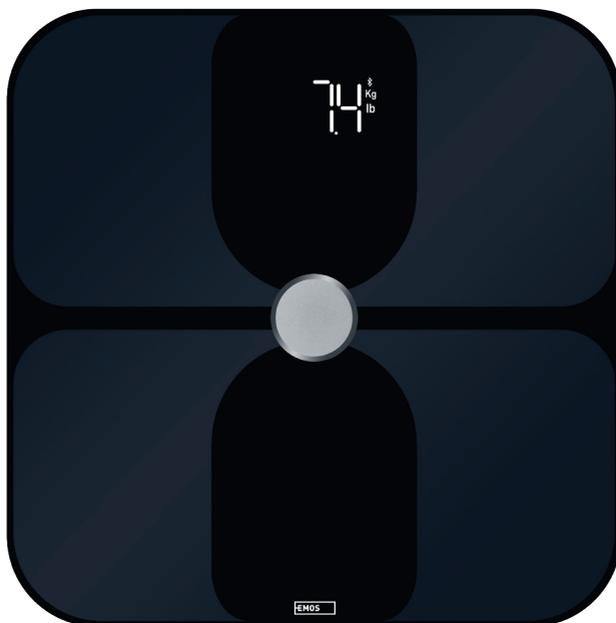


EV112



IT | Bilancia pesapersona digitale



Indice

Istruzioni e avvertenze di sicurezza.....	2
Specifiche tecniche.....	3
Descrizione del dispositivo.....	3
Installazione e montaggio.....	4
Controllo e funzioni.....	6
Risoluzione dei problemi: FAQ.....	10

Istruzioni e avvertenze di sicurezza



Prima di utilizzare il dispositivo, leggere le istruzioni per l'uso.



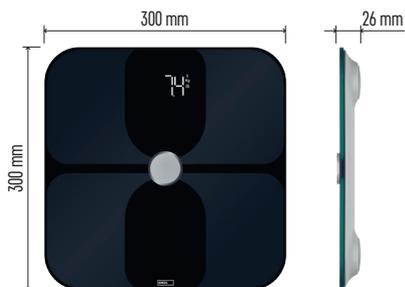
Osservare le istruzioni di sicurezza contenute nel presente manuale.

- Questa bilancia pesapersona digitale EV112 è destinata esclusivamente all'uso domestico.
- Affidare tutte le riparazioni ad un servizio di assistenza professionale o al rivenditore!
- Non utilizzare la bilancia vicino ad apparecchi che presentano campi elettromagnetici. Posizionare la bilancia a una distanza sufficiente da prodotti simili in modo da evitare interferenze reciproche.
- Se la bilancia non è accesa, controllare che le batterie siano inserite e che non siano scariche.
- Il risultato è solo un valore indicativo. Questo prodotto non è un dispositivo medico.
- Si prega di consultare sempre il proprio medico per la prescrizione di farmaci o per una dieta volta a raggiungere un peso ottimale.
- Non inserire oggetti nei fori dell'apparecchio.
- Non immergere la bilancia nell'acqua!
- La bilancia deve essere posizionata su una superficie piana, rigida e stabile (non su tappeti, ecc.).
- Non pesare animali domestici sulla bilancia.
- Proteggere la bilancia da cadute e urti. Non saltare sulla bilancia.
- Sulle superfici bagnate sussiste un pericolo di scivolamento per le persone o per l'apparecchio. Inoltre, non salire mai fino al bordo della bilancia su una superficie liscia e mantenere l'equilibrio durante la misurazione.
- Per via dell'impedenza elettronica, non utilizzare questo apparecchio nei seguenti casi:
 - a) se si porta un pacemaker o un altro impianto medico elettronico
 - b) in caso di problemi e malattie cardiache
 - c) durante la gravidanza
 - d) se si è sotto dialisi
 - e) se si ha la febbre
 - f) se si soffre di osteoporosi
 - g) in caso di edema o gonfiore
 - h) dopo un allenamento che è durato più di 5 ore
 - i) se il battito cardiaco è inferiore a 60 battiti al minuto
- Utilizzare la bilancia solo in conformità con le istruzioni fornite in questo manuale.
- Il produttore non è responsabile per danni causati da un uso improprio di questo apparecchio.
- Questo apparecchio non è destinato a essere usato da persone (compresi i bambini) la cui disabilità fisica, sensoriale o mentale o la mancanza di esperienza e conoscenza impediscano loro l'uso sicuro dell'apparecchio, a meno che non siano supervisionate o istruite sull'uso dell'apparecchio da una persona responsabile della loro sicurezza. È necessario tenere d'occhio i bambini per assicurarsi che non giochino con l'apparecchio.

