

# Balança Digital para Uso Pessoal



**G·TECH**

Modelo Glass 7 FW

## MANUAL DO USUÁRIO

Leia este manual de instruções antes de utilizar a sua Balança Digital G-TECH para Uso Pessoal Modelo GLASS 7 FW.



## 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 percentual de gordura corporal, Percentual de água, músculos do corpo, ossos do corpo, ajudando a manter um olhar atento sobre as mudanças diária de sua gordura corporal e hidratação, fornecendo informações para sua referência, com base na análise de seu peso, altura, idade, informando sua necessidade diária de energia, ajuda a controlar seu peso e fazer uma avaliação de sua composição corporal.

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!
- O aparelho é projetado para ligar automaticamente ao subir na balança.
- Por favor, sempre ignore a primeira leitura e só comece a usar e grava 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.
  - O resultado da medição pode se apresentar alterado, após a prática de exercício físico intenso, dieta excessiva, administração de medicamentos, ciclo menstrual, ingestão de comidas e/ ou bebidas em excesso ou sob condição de extrema desidratação.
  - 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 sintomas de edema, pacientes em tratamento diálise; usuários de marca-passo cardíaco, eletrocardiógrafos ou outros dispositivos médicos implantados no corpo.
  - Se ocorre erro no display ou não é possível desligar a balança por um longo tempo, por favor mantenha a bateria fora por aproximadamente 3 segundos, então instale-a novamente para remover falhas leves. Se você não conseguir resolver o problema, por favor contate a assistência técnica.
  - Se ocorre falha ao ligá-la, verifique se a bateria está instalada, ou se sua energia está baixa. Insira ou substitua a bateria.
- Sempre mantenha sua balança em posição horizontal.

### **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.

## **Conteúdo**

Uma balança digital de medição de peso, percentual de gordura, água, músculos, e ossos do corpo humano, com capacidade máxima de 150 kg.

## **Sobre o percentual de gordura do corpo**

A medição do teor de gordura do corpo é importante, pois o excesso de gordura poderá acarretar efeitos negativos sobre o metabolismo, assim, várias doenças podem ser desenvolvidas, representando um risco para a saúde.

A obesidade pode estar associada com graves doenças, tais como: hipertensão arterial, doenças cardíacas, diabetes, etc.

Medir o percentual de gordura do corpo é um modo eficaz de determinar como está sua forma física.

## **Princípio de funcionamento**

A medição de gordura é realizada por um dos métodos de medição mais confiáveis, que é o método de bioimpedância, onde a balança faz passar uma pequena e segura corrente elétrica (gerada pelos eletrodos) de determinada frequência através do corpo humano, como os tecidos gordos não possuem muita água, estes criam uma resistência (impedância) à passagem da corrente, sendo mais forte do que no tecidos magros, representado pelos músculos ou outros tecidos humanos, onde a corrente move-se mais rápido pois possuem mais água e eletrólitos, assim, o percentual de gordura será medido de acordo com as diferenças de resistência quando o sinal de transmissão elétrica passar através do corpo humano. Esta corrente é inofensiva ao organismo.

## **Sobre o consumo de calorias**

### **Caloria: unidade de energia**

A leitura dos dados indica a quantidade de calorias que você precisa ingerir por dia, para realizar o metabolismo diário e atividades comuns





necessárias para o seu peso, altura, idade e sexo.

**Calorias e diminuição de peso:** Controlar a ingestão calórica combinada com exercícios físicos apropriados é uma forma eficaz para se perder peso. A teoria é bastante simples, se o consumo diário de calorias for inferior ao consumo de energia do corpo humano, o açúcar e a gordura armazenadas vão se decompor e fornecer energia ao corpo humano. Isso leva à perda de peso.

