 11 3/4" (l) × 1 3/8" (î) × 5 3/4" (A))</p> <p>Aparatul: Aproximativ 303 (l) × 55 (î) × 327 mm (A) (Aproximativ 11 7/8" (l) × 2 1/8" (î) × 12 7/8" (A))</p>
Conținutul ambalajului	Monitor pentru determinarea compoziției corporale, 4 baterii AA cu mangan (R6), manual de instrucțiuni, card de garanție
Notă:	<p>Specificațiile tehnice pot fi modificate fără aviz prealabil.</p> <p>Vă rugăm să raportați producătorului și autorității competente din statul membru în care locuiți incidentele grave care au avut loc folosind cu aparatul.</p>

9.Date tehnice

Descrierea simbolurilor care, în funcție de model, pot fi găsite pe produs, pe ambalajul de vânzare al produsului sau în manualul de instrucțiuni			
	Parte aplicată - Tip BF Grad de protecție împotriva electrocutării (pierdere de curent)		Limită de temperatură
IP XX	Indice de protecție împotriva factorilor externi asigurat de IEC 60529		Limită de umiditate
CE	Marcaj CE		Limită de presiune atmosferică
SN	Număr de serie		Curent continuu
	Necesitatea ca utilizatorul să consulte instrucțiunile de utilizare		Acest produs nu trebuie utilizat de persoane cu implanturi medicale, de ex. stimulatoare cardiace, inimă artificială sau plămâni artificiali, sau alte echipamente electronice pentru menținerea funcțiilor vitale.
MD	Dispozitiv medical		Data fabricației



***Eliminarea corectă a acestui aparat
(deșeurile de echipamente electrice și electronice)***

Acest marcaj prezent pe produs sau documentele asociate acestuia indică faptul că produsul nu trebuie eliminat împreună cu deșeurile menajere la sfârșitul duratei sale de viață. Pentru a preveni potențiala afectare a mediului sau a sănătății umane ca urmare a eliminării necontrolate a deșeurilor, separați acest produs de alte tipuri de deșeuri și reciclați-l în mod responsabil pentru a promova utilizarea sustenabilă a resurselor de materiale.

Utilizatorii casnici trebuie să ia legătura cu distribuitorul de la care au achiziționat produsul sau cu autoritățile locale pentru detalii cu privire la locurile și modalitățile în care acest produs poate fi returnat, în vederea unei reciclări ecologice.

Utilizatorii comerciali trebuie să contacteze furnizorul și să verifice termenii și condițiile contractului de cumpărare. Acest produs nu trebuie eliminat împreună cu alte deșeuri comerciale.



Acest produs nu conține substanțe periculoase.

Îndepărtarea bateriilor uzate trebuie efectuată în conformitate cu reglementările naționale privind îndepărtarea bateriilor

Informații importante cu privire la compatibilitatea electromagnetică (CEM)

Acest dispozitiv produs de OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. este în conformitate cu standardul EN60601-1-2:2015 privind compatibilitatea electromagnetică (CEM).

Documentația suplimentară în conformitate cu acest standard CEM este disponibilă la OMRON HEALTHCARE EUROPE, la adresa menționată în acest manual de instrucțiuni sau pe www.omron-healthcare.com

Producător 	OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. 53, Kunotsubo, Terado-cho, Muko, KYOTO, 617-0002 JAPONIA
Reprezentant pentru UE 	OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V. Scorpius 33, 2132 LR Hoofddorp, OLANDA www.omron-healthcare.com
Importator în UE	
Unitate de producție	Krell Precision (Yangzhou) Co., Ltd. No.28, Xingyang Road, Economic Development Zone, Yangzhou, Jiangsu 225009, China
Subsidiare	OMRON HEALTHCARE UK LTD. Opal Drive, Fox Milne, Milton Keynes, MK15 0DG, UK www.omron-healthcare.com
	OMRON MEDIZINTECHNIK HANDELSGESELLSCHAFT mbH Konrad-Zuse-Ring 28, 68163 Mannheim, GERMANIA www.omron-healthcare.com
	OMRON SANTÉ FRANCE SAS 3, Parvis de la Gare, 94130 Nogent-sur-Marne, FRANȚA www.omron-healthcare.com