La ditta EMOS spol. s.r.o. dichiara che il tipo di apparecchiatura radio EV112 è conforme alla direttiva 2014/53/UE. Il testo completo della dichiarazione di conformità UE è consultabile su questo sito web <http://www.emos.eu/download>.

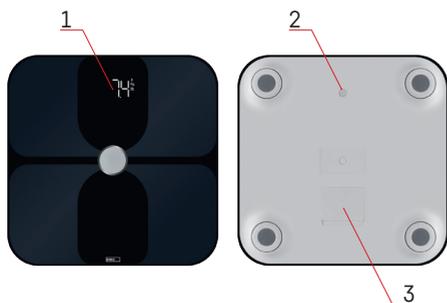
Il dispositivo può essere utilizzato sulla base dell'autorizzazione generale n. V0-R/10/07.2021-8, e delle successive modifiche.





Specifiche tecniche

Vetro temperato di sicurezza: 6 mm
 Display LCD: 64 × 31 mm
 Peso massimo: 180 kg
 Peso minimo: 3 kg
 Risoluzione di misurazione: 0,1 kg/0,2 lb
 Unità di misura del peso: kg/lb/st:lb/st
 Memoria: max. 10 utenti
 Impostazione dell'altezza: 30–300 cm
 Unità di misura dell'altezza: cm/inch
 Impostazione dell'età: da 8 a 105 anni
 Unità, intervallo di misurazione del grasso: 0,1 %
 Unità, intervallo di misurazione dell'acqua: 0,1 %
 Unità, intervallo di misurazione della massa muscolare: 0,1 kg
 Spegnimento automatico dopo 20 secondi
 Indicazione di batteria sovraccarica/debole
 Alimentazione: 3 batterie AAA da 1,5 V (non incluse)



Descrizione del dispositivo

- 1 – display
- 2 – pulsante di accensione/modifica dell'unità di peso
- 3 – vano batterie