### **Visão Geral da Balança**



### **ESPECIFICAÇÕES TÉCNICAS**

- Tamanho do visor de LCD: 74 X 35 mm, que permite a visualização simultânea do peso e da taxa de gordura, além de facilitar a leitura à distância.
- Ampla plataforma (30,2 X 30,2 cm) oferece mais segurança e precisão no posicionamento do usuário sobre a balança.
- Princípio de Funcionamento: sensores de alta precisão.
- Unidade de medida: kg (quilograma),
- Memória: dados individualizados de até doze pessoas, dispensando assim a configuração diária.
- Alimentação: 1 bateria do tipo CR2032 bateria de lítio (já incluída na balança).
- Desligamento automático.
- Ativação automática ao subir na balança.
- Realiza medição de peso, percentual de gordura, hidratação corporal, musculatura corporal, massa óssea e sugestão de ingestão de calorias.





- Modo opcional de pesagem, não considerando os ajustes de parâmetro, e pesagem com acréscimo consecutivo de carga.
- Indicação de bateria baixa e sobrecarga.
- Máxima capacidade de pesagem: 150 Kg/330LB. Graduação: 0,1 Kg
- Plataforma segura de vidro temperado.

Faixa/Item	Capacidade de Pesagem	Percentual de Gordura Corporal	Percentual de Hidratação	Percentual de Musculatura	Percentual de Massa Óssea	Calorias
Faixa de Indicação	150 Kg	4.0% - 60.0%	27.5% - 66.0%	20.0% - 56.0%	2.0% - 20.0%	---
Divisão de escala (menor resolução)	0.1 Kg	0.1%	0.1%	0.1%	0.1%	1 Kcal



## **Limpeza e Manutenção**

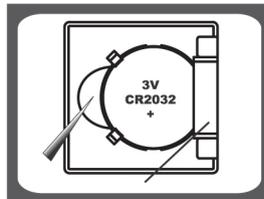


- Use um pano macio levemente umedecido para limpar a balança.
- Não mergulhe a balança na água.
- Não utilize detergentes químicos ou substâncias corrosivas.
- Sempre pese / use a balança em uma superfície dura e plana.
- Não utilize a balança sobre carpetes ou tapetes.
- Mantenha a balança em local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

## **Instalando / Substituindo as Baterias**

Uma bateria de lítio de 3V (CR2032). Por favor, remova a película de isolamento localizado embaixo da bateria, antes de usar a balança.

1. Abra a tampa do compartimento de bateria no fundo da balança;
2. Coloque 1 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**

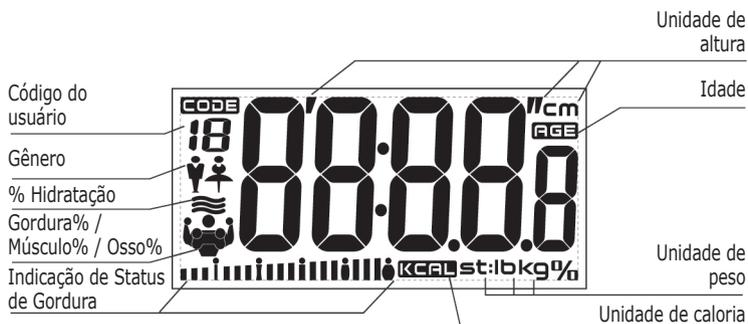
### **Localizadas na parte frontal do visor da balança**

TECLA ON/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.

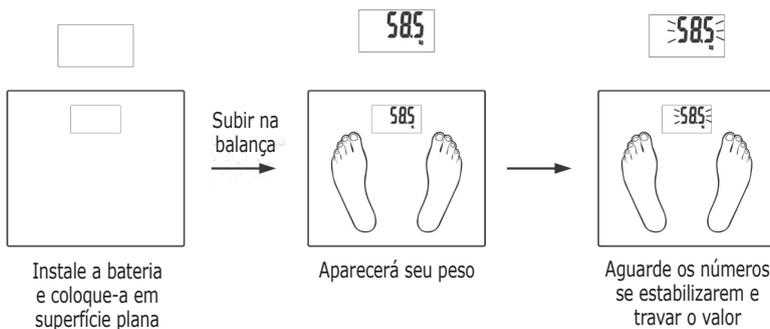
▼ Diminui o valor da função selecionada em uma unidade, cada vez que se pressiona o botão.

