

Avvertenze di sicurezza per batterie al litio (CR2032/CR2430):

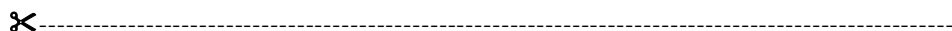
1. Le batterie al litio sono costituite da celle contenenti litio e manganese. Se si prevede di non utilizzare la bilancia per un lungo periodo di tempo, rimuovere le batterie dall'apparecchio.
2. Non aprire, gettare nel fuoco o colpire le batterie al litio, perché potrebbero sprigionarsi vapori tossici o provocare un rischio di esplosione.
3. Evitare di toccare a mani nude le celle da cui è fuoriuscito l'acido.
4. In caso di contatto con gli occhi o la pelle, lavare abbondantemente con acqua; in caso di irritazione della pelle o degli occhi, richiedere l'intervento di un medico.
5. Smaltire in base alle norme locali solo celle completamente scariche o imballate contro inversioni di polarità.
6. Per evitare un pericolo di surriscaldamento, non esporre le celle ai raggi solari diretti o a forte calore.
7. Rispettare una temperatura di stoccaggio < 40° C.

Smaltimento di apparecchi elettrici ed elettronici usati



Il simbolo sul prodotto o sulla confezione richiama l'attenzione sul fatto che questo prodotto non può essere smaltito insieme ai rifiuti domestici, ma deve essere consegnato a un centro di raccolta specializzato nel riciclaggio di apparecchi elettrici ed elettronici. Maggiori informazioni sono reperibili presso il vostro comune, le aziende di smaltimento comunali oppure il negozio dove è stato acquistato il prodotto.

Cordiali saluti
ADE (GmbH & Co.)



Certificato di garanzia: 3 anni sulla bilancia per l'analisi corporea

• Mittente	• Motivo del reclamo
_____	_____
_____	_____
_____	_____

• Data di acquisto

In caso di reclamo, vi preghiamo di restituire questo certificato insieme allo scontrino fiscale al vostro rivenditore.



Modello Barbara / BA 914 Istruzioni per l'uso



Indice

1. Come funziona la bilancia per l'analisi corporea?..Pagina 2
2. Condizioni d'impiego.....Pagina 2
3. Messa in funzione.....Pagina 3
4. Programmazione / Inserimento dei dati personali.Pagina 4
5. Funzione di pesatura (solo rilevamento del peso)..... Pagina 5
6. Analisi corporea.....Pagina 5
7. Messaggi di guastoPagina 6
8. Dati tecnici.....Pagina 7
9. Garanzia.....Pagina 7

Vi ringraziamo per aver scelto questa bilancia per l'analisi corporea di alto pregio. Prima di usare la bilancia per la prima volta, vi preghiamo di leggere attentamente questo manuale per l'uso e di conservarlo poi accuratamente, in modo che possa essere sempre facilmente consultato quando necessario.

1. Come funziona la bilancia per l'analisi corporea?

Questa nuova e rivoluzionaria bilancia è in grado di fornirle informazioni sulla sua composizione corporea dal punto di vista del peso, della percentuale di grasso corporeo %, di acqua corporea %, di massa muscolare % e di massa ossea kg. Prima di utilizzare la bilancia, è necessario inserire "una-tantum" in una delle memorie individuali i dati personali come sesso (maschile o femminile), statura ed età. Successivamente, la sua composizione corporea verrà analizzata in modo molto semplice, esattamente come quando si pesa su una bilancia tradizionale. Deve infatti solo più selezionare il tasto della sua memoria individuale e salire sulla bilancia: entro pochi secondi riceverà un'analisi delle sue condizioni attuali. Per la misurazione, viene trasmessa sul corpo un'innocua scarica elettrica che misura la resistenza. L'acqua, presente soprattutto nella muscolatura, è un buon conduttore, il grasso no. Analizzando la resistenza e tenendo conto dei dati personali memorizzati, la bilancia per l'analisi corporea è in grado di calcolare con molta precisione la sua composizione corporea.

2. Condizioni d'impiego

Se possibile, pesarsi senza vestiti e sempre a piedi nudi.

Dal momento che il corpo è soggetto a variazioni naturali (p.es. in caso di disidratazione durante la pratica di sport o dopo essere stati in una sauna, dopo aver assunto cibi o bevande), durante la misurazione occorre mantenere condizioni possibilmente costanti, in modo da poter confrontare i valori rilevati.