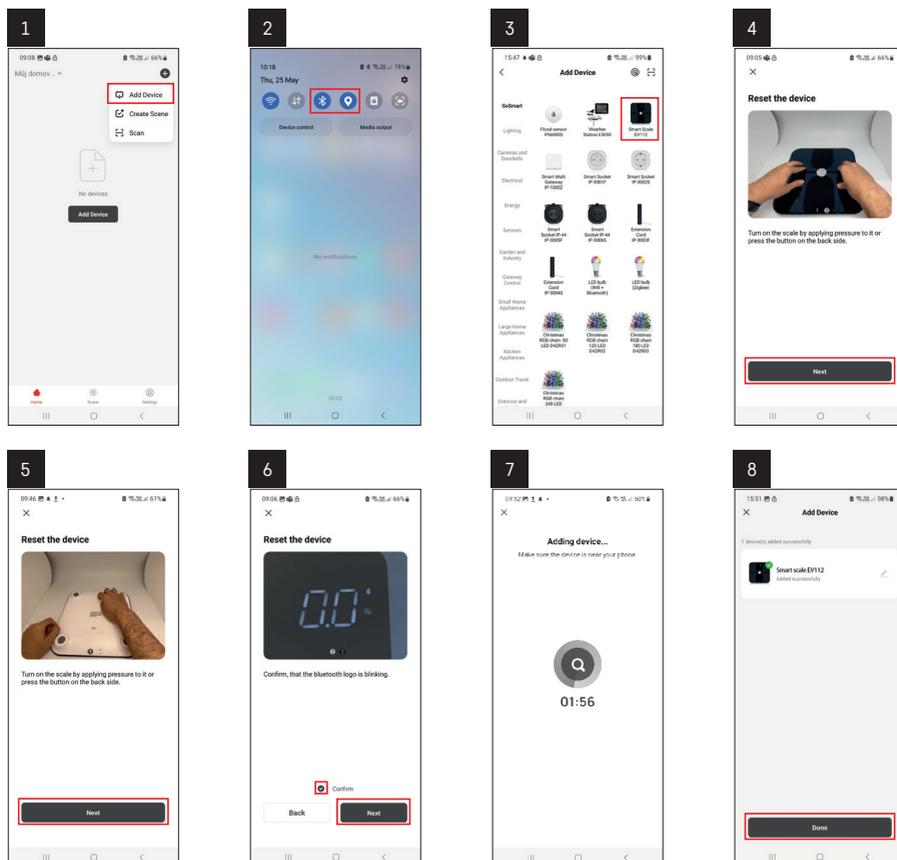
Installazione e montaggio

Applicazione mobile



La bilancia può essere controllata tramite l'applicazione mobile per iOS o Android. Scaricare l'applicazione „EMOS GoSmart“ per il proprio dispositivo. Fare clic sul pulsante Accedi, se si utilizza già l'applicazione. In caso contrario, fare clic sul pulsante Registrazione e completare la registrazione.

Abbinamento della bilancia con l'applicazione



Inserire le batterie nella bilancia.

Premere sulla bilancia o premere il pulsante di accensione in basso.

L'icona Bluetooth inizierà a lampeggiare – la modalità di abbinamento sarà attivata per 20 secondi.

Attivare la connessione Bluetooth e il GPS sul telefono cellulare.

Nell'applicazione, fare clic su Aggiungi dispositivo.

Nella parte sinistra, fare clic sull'elenco GoSmart e fare clic sull'icona Bilancia pesapersona EV112.

Seguire le istruzioni dell'app per inserire il nome utente e la password del wifi a 2,4 GHz.

Entro 20 minuti l'abbinamento all'applicazione sarà completato.

Nota:

Se la bilancia non si abbina, ripetere nuovamente la procedura.

Le reti wifi a 5 GHz non sono supportate.

Inserimento/sostituzione delle batterie

1. Aprire il coperchio del vano batteria sul retro della bilancia.

2. Rimuovere le batterie usate.

3. Inserire 3 nuove batterie AAA da 1,5 V. Assicurarsi di rispettare la polarità corretta.

Se le batterie sono protette da una pellicola di sicurezza, questa va rimossa prima di inserire le batterie nella bilancia.

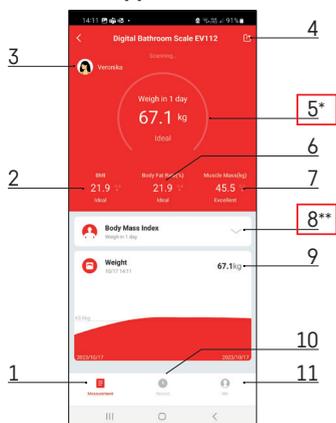
Utilizzare solo batterie alcaline dello stesso tipo, non utilizzare insieme batterie vecchie e nuove, non utilizzare batterie ricaricabili da 1,2 V.

4. Chiudere il coperchio.

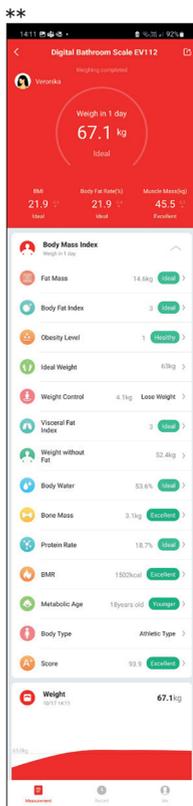
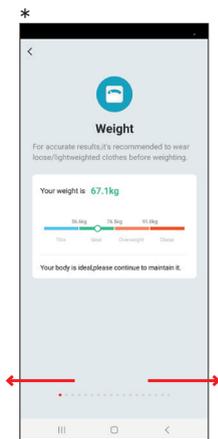