## **Visor de LCD**





## **Utilizando a balança apenas para saber seu peso**



1 - Suba na balança descalço, com os pés alinhados sobre os eletrodos, nos dois lados da plataforma e permaneça imóvel para a medição.

2 - Logo em seguida será exibido no visor LCD o valor do peso.

3 - Desligue a balança.

4 - Com a finalidade de economizar energia após 1 minuto sem uso a balança se desliga automaticamente.

## **Adicionar carga para pesagens consecutivas**

Após estabilizar os dígitos, mais cargas poderão ser adicionadas. Certifique-se de que cada carga exceda pelo menos 2 kg para se obter uma nova leitura.

Exemplo: Se você deseja obter um valor de peso do seu bebê, você pode pesar-se primeiro e depois segurar o seu bebê no colo e juntos, sem pisar fora da balança, você irá obter a leitura do peso total. Subtraindo o valor da leitura anterior feita de si mesmo o resultado será o valor de peso do seu bebê.





## **Configurando seus dados pessoais**

### **Modo de medição**

#### **Definir parâmetros pessoais**

- Na primeira vez quando você instalar a bateria e ligar a balança, serão apresentados os parâmetros padrões como se segue:

<b>Memória</b>	<b>Gênero</b>	<b>Altura</b>	<b>Idade</b>
1	Masculino	165 cm	25

Os parâmetros podem ser definidos na seguinte faixa:

<b>Memória</b>	<b>Gênero</b>	<b>Altura</b>	<b>Idade</b>
01-12	Masculino / Feminino	100 - 250 cm	10 - 100

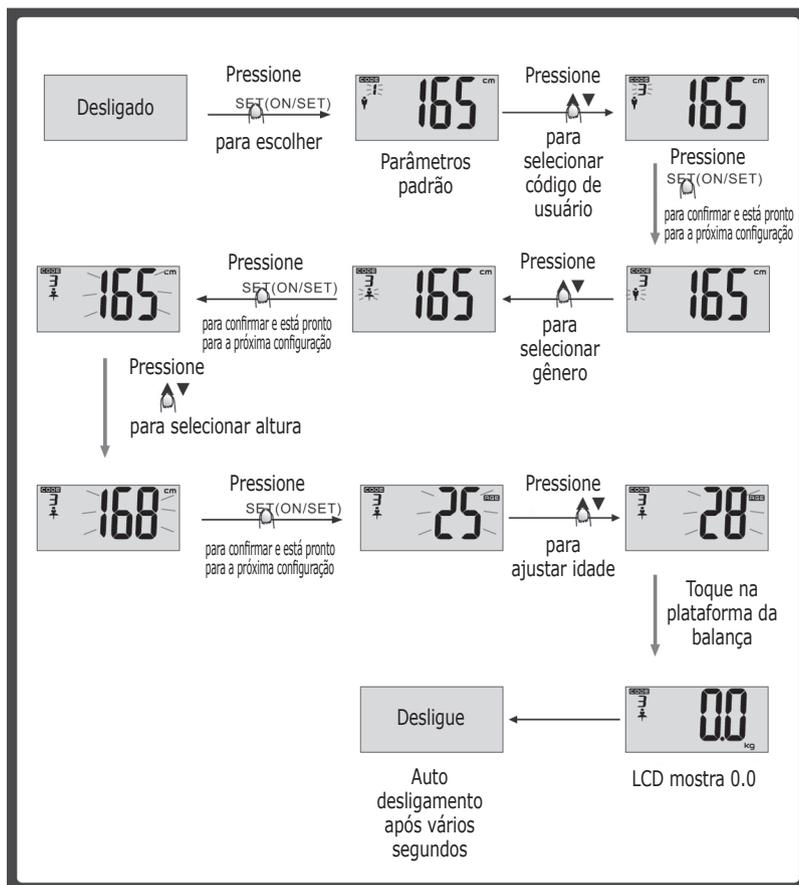
### **Selecionando os parâmetros**

Exemplo: o 3<sup>o</sup> usuário, do sexo feminino, 168 centímetros, 28 anos, pode definir os seus parâmetros como segue a seguir:





## Primeiro passo: registro dos dados pessoais



**Nota:** Durante o ajuste dos parâmetros, se a balança permanecer inativa durante 6 segundos, os parâmetros já pré-estabelecidos serão memorizados automaticamente e o visor irá mostrar "0", significando que a medição de gordura corporal será iniciada.

