

Pérdida de peso

Cuando existe pérdida de peso, el porcentaje de grasa pudiera no cambiar como se espera debido a que la lectura es un porcentaje del peso y los dos cambiarán al mismo tiempo. Para minimizar la pérdida de tejido corporal asegúrese de incluir ejercicio en su programa de pérdida de peso.

Grasa Corporal 5%-80%

Edad	Femenino				Masculino			
	Muy Delgado	Sano	Sobrepeso	Obesidad	Muy Delgado	Sano	Sobrepeso	Obesidad
<39	<21	21-33	33-39	>39	<8	8-19	19-25	>25
40-59	<23	23-35	35-40	>40	<11	11-22	22-28	>28
>59	<24	24-36	36-42	>42	<13	13-25	25-30	>30

Agua Corporal 10%-80%

Edad	Femenino			Masculino		
	Bajo	Normal	Alto	Bajo	Normal	Alto
10-15	<57	57-67	>67	<58	58-72	>72
16-30	<47	47-57	>57	<53	53-67	>67
31-60	<42	42-52	>52	<47	47-61	>62
61-80	<37	37-47	>42	<42	42-56	>56

Músculo Femenino >34%; Masculino >40% en casos normales

Información adicional

1. Asegúrese que su báscula este a la temperatura del cuarto, y sobre una superficie horizontal libre de vibraciones.
2. Esta báscula no es a prueba de agua. No la exponga a la humedad.
3. Como esta báscula es un instrumento de precisión, debe utilizarse con extremo cuidado. Evite malos tratos, movimientos y vibraciones.
4. No desarme esta báscula ya que la garantía automáticamente será nula.
5. La pantalla puede ser afectada por alteraciones electromagnéticas como el hecho de operarla cerca de un radio. Si esto pasa, mueva el aparato causante del problema, apague la báscula y vuélvala a prender



Subbáscula Escali esta garantizada contra cualquier defecto en los materiales y mano de obra por un vida desde la fecha de compra. Para mayores detalles visite nuestra página:

www.escali.com

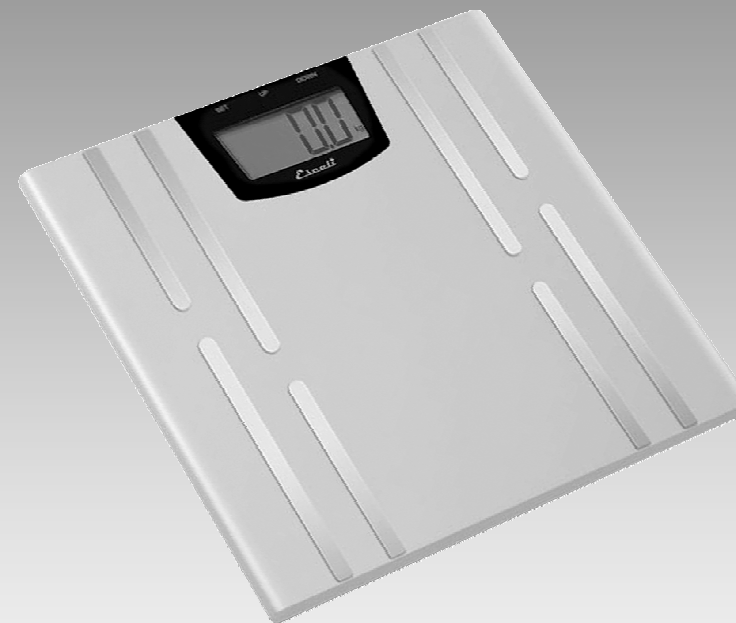
Escali

Measuring What's Next™

Model: USHM180S


User's Guide

Ultra Slim Health Monitor Scale



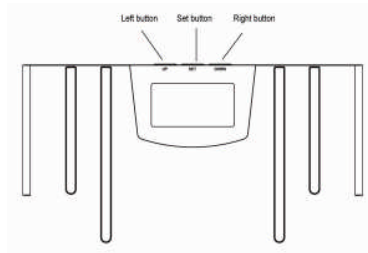
www.escali.com

Thank you for choosing the Escali Ultra Thin Health Monitor Scale. This precision state-of-the-art measuring instrument is most accurate when weighing on a flat hard surface. This scale will not function correctly on carpet. As the electronic sensors are sensitive, avoid dropping or jarring the scale and store where it will be protected from impact.





