

1. Sentiti complimenti!

Scegliendo la bilancia elettronica **seca 804**, avete acquistato un apparecchio di alta precisione e contemporaneamente robusto.

Da oltre 150 anni la seca definisce la sua esperienza al servizio della salute e, nella sua qualità di azienda leader sul mercato in numerosi paesi del mondo, stabilisce sempre dei nuovi standard con i suoi sviluppi innovativi per la pesatura e la misurazione.

Oltre alla convenzionale definizione del peso, la **seca 804** è anche in grado di rilevare l'indice di massa corporea e la

composizione corporea (percentuale di acqua e grasso nel tessuto corporeo). A questo scopo viene condotta attraverso il corpo una corrente alternata impercettibile e innocua.

L'indicazione del peso si può commutare tra chilogrammi (kg), libbre (pounds) e stones (st). Il peso viene determinato in pochi secondi.

La bilancia ha una struttura molto stabile e vi servirà fedelmente per lungo tempo. Essa è facile da usare ed il grande display è facilmente leggibile.

2. Sicurezza

Prima di utilizzare la nuova bilancia, vi invitiamo ad osservare le seguenti avvertenze per la sicurezza.

- Osservate le avvertenze del manuale di istruzione.
- Conservate con cura le istruzioni per l'uso e la dichiarazione di conformità che.
- Non utilizzare la bilancia se si possiede un pace-maker cardiaco, una pompa per insulina o altri prodotti medicali regolati elettronicamente. Il funzionamento potrebbe essere compromesso.
- Non esporre la bilancia ad un'umidità eccessiva.
- Non dovete lasciare cadere la bilancia né esporla ad urti violenti.
- Fate eseguire le riparazioni esclusivamente da persone autorizzate.
- Utilizzate esclusivamente le batterie indicate (vedere "Sostituzione della batteria" a pagina 37).


3. Prima di cominciare veramente...

Sistemazione della bilancia

Rimuovete l'imballaggio e collocate la bilancia su un fondo solido e piano.

Alimentazione elettrica

L'alimentazione elettrica della bilancia ha luogo esclusivamente mediante batteria.

Il display a LCD ha un consumo di corrente molto ridotto: con un set di batterie sono possibili 8.000 pesature. Quando nel display appare la segnalazione  oppure **bAtt**, dovrete sostituire le batterie. Sono necessarie 4 microbatterie, tipo AAA, 1,5 V.

Tutte le figure sono riportate sulla pagina ripiegata.

- Rovesciate la bilancia, facendo attenzione, in modo da rendere accessibile il fondo della bilancia (v. fig. 3).
- Premete la chiusura del vano batterie nella direzione indicata dalla scritta in rilievo "Battery" ed aprite il coperchio ribaltandolo.
- Inserire le nuove batterie nel vano batterie.

Fate attenzione che la polarità sia giusta.

- Chiudete il coperchio
- Rovesciate quindi di nuovo la bilancia.

Commutazione dell'indicazione del peso

La visualizzazione del peso si può commutare tra chilogrammi (kg) e libbre (lb) o tra chilogrammi (kg) e stones (st) (v. fig. 2). Dopo la riaccensione la misurazione viene effettuata nell'unità di peso modificata.

4. Sistemazione ed allineamento della bilancia

- Collocate la bilancia su un fondo solido.
- Fate attenzione che la bilancia abbia contatto con il pavimento solo con i piedi. La bilancia non deve essere appoggiata da nessuna parte.
- Nel caso in cui le irregolarità del pavimento dovessero venire a contatto con il fondo della bilancia (p. es. fibre del tappeto alte), inserite i piedi per tappeto forniti (v. fig. 5).


5. Uso

Semplice pesata

- Posate leggermente il piede sulla bilancia (v. fig. 4). L'interruttore sensibile agli urti avvia la bilancia.

Nel display appariranno nell'ordine, l'uno dopo l'altro **SECR**, **88888** e **0.0**. La bilancia è quindi azzerata automaticamente e pronta al funzionamento.

- Commutate eventualmente l'indicazione del peso (vedere "Commutazione dell'indicazione del peso" a pagina 31).
- Salite sulla bilancia e rimanete in piedi senza muovervi.

Dopo il rilevamento del peso, la bilancia cerca anche di effettuare la misura della composizione corporea, identificata dal simbolo  che si sposta sul display. È possibile lasciare semplicemente la bilancia (questa mostra brevemente un messaggio di errore).

- Leggete il risultato della pesatura dal display digitale.
- Se il carico della bilancia è superiore a 150 kg oppure 330.6 lb nel display appare **SEOP**.

Spegnimento automatico / salva energia

La bilancia si spegne automaticamente dopo 20 secondi.

