

## PM 250



- (E) Aplicación de medición de frecuencia cardíaca para smartphones**  
Instrucciones de uso.....2-11



## ARTÍCULOS SUMINISTRADOS

### 1 unidad de transmisión

incl. pila de botón de litio (3 V, CR2032)

### 1 correa pectoral

(que consta de una correa tensora elástica y una unidad de transmisión extraíble)

### 1 código de promoción

Código de números/letras para activar la aplicación "Runtastic PRO"



## OBSERVACIONES IMPORTANTES

Lea detenidamente estas instrucciones de uso, consérvelas y póngalas también a disposición de otras personas.

### Entrenamiento

- Este producto no es un aparato médico, sino una ayuda para el entrenamiento diseñada para medir y representar la frecuencia cardíaca humana.
- Si tiene dudas o padece alguna enfermedad, consulte a su médico cuáles son los valores relativos a la frecuencia cardíaca más alta y más baja que puede alcanzar durante el entrenamiento, así como la duración y frecuencia del mismo. Esto le permitirá obtener los mejores resultados durante el entrenamiento.
- **ATENCIÓN:** Las personas que padezcan enfermedades cardiovasculares o que lleven marcapasos no deberán utilizar este aparato sin consultar previamente a su médico.
- La correa pectoral puede tener componentes de látex. Si tras llevar la correa se le irrita o enrojece la piel, deje de utilizarla y consulte a su dermatólogo.

- Este aparato no debe ser utilizado por personas (niños incluidos) con facultades físicas, sensoriales o mentales limitadas, o con poca experiencia o conocimientos, a no ser que los vigile una persona responsable de su seguridad o que esta persona les indique cómo se debe utilizar el aparato.
- Se deberá supervisar a los niños para asegurarse de que no jueguen con el aparato.

### **Uso previsto**

- Este aparato solo está destinado al uso privado.
- Solo podrá usarse para el fin para el que ha sido diseñado y del modo indicado en las instrucciones de uso. Todo uso inadecuado puede ser peligroso. Por lo tanto, el fabricante declinará toda responsabilidad por daños y perjuicios debidos a un uso inadecuado o incorrecto.

### **Funciones y posibilidades de aplicación**

#### **NOTA**

Para la transmisión de la frecuencia cardiaca de la correa pectoral al smartphone se utiliza la tecnología *Bluetooth*<sup>®</sup> de última generación. Esto significa que el Beurer PM 250 es compatible con aparatos *Bluetooth*<sup>®</sup> smart y aparatos *Bluetooth*<sup>®</sup> smart ready. Encontrará una lista actual de los smartphones compatibles en

[www.runtastic.com/products/hrm-combo](http://www.runtastic.com/products/hrm-combo)

La correa pectoral que se incluye en el suministro es una correa pectoral “combo”, es decir, que emite dos señales: una *Bluetooth*<sup>®</sup> y otra con una frecuencia de transmisión de 5,3 kHz. Gracias a la transmisión analógica adicional de 5,3 kHz, la correa pectoral también es compatible con la mayoría de aparatos de los gimnasios y pulsímetros con transmisión analógica de señales (p. ej. PM 62).

## **Interferencias electromagnéticas**


- Pueden producirse interferencias electromagnéticas. Es imprescindible evitar campos magnéticos muy fuertes (p. ej. transformadores). De lo contrario estos pueden afectar a la transmisión. La no observación de estas indicaciones puede producir averías o dañar la unidad de transmisión.

## **Limpieza, mantenimiento y conservación**

- Antes de comenzar con la limpieza, retire la unidad de transmisión de la correa pectoral elástica.
- Limpie la correa de vez en cuando con agua corriente y séquela con cuidado con un paño suave.
- La correa puede lavarse en la lavadora a 40 °C sin suavizante. Tiéndala a continuación para que se seque. NO la seque en la secadora.
- Limpie la unidad de transmisión de vez en cuando con un paño húmedo. No la sumerja nunca en agua.
- Guarde la correa y la unidad de transmisión por separado en un lugar protegido de la luz, limpio y seco. La suciedad disminuye la elasticidad de la correa pectoral y afecta al funcionamiento de la unidad de transmisión. El sudor y la humedad pueden hacer que los sensores de la unidad de transmisión permanezcan activados, lo que acorta la duración de la pila.
- No use productos de limpieza ni disolventes abrasivos ni corrosivos.