Se o visor mostrar "0" durante o ajuste do parâmetro, pressione a tecla SET por 3 segundos para retornar ao modo de seleção, , então você poderá definir código de usuário, altura, gênero e idade,





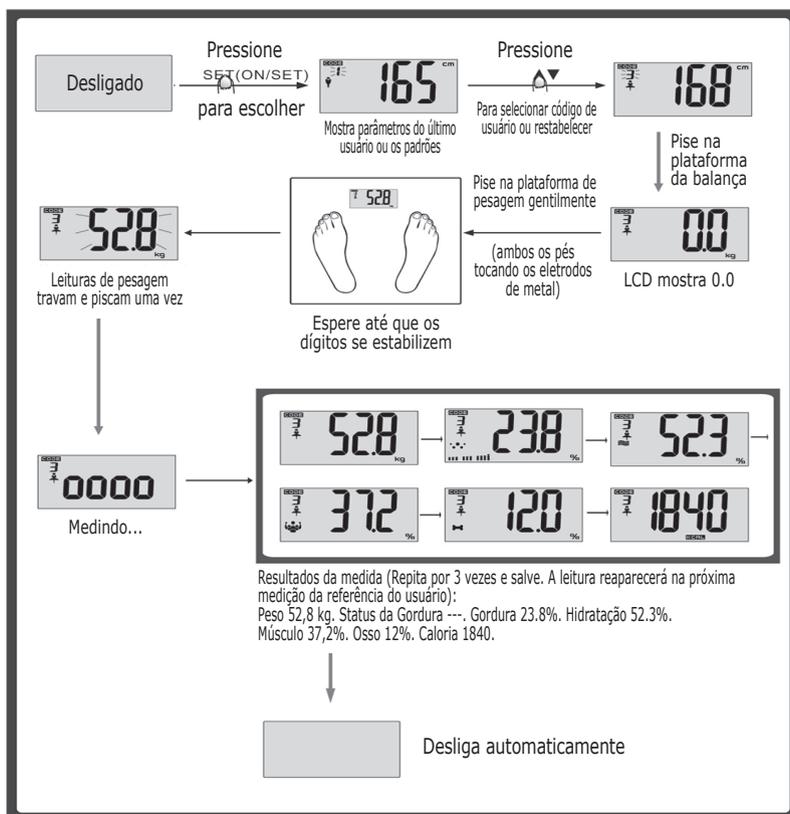
## Para iniciar a medição

Certifique-se que seus pés estão tocando por inteiros os eletrodos de metal sobre a plataforma da balança, ou a gordura corporal não poderá ser medida corretamente.

Para garantir a precisão, por favor, tire os sapatos e as meias antes de subir na balança.

## Segundo passo: realizando a medição

Exemplo: o 3º usuário, do sexo feminino, 168 centímetros, de 28 anos deverá selcionar os parâmetros como se segue:





## INDICAÇÕES DE ADVERTÊNCIA



Indicação de bateria baixa. A carga da bateria está acabando, por favor, substitua por uma nova bateria.



Indicação de sobre carga. O peso do usuário ultrapassa a capacidade máxima da balança. Por favor, saia para evitar danos à balança



Indicação de baixo percentual de gordura. Por favor, tenha uma alimentação mais nutritiva e cuide-se bem.



Indicação de alto percentual de gordura. Por favor, reveja seus hábitos alimentares e faça mais exercício.



