

**balança
digital
para uso pessoal**



Slim fit

INDICAÇÃO DE USO

- Indicada apenas para uso doméstico, não devendo ser utilizado para fins diagnósticos;
- Pode ser utilizada de maneira personalizada tanto por adultos (masculino e feminino), atletas e crianças, a partir dos dez anos de idade.

INFORMAÇÕES GERAIS

Este produto é projetado especialmente para medição de peso, taxa de gordura, hidratação, massa muscular, massa óssea, calorias, IMC, gordura visceral e idade corporal através do método de bioimpedância de acordo com idade, sexo e Altura.

Por favor, leia estas instruções antes do uso.

PRECAUÇÕES E SEGURANÇA

Condições Armazenamento, Advertências e/ ou Precauções a serem adotadas

- Limpe o dispositivo com um pano macio. Não use produtos químicos, detergentes ou água.
- Evite choques na balança como: quedas, vibrações fortes e batidas.
- Nunca abra a balança! Se isto ocorrer, a calibração do fabricante torna-se inválida!
- Antes de utilizar é necessário sempre ligar a balança, escolher o perfil registrado e só depois subir na mesma. Por favor, sempre ignore a primeira leitura e só comece a usar e grave as medições efetivamente a partir da segunda pesagem.
- Esta balança exige o contato dos pés descalços para obter condutividade adequada durante a medição de gordura do corpo. Sempre remova seus sapatos e/ou meias e limpe os pés antes de utilizá-la.
- Não suba na balança com os pés molhados, pois existe o risco de danificar o sistema como também de escorregar. Mantenha a balança longe de locais com água.
- Suba com cuidado na plataforma de pesagem. Não suba na borda da balança sob o risco de virá-la.
- É aconselhável efetuar a medição, sempre, no mesmo horário do dia.
- Sempre utilize a balança sobre uma superfície dura e plana. Mantenha-se parado quando você estiver realizando a medição.
- Os dados medidos podem apresentar variação nas seguintes pessoas: Menores de 10 anos ou adultos acima de 100 anos (deve ser utilizado o modo normal de pesagem); Atletas profissionais ou que praticam fisiculturismo.
- Pessoas com as seguintes condições não devem usar a balança para a medição de gordura e hidratação: As mulheres grávidas, pessoas com algum sintoma de edema, pacientes em tratamento diálise; usuários de marca- passo cardíaco, eletrocardiógrafos ou outros dispositivos médicos implantados no corpo, crianças menores de dez anos e adultos maiores de 100 anos.

Aviso de Segurança

- O percentual de gordura e de hidratação medido pela balança, deve ser utilizado apenas para referência (não para fins médicos). Se o seu percentual de gordura corporal e de hidratação se apresentar acima/abaixo do normal, por favor, consulte o seu médico para mais informações.
- Manter a balança afastada de campos eletromagnéticos forte quando estiver realizando uma medição.
- Pode ser escorregadio, se você usar a balança com a superfície molhada. Além disso, nunca pisar na borda da balança e manter-se quieto e em equilíbrio durante a pesagem.

ESPECIFICAÇÕES TÉCNICAS

- Tamanho do visor de LCD: 76 X 40 mm, que permite a visualização simultânea do peso e da taxa de gordura, além de facilitar a leitura à distância.
- Ampla plataforma (30,5 X 30,5 cm)
- Princípio de Funcionamento: sensores de alta precisão. • Unidade de medida: kg (quilograma)
- Memória: Dados individualizados de até 10 pessoas, dispensando.
- Faixa de idade: 10 – 100 anos; • Faixa de altura: 80 – 220 cm;
- Alimentação: 2 bateria do tipo CR2032 bateria de lítio (já incluída na balança)
- Desligamento automático.
- Multifuncional, com 9 funções selecionáveis: função peso, taxa de gordura, hidratação, massa muscular, massa óssea, calorias, IMC, gordura visceral e idade corporal através do método de bioimpedância de acordo com idade, sexo e Altura.
- Indicação de bateria baixa e sobrecarga.
- Máxima capacidade de pesagem de 180kg

Limpeza e Manutenção

- Use um pano macio levemente umedecido para limpar a balança.
- Não mergulhe a balança na água.
- Não utilize detergentes químicos ou substâncias corrosivas.
- Sempre pese /use a balança em uma superfície dura e plana.
- Não utilize a balança sobre carpetes ou tapetes.