## **Reparación, accesorios y eliminación**

- Antes de utilizar el aparato deberá asegurarse de que ni este ni los accesorios presentan daños visibles. En caso de duda no lo use y póngase en contacto con su distribuidor o con la dirección de atención al cliente indicada.
- Las reparaciones solo deben realizarlas el servicio técnico o distribuidores autorizados. ¡No intente nunca reparar el aparato usted mismo!
- Utilice el aparato únicamente con los accesorios suministrados.

- Evite el contacto con cremas solares o similares, ya que podrían dañar la impresión o las piezas de plástico.
- No exponga el aparato a la luz solar directa.
- Deseche el aparato según la Directiva europea 2002/96/CE sobre residuos de aparatos eléctricos y electrónicos (RAEE). Para más información, póngase en contacto con la autoridad municipal competente en materia de eliminación de residuos. 

### **Indicaciones acerca de las pilas**

- Sustituya siempre las pilas por otras del mismo tipo.
- Las pilas pueden resultar mortales si se ingieren. Por lo tanto, las pilas y los productos deben guardarse fuera del alcance de niños pequeños. En caso de tragarse una pila, acuda de inmediato al médico.
- Las pilas no se deben recargar ni reactivar con otros medios, no se deben abrir, tirar al fuego ni cortocircuitarse.
- No exponga nunca las pilas a un calor excesivo, como la luz del sol, el fuego o similares. Existe un alto riesgo de fugas. El incumplimiento de estas indicaciones puede dañar y, en determinadas circunstancias, causar la explosión de las pilas.
- Saque inmediatamente la pila gastada del receptor o de la correa pectoral, de lo contrario pueden producirse fugas. Evite en este caso el contacto con la piel, los ojos y las membranas mucosas. Limpie inmediatamente los lugares donde haya caído el ácido de la pila con abundante agua limpia y acuda inmediatamente a un médico. Si es necesario, limpie los contactos de la pila y también los contracontactos del aparato.
- No deseche las pilas usadas con la basura doméstica. Deséchelas a través de su distribuidor de productos electrónicos o en el punto limpio de su localidad siguiendo lo indicado por la ley.

Nota: Estos símbolos se encuentran en pilas que contienen sustancias tóxicas:

Pb= la pila contiene plomo

Cd = la pila contiene cadmio

Hg = la pila contiene mercurio



## INSTALACIÓN – PUESTA EN FUNCIONAMIENTO

### 1. Instalación de la aplicación “runtastic”

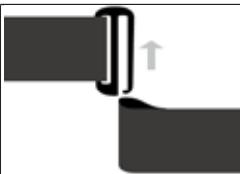
- Introduzca en **www.runtastic.com/activate** el **código de promoción** situado en la parte delantera de la tarjeta adjunta. Regístrese a continuación en la página de su cuenta de usuario de runtastic. Si todavía no dispone de cuenta, regístrese en la página.
- Abra en su smartphone la tienda de aplicaciones correspondiente (p. ej. App Store de Apple, Market o Play Store de Google).
- Cargue la **versión gratuita** de la aplicación **runtastic** en su smartphone.
- Inicie la aplicación “runtastic” y todas las **funciones PRO** (p. ej. la función de pulso) se **activarán automáticamente**.

### 2. Colocar correa pectoral

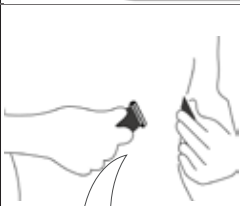
Coloque la unidad de transmisión en la correa pectoral mediante los dos corchetes.



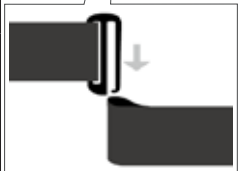
Abra en la correa pectoral el gancho del pasador.



