



Balanza de Bioimpedancia

Marca: TANITA

Modelo: BF-682W

Descripción:

Monitor de grasa corporal / báscula de Tanita, que mide el peso y el porcentaje de grasa corporal de manera simultanea y sencilla. Este modelo utiliza la técnica AIB (análisis de impedancia bioeléctrica).

Este instrumento cuenta con:

- Pantalla de visualización.
- Botón de configurar.
- Botones de flecha (seleccionar).
- Electrodo para la planta del pie.
- Electrodo para el talón.
- Teclas personales.
- Teclas de peso solamente.
- 4 pilas tamaño AA.

Personas que pueden utilizar Báscula / Monitor de Grasa Corporal Tanita:

- Personas que lleven implantado algún equipo médico electrónico, tal como un marcapasos, NO deberían utilizar el programa de control de grasa corporal de esta Báscula/Monitor de Grasa Corporal Tanita.
- Este instrumento está diseñado para el uso de adultos y niños (7-17 años) con un estilo de vida de inactivo a moderadamente activo y adultos con cuerpos atléticos.
- Este instrumento NO está diseñado para embarazadas, atletas profesionales o culturistas.

Recomendaciones para utilizar la Báscula / Monitor de Grasa Corporal Tanita:

- Haga las mediciones a la misma hora del día y en las mismas condiciones.
- Este instrumento no puede utilizarse para determinar específicamente el porcentaje de agua total en el cuerpo de un individuo.
- No utilizar en superficies resbaladizas, como suelos mojados.
- No bajarse de la balanza hasta que aparezca el % de grasa corporal.
- Evite que la unidad reciba golpes o vibraciones excesivas.





Modo de empleo:

<p>1) Preparación del equipo y de los sujetos antes del uso:</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Instalar correctamente las pilas. - Colocar la báscula en una superficie dura y lisa. - Los sujetos deben de estar descalzos (sin medias), y los pies limpios antes de subirse a la báscula. - Los talones debe de estar correctamente alineados con los electrodos de la báscula. - El sujeto debe colocarse recto, con la mirada hacia al frente y los brazos al lado del cuerpo.
<p>2) Lecturas de peso solamente</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Seleccionar la tecla de peso solamente. - Aparecerá "0.0" en la pantalla y la unidad emitirá un sonido. - Súbase a la balanza y aparecerá el peso.
<p>3) Lectura de porcentaje de grasa corporal</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Presione la tecla GUEST. - Utilice los botones de Arriba/Abajo para encontrara su edad, una vez que lo haya hecho, presione Configurar y espere el sonido de confirmación. - Utilice los botones de Arriba/Abajo para seleccionar Mujer u Hombre y el modo del adulto normal o atleta después presione el botón de Configurar y espere el sonido.* - Utilice los botones de Arriba/Abajo para especificar la altura, después presione el botón de Configurar y espere el sonido. <p>* Selección de Nivel de Actividad</p> <p>Para utilizar la prestación de DCI (Ingestión diaria de calorías) correctamente necesita configurar el Nivel de Actividad.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Nivel 1: Estilo de vida inactivo (poco o ningún ejercicio). - Nivel 2: Estilo de vida moderadamente activo (ejercicio de poca intensidad en ocasiones). - Nivel 3: adulto que participa en actividades físicas intensas.
<p>4) Función de apagado automático.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Se apagará la balanza si se interrumpe el proceso de medición. Se corta la energía después de 10 a 20 segundos. - Se apagará la balanza si se aplica un peso extraordinario a la plataforma.





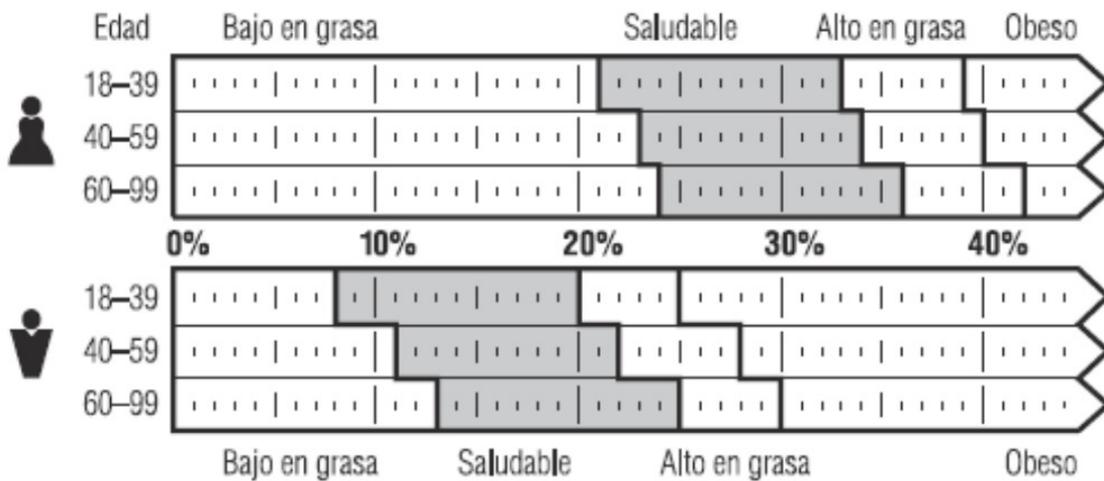
- Se apagará la balanza si no toca ninguna de las teclas en 60 segundos durante la programación.
- Se apagará la balanza después de haber completado el proceso de medición.

Escala



Margen de grasa corporal

-	0	+	++
Bajo en grasa	Saludable	Alto en grasa	Obeso



Nivel Saludable de % Agua

45 - 60 %	50 - 65 %
-----------	-----------

Información tomada del manual de la balanza Balanza de Bioimpedancia Marca: TANITA Modelo: BF-682W. Revisado y modificado por la Bach. Heidy Saavedra Arias, para uso de la Escuela de Educación Física y Deportes, Universidad de Costa Rica.