Pesarsi sempre alla stessa ora del giorno. Al mattino, appena svegli, l'acqua non si è ancora distribuita bene in tutto il corpo. Ciò significa che il corpo conduce meno elettricità e la resistenza è relativamente alta. Con il nostro progressivo movimento durante il giorno, l'acqua si distribuisce, la conducibilità del corpo aumenta e la resistenza e quindi la percentuale di grasso diminuiscono. Per poter determinare l'effettivo cambiamento della composizione corporea, è quindi importante misurarsi sempre alla stessa ora del giorno. Il modo più facile per rispettare questa condizione è quella di pesarsi al mattino, ¼ d'ora dopo essersi svegliati, sempre prima o sempre dopo essere andati di corpo.

Nonostante l'innocuità della corrente, la bilancia per l'analisi corporea non può essere utilizzata da portatori di pacemaker o altri impianti corporei che trasmettono frequenze! Con impianti come p.es. una placca di titanio nel ginocchio non sussiste alcun pericolo. Siccome però il metallo è un ottimo conduttore, i valori relativi al grasso

8. Dati tecnici

Portata x divisione:	max. 150 kg x 100 g
Precisione del display:	Percentuale di grasso corporeo: 0,1 %
Precisione del display:	Percentuale di acqua corporea: 0,1 %
Precisione del display:	Percentuale di massa muscolare: 0,1 %
Precisione del display:	Massa ossea: 100 g
Memorie individuali:	10
Età impostabile:	10 - 80 anni
Statura impostabile:	100 - 240 cm
Dimensioni:	circa 300 mm x 300 mm x 34 mm
Batterie:	2 x CR2032 (in dotazione)

Con riserva di modifiche tecniche

9. Garanzia

Per un periodo di 3 anni a partire dalla data di acquisto, ADE garantisce l'eliminazione gratuita (riparazione o sostituzione) di eventuali vizi riconducibili a difetti del materiale o di fabbricazione. All'atto dell'acquisto vi preghiamo di far compilare e timbrare il certificato di garanzia dal rivenditore. In caso di reclamo, restituire la bilancia insieme al certificato di garanzia al vostro rivenditore, specificando il motivo del reclamo.



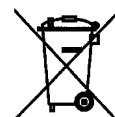
Conformità CE. Il presente apparecchio è schermato secondo la direttiva 2004/108/CE in vigore

Avvertenza: in presenza di forti influssi elettromagnetici, come quelli esercitati p.es. da un apparecchio radio che funziona nelle immediate vicinanze della bilancia, è possibile provocare un'alterazione del valore visualizzato. Al termine degli influssi elettromagnetici il prodotto è di nuovo utilizzabile regolarmente, eventualmente dopo una riaccensione.

Obbligo legale sullo smaltimento delle batterie

Non gettare le batterie insieme ai rifiuti domestici. Il consumatore è obbligato per legge a restituire le batterie usate. Le batterie usate possono essere consegnate presso i centri di raccolta pubblici del comune di residenza oppure in tutti i negozi dove vengono vendute batterie di questo tipo.

Avvertenza



Questi simboli sono riportati sulle batterie:

Li = batteria contenente litio

Al = batteria contenente alcali


Mn = batteria contenente manganese


CR (Li); A (Al, Mn); AA (Al, Mn); AAA (Al, Mn)

La percentuale di grasso corporeo non è un indicatore univoco di salute. Una condizione caratterizzata da un peso corporeo troppo alto con un'alta percentuale di grasso corporeo viene messa in relazione alla comparsa di varie malattie del benessere, come diabete, malattie cardiocircolatorie, ecc. Mancanza di movimento e alimentazione scorretta sono spesso le molle che fanno scattare queste patologie. Esiste un chiaro rapporto causale tra sovrappeso e mancanza di movimento.

La maggior parte del corpo umano è costituita da acqua. Questa acqua corporea è distribuita in maniera diversa in tutto il corpo. Un tessuto muscolare magro contiene circa il 75 % di acqua, il sangue ne contiene l'83 %, il grasso corporeo circa il 25 % e le ossa circa il 22 %.

Negli uomini, circa il 60 % della massa corporea è costituita da acqua, nelle donne circa il 55 % (a causa di una maggiore percentuale di grasso corporeo). Di tutta questa acqua corporea, circa i due terzi si trovano nelle cellule (acqua intracellulare). L'altro terzo è chiamato acqua extracellulare.