 **Warning! Do not use this product if you have a pacemaker or other internal electronic medical device.**

Initial Setup and Entering Personal Data Into Memory

- Place two AAA batteries (total 4) into each of the two battery compartments on the base of the scale. Ensure the +/- terminals are correctly placed as indicated by the diagram within the battery compartment.
- Select your desired mode of display by pressing the **kg/st/lb** button on the base of the scale.
- This smart scale can remember up to four users. To begin using, simply stand on the scale with clean dry bare feet or press **SET** to enter set-up mode..
- After the scale provides an initial weighing, it will select an open User Number. Press **SET** to confirm this selection or press **UP** and **DOWN** to chose another User Number. Press **SET** to confirm.
- Select gender using the **UP** and **DOWN** buttons. Four options are available: Male, Female, Male Athlete, Female Athlete. Press **SET** to confirm.
- Select height using the **UP** and **DOWN** buttons. Press **SET** to confirm.
- Select age using the **UP** and **DOWN** buttons. Press **SET** to confirm.
- To program other users repeat steps 3 through 7.



Para pesar y medir

- Para empezar a usar, simplemente párese descalzo. Después de algunos segundos su peso será mostrado en la pantalla.. 
- Después la báscula comenzará el análisis corporal mostrando un "0" en movimiento. 
- Cuando la medición se ha completado, si ningún usuario ha sido seleccionado, la báscula seleccionará automáticamente el número de usuario. La básculas entonces mostrará el peso actual, grasa corporal, agua corporal y masa muscular tres veces. 
- Si la báscula no puede seleccionar el usuario automáticamente entonces mostrara "1234". El usuario puede seleccionar el número correcto presionando los botones UP y DOWN. Presione SET para confirmar. La báscula entonces mostrará los resultados. 
- La báscula se apagará automáticamente si ya no se usa posteriormente.

Para recordar información personal de la memoria.

Cuando la báscula esté apagada o cuando la pantalla muestre 0.0, presione los botones UP o DOWN para mostrar la información y los resultados del número de usuario seleccionado.

Error

Si existiera algun error en la medición la báscula mostrará Err2. Bájese de la báscula y permita que la báscula se restaure. Intente de nuevo.



Cómo funciona la báscula?

Esta báscula usa AIB (Análisis de Impedancia Bioeléctrica) para medir la grasa y agua corporal. Con esta tecnología, una señal electrica segura y de baja intensidad pasa a través del cuerpo. La báscula mide la velocidad de la corriente, la cual es afectada por el agua, músculos, huesos y grasa. Usando esa información, la báscula estima el porcentaje de grasa corporal, agua corporal y masa muscular.

Usando el análisis

Los niveles de hidratación fluctuan durante el día y se ven afectados por el ejercicio, la comida y lo que tomamos. Como resultado, para máxima exactitud y repetitibilidad, es recomendable que esta función se use a la misma hora y con las mismas condiciones para poder establecer un promedio personal. Estas lecturas son un indicador cercano, no un valor exacto. Por favor consulte a su médico para mayor información.

Weight Loss

During weight loss, the percentage of body fat may not change as expected since the reading is a percentage of body weight and both will be changing at the same time. To minimize the loss of lean body tissue be sure to include exercise in your weight loss plan.

Body Fat 5%-80%

Age	Female				Male			
	Underfat	Healthy	Overfat	Obese	Underfat	Healthy	Overfat	Obese
<39	<21	21-33	33-39	>39	<8	8-19	19-25	>25
40-59	<23	23-35	35-40	>40	<11	11-22	22-28	>28
>59	<24	24-36	36-42	>42	<13	13-25	25-30	>30

Body Water 10%-80%

Age	Female			Male		
	Low	Normal	High	Low	Normal	High
10-15	<57	57-67	>67	<58	58-72	>72
16-30	<47	47-57	>57	<53	53-67	>67
31-60	<42	42-52	>52	<47	47-61	>62
61-80	<37	37-47	>42	<42	42-56	>56

Muscle

Female: >34% ; Male: >40% under normal instance.

Additional Information

1. Make sure your scale is at room temperature, and on a stable horizontal surface free of vibration.
2. This scale is not waterproof. Do not expose to moisture.
3. As this scale is a precision instrument, it must be handled with extreme care. Avoid rough treatment, shaking and vibration.
4. Do not disassemble this scale or the warranty will be void.
5. The display value may be affected by electromagnetic disturbances such as operating near a radio. If this occurs, move the device that is causing the disturbance and turn the scale off and restart.

Product Guarantee



Your Escali scale is guaranteed to be free of defects in materials and workmanship for a lifetime. For full details of this guarantee please visit our website at:

www.escali.com

Escali[®]
Measuring What's Next™

Modelo: USHM180S

Manual del Usuario

Báscula Monitor de Salud Ultra Delgada



www.escali.com