Coloque la correa de forma que quede directamente debajo del músculo pectoral. Asegúrese de que la correa no está demasiado floja ni demasiado apretada.



Encaje el gancho de la correa en el pasador.



Coloque la correa de forma que la unidad de transmisión señale hacia fuera y la inscripción de la unidad sea visible por delante.

En los hombres la correa debería quedar debajo del músculo pectoral, tal como se muestra en el dibujo; en las mujeres directamente debajo de los senos.



## **i** NOTA

Puesto que no puede establecerse inmediatamente un contacto óptimo entre la piel y los sensores del pulso, la medición y visualización de este pueden tardar algún tiempo. Si es necesario, modifique la posición del emisor para mejorar el contacto. La transpiración debajo de la correa pectoral permite en la mayoría de los casos un contacto lo suficientemente bueno. Sin embargo, puede humedecer los puntos de contacto de la parte interior de la correa. Separe ligeramente la correa de la piel y humedezca los dos sensores con saliva, agua o gel para electrocardiogramas (de venta en farmacias). El contacto entre la piel y la correa no debe interrumpirse cuando se producen movimientos considerables de la caja torácica, como por ejemplo aspiraciones profundas. Una gran cantidad de vello en el pecho puede interferir en el contacto o incluso impedirlo. Coloque la correa algunos minutos antes de empezar el entrenamiento para que alcance la temperatura corporal y el contacto sea óptimo.

### **3. Activar medición del pulso**

#### **3.1 Medición del pulso con smartphone**

- Active en su smartphone la función *Bluetooth*<sup>®</sup>.
- Abra la aplicación “Runtastic PRO”.
- Seleccione “Ajustes” en la barra de menús.
- Seleccione “Medición de frecuencia cardiaca”.
- Active la interfaz *Bluetooth*<sup>®</sup>. Espere hasta que se establezca la conexión con la correa pectoral.

## **i** NOTA

La duración de la pila de la unidad de transmisión es de aprox. un año si se usa una hora al día. Si la transmisión entre la unidad de transmisión y la correa pectoral deja de funcionar, cambie la pila tal como se describe en el apartado “Cambio de pila de la unidad de transmisión”.



### 3.2 Medición del pulso con aparatos de entrenamiento (p. ej. en el gimnasio) y pulsímetros con transmisión analógica de señales

La señal del pulso se envía tanto por *Bluetooth*<sup>®</sup> smart como por transmisión analógica de señales.

#### **i** NOTA

La medición del pulso funciona únicamente con aparatos de entrenamiento y pulsímetros analógicos que disponen de una frecuencia de transmisión no codificada de 5,3 kHz.

## CAMBIO DE PILA DE LA UNIDAD DE TRANSMISIÓN

Abra la tapa del compartimento de las pilas con una moneda. Para ello, gire la moneda en sentido contrario a las agujas del reloj.



Retire la pila de botón gastada y coloque una nueva de tipo CR2032. Asegúrese de que el polo positivo (+) señale hacia arriba y la pila quede debajo del contacto.



Vuelva a cerrar la tapa del compartimento de las pilas. Para ello, gire la moneda en el sentido de las agujas del reloj. Asegúrese de que la tapa del compartimento para las pilas esté bien cerrada para que no pueda penetrar ningún líquido en la unidad de transmisión.



## DATOS TÉCNICOS

<b><u>Unidad de transmisión</u></b> Alimentación:	1 pila de botón de litio (3 V, CR2032)
Frecuencia de transmisión de la correa a la unidad de transmisión:	<i>Bluetooth</i> ® 4.0 y 5,3 kHz <i>Bluetooth</i> ® QD ID: B019950

### **Impermeabilidad**

La unidad de transmisión y la correa están protegidas contra salpicaduras. En la siguiente tabla puede ver para qué actividades y bajo qué condiciones pueden utilizarse:

Gotas de sudor	Ducha	Baño, piscina	Deportes acuáticos
Sí	No	No	No

Este producto cumple con la Directiva europea 2004/108/CE de compatibilidad electromagnética (CEM). Póngase en contacto con el servicio técnico indicado para obtener más información, por ejemplo, la declaración de conformidad CE.