Donne 					
Età	Grasso corporeo				Acqua corporea
	Costituzion e magra	Costituzion e normale	Leggero sovrappeso	Sovrappeso	Costituzione normale
10 - 16	< 18 %	18 - 28 %	29 - 35 %	> 35 %	57 - 67 %
17 - 39	< 20 %	20 - 32 %	33 - 38 %	> 38 %	47 - 57 %
40 - 55	< 23 %	23 - 35 %	36 - 41 %	> 41 %	42 - 52 %
56 - 85	< 24 %	24 - 36 %	37 - 42 %	> 42 %	37 - 47 %

Uomini 					
Età	Grasso corporeo				Acqua corporea
	Costituzione magra	Costituzione normale	Leggero sovrappeso	Sovrappeso	Costituzione normale
10 - 16	< 10 %	10 - 18 %	19 - 23 %	> 23 %	58 - 72 %
17 - 39	< 12 %	12 - 20 %	21 - 25 %	> 25 %	53 - 67 %
40 - 55	< 13 %	13 - 21 %	22 - 26 %	> 26 %	47 - 61 %
56 - 85	< 14 %	14 - 22 %	23 - 27 %	> 27 %	42 - 56 %

Per la massa muscolare non esistono valori indicativi generali.

7. Messaggi di guasto

"Err" = Bilancia sovraccarica: è stata superata la massima capacità di 150 kg della bilancia. Rimuovere immediatamente il peso dalla bilancia, per evitare di danneggiare la cella di carico.

"LO" = Batterie esaurite: sostituire le batterie con batterie dello stesso tipo (2 x CR2032).

corporeo vengono "alleggeriti", ovvero la percentuale di grasso è più alta di quella indicata dalla bilancia. Le tendenze possono comunque essere stabilite. Il ciclo mensile delle donne influisce sul risultato della misurazione, perché le oscillazioni ormonali condizionano il bilancio idrico nel corpo. Quando nel corpo è presente molta acqua, i valori dei grassi saranno inferiori e viceversa. Durante la gravidanza non sussiste alcun pericolo per il nascituro. A causa del maggiore accumulo di acqua che si registra durante la gravidanza, i risultati subiscono però forti alterazioni tanto da essere inaccettabili.

La ditta ADE Germany non si assume alcuna responsabilità per danni o perdite derivanti dall'uso della bilancia per l'analisi corporea, né per rivendicazioni da parte di soggetti terzi. Questo prodotto è destinato esclusivamente all'uso privato. Questo prodotto non è indicato per l'uso professionale in ospedali o strutture sanitarie.

3. Messa in funzione

Avvertenze di sicurezza:

L'utilizzo di questo apparecchio non è indicato per persone (bambini inclusi) con facoltà fisiche, sensoriali o mentali limitate o prive di esperienza/conoscenze, a meno che non vengano assistite o istruite sull'uso dell'apparecchio dalle persone incaricate della loro sicurezza. Tenere l'apparecchio fuori dalla portata dei bambini.



Non utilizzabile da soggetti con impianti corporei elettronici (pacemaker, ecc.).



Posizionare la bilancia su una base piana e robusta (piastrelle, parquet, ecc.). Se la bilancia viene posizionata sulla moquette o su un tappeto, possono verificarsi errori di misurazione.



Attenzione! Pericolo di scivolare con piatto o piedi bagnati.



Evitare la caduta di oggetti sulla bilancia, altrimenti il vetro potrebbe frantumarsi.



Pulire la bilancia solo con un panno umido. Evitare l'uso di prodotti solventi o abrasivi. Non immergere la bilancia in acqua.

Preparativi

Aprire il coperchio del vano batterie nella parte inferiore della bilancia e inserire le batterie in dotazione (2 x CR2032). Rispettare la corretta polarità (+/-).

Nella parte inferiore della bilancia, alla destra del vano batterie, si trova un piccolo pulsante per l'impostazione dell'unità di misura (kg = chilogrammi / lb = libbre / st:lb = stone:libbre). Accertarsi che l'unità di misura della bilancia sia correttamente impostata.