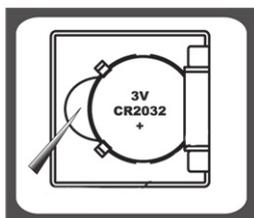
INSTRUÇÕES DE USO

Antes de utilizar a balança digital para uso pessoal SLIM FIT, você deverá programá-la inserindo informações para formar o perfil do usuário.

É importante lembrar que a exatidão da balança depende de diversas variáveis baseada nas características físicas do usuário; assim, recomendamos que as medições sejam realizadas na mesma hora do dia e aproximadamente nas mesmas condições.

Instalando / Substituindo as Baterias

1. Abra a tampa do compartimento de bateria na parte traseira da balança;
2. Coloque a bateria do tipo CR2032 bateria de lítio (incluídas).
3. Retire a folha de isolamento antes de usar.
4. Feche a tampa do compartimento de baterias.



Observação:

1. Retire a bateria se a balança não for ser utilizada por muito tempo.
2. Quando a bateria estiver descarregada, descarte-a em local apropriado.

Teclas de Ajuste

Localizadas na parte frontal do visor da balança

TECLA SET: Liga a balança e quando pressionada, passa para as próximas funções.

▲ Aumenta o valor da função selecionada em uma unidade, cada vez que se pressiona o botão.

▼ Diminui o valor da função selecionada em uma unidade, cada vez que se pressiona o botão.

A balança tem capacidade de armazenar as informações pessoais, tais como: idade, sexo e altura de até 10 usuários. Para tal deve-se primeiro registrar cada um dos usuários.

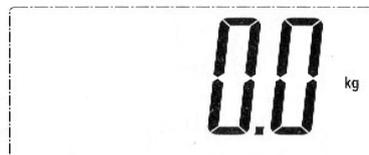
Visor de LCD



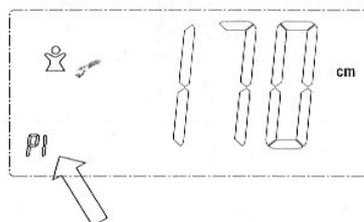
1- Registrando os usuários

Antes de utilizar a balança é necessário o registro de usuários:

1.1- Aperte SET para ligar



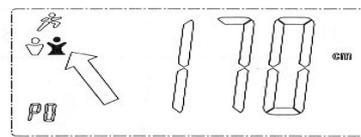
1.2- Após ligar aperte SET novamente para escolher o perfil que varia de PO A P9 e utilize as setas para cima ▲ e para baixo ▼ para escolher o perfil que deseja registrar e aperte SET novamente para próxima etapa.



1.3 - Escolha o sexo que é definido pelas figuras abaixo:

Quando as opções de sexo estiverem piscando, utilize as setas para cima para baixo para escolher o sexo desejado com a opção atleta ou não, após escolher aperte SET para ir para próxima etapa

Atleta: é definido como uma pessoa envolvida em intensa atividade física durante aproximadamente 12h por semana e que possui a frequência cardíaca, em repouso, igual ou inferior a 60 batidas por minuto.



- 1.3- A próxima etapa é definir a altura , da mesma forma utilize as setas para registrar a sua Altura enquanto a mesma fica piscando, definindo a sua altura aperte SET para ir para etapa seguinte.



- 1.4- A etapa seguinte é para definir idade (AGE), utilize as setas para definir a sua idade e aperte SET para ir para ultima etapa.



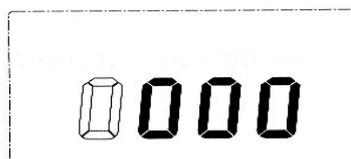
- 1.5- Após concluir os registros vai aparecer no visor 0,0kg e sua balança estará pronta para a pesagem.e basta subir na mesma.