Controllo e funzioni

Menu dell'applicazione



- 1 – Pesatura
- 2 – Indice BMI
- 3 – Selezione dell'utente
- 4 – Condivisione dei dati misurati in formato jpg
- 5 – Peso misurato – fare clic sull'icona per visualizzare altri valori misurati, scorrere verso sinistra/destra
- 6 – Quantità di grasso
- 7 – Massa muscolare
- 8 – Altri valori misurati (cfr. fig. **)
- 9 – Peso misurato
- 10 – Cronologia delle pesature registrate
- 11 – Modifica dell'utente/impostazione dell'unità di peso e altezza

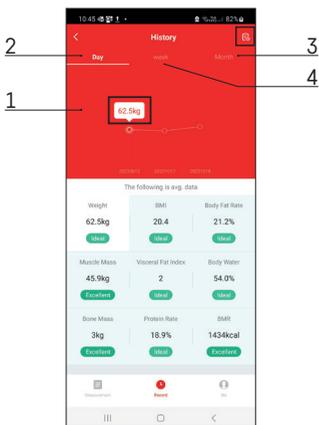


Modifica dell'utente

Prima della pesatura, è necessario inserire i dati di base di ogni utente.
È possibile archiviare i dati di un massimo di 10 utenti.

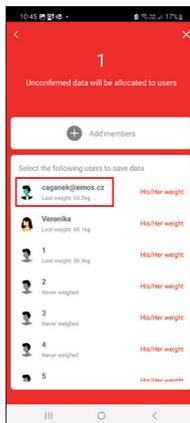
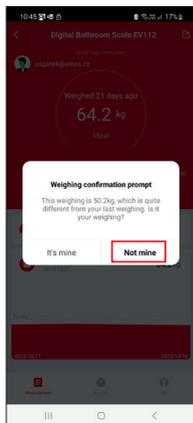
Nell'applicazione, fare clic sull'icona in basso a destra  Me.
Fare clic sull'icona per aggiungere/modificare un utente  **User Management**.
Fare clic sul + in alto a destra e compilare i dati utente (sesso, data di nascita, altezza, peso target), quindi premere OK per confermare.
Premere sull'icona  per cancellare l'utente.
Fare clic sull'icona per impostare l'unità di peso/altezza  **Unit Switch**.
Nota: è possibile modificare l'unità di peso (kg, lb) con il pulsante sulla bilancia solo sul display, non nell'applicazione.

Cronologia delle pesature registrate



- 1 - peso medio nel corso di giorno/settimana/mese (fare clic sul valore oppure su  per l'elenco delle singole pesature)
- 2 - giorno
- 3 - settimana
- 4 - mese

Se il peso misurato è sensibilmente diverso rispetto all'ultimo, verrà visualizzata una tabella in cui si può confermare o selezionare un altro utente che si è pesato.



PESATURA CON INDICE BMI

Prima della pesatura, è necessario inserire i dati di base di ogni utente, cfr. Modifica dell'utente.

Prima di pesarsi togliere scarpe e calzini, altrimenti le informazioni visualizzate non saranno corrette.

1. Posizionare la bilancia su una superficie piana, rigida e stabile.
2. Salire con cautela sulla bilancia – la bilancia si accenderà ed effettuerà automaticamente l'abbinamento con l'applicazione.
Nell'applicazione, selezionare l'utente da pesare.
Se si desidera modificare l'unità di peso, premere ripetutamente il pulsante di accensione nella parte inferiore della bilancia.
3. Rimanere fermi sulla bilancia senza muoversi – dopo un po' appariranno il peso misurato, l'indice BMI e gli altri valori.
4. Dopo 20 secondi, la bilancia si spegne automaticamente.

VALORI MISURATI

Peso

BMI (body mass index) – indice di massa corporea, utilizzato come misura dell'obesità.

Percentuale di grasso corporeo – percentuale di tessuto adiposo nella composizione corporea.

Massa muscolare – massa muscolare totale, compresa la muscolatura scheletrica, cardiaca e liscia.

Quota di grasso corporeo – rapporto del tessuto adiposo nella composizione corporea (grasso sottocutaneo e viscerale).

Indice di grasso corporeo – suddivisione graduata della percentuale di grasso corporeo.