4. Programmazione / Inserimento dei dati personali

Prima di iniziare a usare la bilancia, è necessario inserire e salvare nelle memorie da P0 a P9 (per 10 persone) i dati personali come sesso (femminile o maschile), età e statura. La bilancia dispone di tasti sensor touch ad alta sensibilità. I tasti a sfioramento si trovano sotto al display. Per inserire i dati personali utilizzare i tasti: SET (tasto di accensione/OK), ▼ (tasto più), ▲ (tasto meno) e seguire le istruzioni in basso:

1. Sfiocare leggermente il tasto SET. Sul display lampeggia la scritta "P0". Per selezionare la memoria desiderata (P0 - P9), sfiorare il tasto ▲ o ▼ e memorizzare la scelta sfiorando il tasto SET.
2. Una volta scelta la memoria (p.es. memoria P3), lampeggia il simbolo del sesso. Per selezionare il sesso (♂ maschile o ♀ femminile), sfiorare il tasto ▲ o ▼ e confermare la scelta sfiorando il tasto SET.
3. Una volta inserito il sesso, sul display lampeggia il valore dell'età (default: age 30). Per inserire la propria età, sfiorare il tasto ▲ o ▼ e memorizzare la scelta sfiorando il tasto SET.
4. Una volta inserita l'età (p.es. age 45), sul display lampeggia il valore della statura (default: 170 cm). Per inserire la propria età, sfiorare il tasto ▲ o ▼ e memorizzare la scelta sfiorando il tasto SET.

Una volta concluso l'inserimento dei dati, sul display vengono visualizzati ancora una volta i valori specificati e la bilancia ritorna a "0.0 kg". A questo punto la bilancia è pronta per effettuare l'analisi corporea. Se non viene rilevata alcuna attività, la bilancia si spegne automaticamente dopo alcuni secondi. I suoi dati personali sono stati memorizzati.

Se entro 2 secondi dall'inserimento dei dati della prima persona viene sfiorato il tasto ▲ o ▼, è possibile inserire direttamente i dati delle altre persone che usano la bilancia. Altrimenti ripetere tutti i punti specificati sopra per inserire i dati di una nuova persona.

5. Funzione di pesatura (solo rilevamento del peso)

1. Accendere la bilancia utilizzando la funzione Tap-On, ovvero premendo brevemente ed energicamente con il piede sulla bilancia. Sul display viene dapprima visualizzata la scritta "8888", poi la scritta "0.0 kg". A questo punto la bilancia è pronta.
2. Posizionarsi sul piatto della bilancia. Rimanere tranquillamente in piedi e non tenersi a nessun sostegno.
3. Dopo che la bilancia si è stabilizzata, il peso rilevato viene visualizzato per tre volte in successione e poi stabilmente per circa 10 secondi. Poi la bilancia si spegne automaticamente.

6. Analisi corporea

L'analisi può essere effettuata solo a piedi nudi. I dati personali devono precedentemente essere stati inseriti e salvati (vedere pagina 4).

1. Accendere la bilancia sfiorando il tasto SET e con il tasto ▲ o ▼ selezionare la memoria contenente i suoi dati personali. Sul display vengono visualizzati, uno dopo l'altro, i suoi dati personali: confermare ciascuno di essi sfiorando il tasto SET. Successivamente, la bilancia ritorna a "0.0 kg".
2. Salire prudentemente a piedi scalzi sulle quattro strisce in acciaio inox (unità di misura) della bilancia e rimanere tranquilli.
3. Per prima cosa le verrà visualizzato il suo peso. Subito dopo il valore inizia a lampeggiare e la bilancia effettua l'analisi corporea. Alcuni secondi dopo l'analisi si conclude e i valori rilevati verranno visualizzati sul display 2 volte in successione nel seguente ordine:

Il peso in kg, la percentuale di grasso corporeo in %, l'acqua corporea in %, la massa muscolare in % e la massa ossea in kg.

Dopo alcuni secondi, la bilancia si spegne automaticamente.

Il valore di grasso corporeo indica la percentuale di grasso, riferita al peso complessivo, presente in un corpo. Un valore ideale valido per tutti non esiste, perché dipende in modo significativo dal sesso (a causa della diversa costituzione fisica) e dall'età. Il grasso corporeo è d'importanza vitale per le funzioni quotidiane del corpo: protegge gli organi, imbottisce le articolazioni, regola la temperatura corporea, accumula vitamine e funge da serbatoio di energia. Per le donne si ritiene sufficiente una percentuale di grasso corporeo compresa tra il 10 % e il 13 %, per gli uomini compresa tra il 2 % e il 5 %, fatta eccezione per chi pratica sport a livello agonistico.