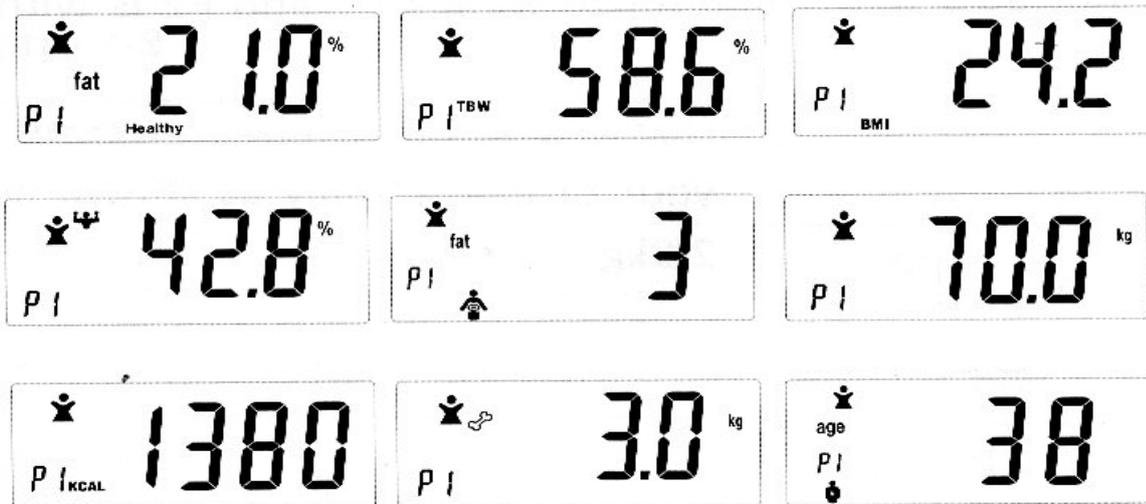
- 1.6- Suba na balança sem qualquer tipo de calçado ou meia, pisando em cima dos eletrodos para obter boa condutividade e fazer a leitura da forma correta e logo em seguida vai aparecer o registro do seu peso.



- 1.7- Mantenha-se em cima da balança que vai aparecer no visor vários ZEROS e os mesmos vão desaparecer de da esquerda para direita (não se movimente, pois é nessa hora que é feita a analize de BF)



1.8- Após a análise o visor vai apresentar os resultados conforme figuras abaixo.

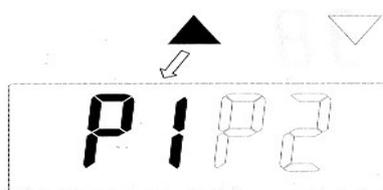


2. INTERPRETANDO OS DADOS DE SUA BALANÇA.

Ao fazer a pesagem a balança slim fit informa os dados identificados por figuras. Abaixo segue o significado de cada figura.

- 1- Percentual de Gordura **fat** essa media varia de 5% a 50%
- 2- Hidratação **TBW** essa medida varia de 10% a 80%
- 3- Indice de massa corporal IMC indicado pela figura **BMI**
- 4- Musculo  Essa medida varia de 10% a 80%
- 5- Gordura Visceral  Essa medida varia de 1 a 9
- 6- Função peso informado em KG.
- 7- Quantidade de caloria a ser ingerida **KCAL**
- 8- Massa Óssea  varia entre 0,5kg a 8kg
- 9- Idade corporal representada por esta figura 

Obs: Caso você tenha registrado o seu peso em um ou mais perfis, sua balança não vai mostrar todos os dados de imediato e sim uma mensagem conformer figura abaixo:



Neste exemplo acima o usuário fez a pesagem no perfil 1 e no perfil 2 e ao fazer uma nova pesagem, a balança está informando que existe um peso similar registrado em ambos os perfis, sendo assim você deve apertar a seta de acordo com perfil desejado.

Atenção: Para que isso não ocorra registre o seu peso em apenas um perfil e após a balança desligar vai ficar salvo o perfil que você cadastrou e pesou da ultima vez.

4- Tabelas de Interpretação:

Análise de Percentual de Gordura								
Idade	Feminino				Masculino			
	Abaixo do Peso	Saudável	Sobrepeso	Obeso	Abaixo do Peso	Saudável	Sobrepeso	Obeso
10 a 39	<21	21 a 33	33 a 39	>39	<21	21 a 33	33 a 39	>39
40 a 59	<23	23 a 34	34 a 40	>40	<23	23 a 34	34 a 40	>40
60 a 80	<24	24 a 36	36 a 42	>42	<24	24 a 36	36 a 42	>42

Percentual de água						
Idade	Feminino			Masculino		
	Abaixo do Peso	Saudável	Acima do Peso	Abaixo do Peso	Saudável	Acima do Peso
10 a 15	<57	57 a 67	>67	<58	58 a 72	>72
16 a 30	<47	47 a 57	>57	<53	53- 67	>67
31 a 60	<42	42 a 52	>52	<47	47-61	>61
61 a 80	<37	37 a 47	>47	<42	42-56	>56

IMC				
	Abaixo do Peso	Normal	acima do Peso	Obeso
IMC	<18.5	18.5 a 25	25 a 30	> 30

Percentual de Musculo		
	Feminino	Masculino
Normal	>34%	>40%

Massa óssea Kg						
Peso	Feminino			Masculino		
	<45Kg	45-60kg	>60Kg	<60	60-75kg	>75kg
Massa óssea Kg	1.8Kg	2.2kg	2.5Kg	2.5Kg	2.9Kg	>3.2Kg