Livello di obesità – differenza tra peso reale e peso ideale.

Peso ideale

Controllo del peso – differenza tra peso reale e peso ideale.

Indice di adiposità viscerale – rapporto del grasso interno.

Peso senza grassi – peso sottratto del grasso corporeo.

Acqua nel corpo – quantità di acqua nel corpo.

Massa ossea – la quantità di massa ossea nel corpo

Rapporto proteico – peso effettivo delle proteine nel corpo.

BMR – metabolismo basale – quantità minima di energia richiesta in condizioni di inattività.

Età metabolica – indica se si è più vecchi o più giovani dell'età effettiva.

Tipo di corporatura – tipo di corporatura in base al rapporto del grasso corporeo e all'indice BMI.

Punteggio – punteggio fisico totale

Indice BMI

Indice BMI	Sottopeso (Underfat)	Peso normale (Healthy)	Sovrappeso (Overfat)	Obesità (Obese)
	< 18,5	18,5–25	25–30	> 30

INFORMAZIONI PER LA MISURAZIONE DEL GRASSO CORPOREO

ATTENZIONE: Le persone che portano un pacemaker o altri impianti con componenti elettronici non sono autorizzate a utilizzare questa bilancia – la corretta funzionalità degli impianti potrebbe essere compromessa.

Nota: La correttezza dei risultati misurati può essere garantita solo stando in piedi sulla superficie della bilancia, a piedi nudi e asciutti! Il dispositivo funziona in base alla misurazione della resistenza elettrica all'interno del corpo umano. Per ottenere valori rilevanti, la bilancia invia un segnale elettrico debole e impercettibile attraverso il corpo.

Il segnale è assolutamente sicuro! Il metodo di misurazione è descritto come „analisi dell'impedenza bioelettrica“ (BIA), un fattore basato sulla correlazione del peso corporeo e sulla percentuale di acqua corporea associata, oltretutto su altri dati biologici (età, sesso, peso corporeo). Esistono persone corpulente con una percentuale equilibrata tra grasso e massa corporea, come anche persone magre con un valore di grasso corporeo notevolmente alto. Il grasso corporeo è un fattore che può gravare notevolmente, ad esempio, sul

sistema cardiovascolare. Per questo è opportuno tenere sotto controllo entrambi i valori (grasso e peso) per mantenere il corpo in forma e in buona salute.

GRASSO CORPOREO

Il grasso corporeo è una componente importante del corpo – dalla protezione delle articolazioni alla fonte di vitamine fino alla regolazione della temperatura corporea, il grasso svolge un ruolo insostituibile nel corpo umano. Non è opportuno ridurlo radicalmente, piuttosto è meglio garantirne il corretto livello per mantenere l'equilibrio tra muscolo e grasso.

L'IMPORTANZA DELL'ACQUA PER LA NOSTRA SALUTE

Il corpo umano è composto per circa il 55–60 % di acqua, a seconda dell'età e del sesso in proporzioni diverse. L'acqua svolge diverse funzioni nel corpo umano:

- assembla gli elementi costitutivi delle nostre cellule; ciò significa che ogni cellula, come pelle, cervello, muscoli ecc., funziona correttamente solo se contiene abbastanza acqua,
- è una sostanza importante rilasciata nel nostro corpo,
- trasporta i nutrienti e i prodotti metabolici del corpo.

Concentrati maggiormente sull'equilibrio idrico del tuo corpo che, come i livelli di grasso, fluttua durante tutta la giornata. Per ottenere risultati rilevanti, effettua le misurazioni alla stessa ora del giorno. Considera i risultati ottenuti dalle misurazioni del grasso corporeo e dell'acqua come illustrativi. Non sono raccomandati per scopi medici.

È sempre meglio consultare queste misurazioni con il proprio medico se stai valutando di apportare interventi radicali nel tuo stile di vita.



Risoluzione dei problemi: FAQ

La bilancia può visualizzare i seguenti messaggi di errore:

- Lo – batterie scariche, sostituirle.
- Err – la bilancia è sovraccarica, scendere dalla bilancia. Potrebbe subire danni.
- C – il peso è inferiore a 3 kg, ripetere la pesatura.