Re-teste, por favor, refaça a medição para obter o resultado correto.





## **Tabela de referência**

Após a pesagem, você pode usar a seguinte tabela de avaliação física para a sua referência:

Idade	Mulheres		Homens		Situação	Indicador de linhas
	Percentual de Gordura	Percentual de Hidratação	Percentual de Gordura	Percentual de Hidratação		
≤ 30	4.0 - 16.0 %	66.0 - 57.8 %	4.0 - 11.0 %	66.0 - 61.2 %	Muito magra	
	16.1 - 20.5 %	57.7 - 54.7 %	11.1 - 15.5 %	61.1 - 58.1 %	Magra	
	20.6 - 25.0 %	54.6 - 51.6 %	15.6 - 20.0 %	58.0 - 55.0 %	Normal	
	25.1 - 30.5 %	51.5 - 47.8 %	20.1 - 24.5 %	54.9 - 51.9 %	Gordo	
	30.6 - 60.0 %	47.7 - 27.5 %	24.6 - 60.0 %	51.8 - 27.5 %	Obeso	

> 30	4.0 - 20.0 %	66.0 - 55.0 %	4.0 - 15.0 %	66.0 - 58.4 %	Muito magra	
	20.1 - 25.0 %	54.9 - 51.6 %	15.1 - 19.5 %	58.3 - 55.3 %	Magra	
	25.1 - 30.0 %	51.5 - 48.1 %	19.6 - 24.0 %	55.2 - 52.3 %	Normal	
	30.1 - 35.0 %	48.0 - 44.7 %	24.1 - 28.5 %	52.2 - 49.2 %	Gordo	
	35.1 - 60.0 %	44.6 - 27.5 %	28.6 - 60.0 %	49.1 - 27.5 %	Obeso	

A informação acima é apenas para referência. Se você tiver dúvida sobre sua saúde consulte o seu médico.



Este aparelho foi submetido a rigorosos testes de controle da qualidade antes de sua comercialização, tendo, portanto, a GARANTIA de 01 (um) ano, a contar da data de entrega efetiva do produto.

### **OBSERVAÇÕES**

#### A GARANTIA NÃO COBRE:

- Defeitos causados por acidentes ou má conservação.
- Desgaste natural dos materiais.

#### A GARANTIA ESTARÁ CANCELADA:

- Se o equipamento for submetido a qualquer tipo de conserto ou manutenção não autorizada.
- Se houver qualquer sinal de violação no conjunto.
- Se for usado de maneira imprópria ou em desacordo com as instruções.

**NOTA:** A garantia só é válida quando apresentada a Nota Fiscal ou Recibo de compra do aparelho. O prazo de validade da garantia é contado a partir da data de entrega efetiva do produto.

Os reparos efetuados dentro do prazo de garantia não prorrogam o prazo de garantia.

Todo serviço de manutenção oriundo de peças sensíveis ao desgaste de uso será cobrado a parte, mesmo que o aparelho esteja dentro do prazo de garantia. As calibrações periódicas da balança não estão cobertas pela garantia e serão cobradas a parte.

Esta balança é para uso doméstico para medição do peso e não para uso comercial ou qualquer outra finalidade.

Declarado Isento de Registro/Cadastro pela ANVISA/MS – Para o uso pessoal, sem fins diagnósticos.







Importado por:

**Accumed Produtos Médico Hospitalares Ltda.**

Rodovia Washington Luiz, 4370 - Galpão L - Vila São Sebastião

Duque de Caxias - RJ CEP: 25055-009

Contato: 0800 052 1600 • Comercial: 21 2126-1600

SAC: [sac@accumed.com.br](mailto:sac@accumed.com.br)

Responsável Técnico: Marcos Eduardo da Silva Jordão

CRQ/RJ 3ª Região: 03212320

Fabricado por: ZHONGSHAN CAMRY ELECTRONIC CO., LTD

Endereço: Baishawan Industrial Zone, Qiwan Road, Zhongshan

Revisão 01 - 13/11/2012