Pesata con IMC, misurazione del grasso e dell'acqua corporei

La bilancia **seca 804** può rilevare oltre al peso anche i seguenti dati riguardanti il corpo: l'indice di massa corporea, la percentuale di grasso e di acqua corporei. A questo scopo viene condotta attraverso il corpo una corrente alternata impercettibile e innocua e i valori misurati vengono classificati sulla base di peso, sesso, costituzione e altezza. Questi dati devono prima essere inseriti nella bilancia (vedere "Salvataggio dei dati personali" a pagina 32).

Per far sì che i valori possano essere misurati correttamente e per più giorni in modo da consentire un confronto, osservare le seguenti indicazioni:


- è necessario eseguire la misurazione a piedi nudi, in quanto altrimenti non è garantito un contatto sufficiente con i sensori (in questo caso compare **Err 2** sul display). In caso di pelle molto secca inumidire leggermente i piedi, per aumentare la conducibilità.
- Rimanere il più possibile fermi durante la misurazione.
- Collocare i piedi il più possibile sopra i sensori (v. fig. 6).
- Immettere l'altezza con la massima precisione possibile. Un errore di soli 2,5 cm determina già una deviazione di 1 litro nel calcolo dell'acqua corporea!
- Effettuare le misurazioni se possibile ogni giorno allo stesso orario e nelle stesse condizioni, p. es. 15 minuti dopo essersi alzati. Le misurazioni effettuate subito dopo avere dormito determinano risultati non plausibili, in quanto l'acqua corporea è distribuita in modo diverso durante il sonno.
- Anche le misurazioni effettuate subito dopo forti sollecitazioni corporee danno luogo a risultati non plausibili. Prendersi una pausa più lunga prima della misurazione (da circa 2 a 3 ore).
- Anche un pasto abbondante o il consumo di alcolici determinano risultati non plausibili.
- Nei seguenti casi non è possibile effettuare nessuna misurazione precisa con la bilancia **seca 804**: durante la gravidanza o quando il corpo presenta impianti medicali come p. es. articolazioni artificiali, piastre metalliche o viti. In questi casi effettuare un esame di diagnosi differenziale presso il medico per rilevare risultati corretti.

Salvataggio dei dati personali

La **seca 804** può salvare i dati personali relativi a un massimo di quattro persone diverse. Inoltre è possibile effettuare una misurazione nella cosiddetta modalità ospiti (ved. "Misurazione nella modalità ospiti" a pagina 8). Le quattro memorie personali vengono quindi assegnate ognuna ad uno dei quattro tasti **MENU**, **▲**, **▼** o **SET** e possono in seguito essere selezionate all'avvio della bilancia mediante il relativo tasto.

- Avviare la bilancia con uno dei quattro tasti **MENU**, **▲**, **▼** o **SET**, alla cui memoria devono essere assegnati i dati personali.

Nel display appariranno nell'ordine, l'uno dopo l'altro **SECA**, **88888** e **00**. La bilancia è quindi azzerata automaticamente e pronta al funzionamento. Anche nel display compare il simbolo

della memoria personale selezionata, p. es. .

- Mantenere premuto il tasto **MENU** finché sul display non compare **HEIGHT** (altezza). Sul display è visibile l'ultima altezza inserita.

- È possibile modificare il valore con i tasti freccia ▲ e ▼ in incrementi in base alla suddivisione del display.
- Dopo avere impostato il valore esatto, premere brevemente il tasto **SET**. Viene visualizzato il menu del sesso e della costituzione.
- Selezionare con i tasti freccia ▲ e ▼ il sesso e la costituzione:
MALE NORMAL: maschio, costituzione normale (massimo 2x alla settimana sport per 30 minuti),
FEMALE NORMAL: femmina, costituzione normale (massimo 2x alla settimana sport per 30 minuti),
MALE ATHLETIC: maschio, sportivo,
FEMALE ATHLETIC: femmina, sportiva.
- Confermare la selezione premendo per breve tempo il tasto **SET**. Viene visualizzato il menu per l'immissione dell'età.
- È possibile aumentare o ridurre il valore con i tasti freccia ▲ e ▼.
- Dopo avere impostato il valore esatto, premere brevemente il tasto **SET**. L'immissione dei dati personali per una persona è quindi terminata.

Misurazione con riconoscimento automatico della persona

La **seca 804** può riconoscere sulla base del peso se la persona sulla bilancia corrisponde ai valori salvati in una delle quattro memorie personali. In questo modo non è necessario chinarsi ogni volta per avviare la bilancia con uno dei tasti. Il valore misurato viene confrontato con i dati salvati e, se è compreso all'interno di una certa tolleranza, viene attribuito alla relativa memoria personale. Il peso attuale viene quindi salvato e considerato come base per le misurazioni successive. La bilancia è così sempre aggiornata, quando p. es. si perde peso continuamente per una dieta.

Attenzione:

Quando si sale sulla bilancia per la prima volta dopo il salvataggio dei dati personali, è prima necessario avviare la bilancia con il tasto assegnato ai propri dati. In questo modo la bilancia può attribuire il peso ai dati personali.

- Posate leggermente il piede sulla bilancia. L'interruttore sensibile agli urti avvia la bilancia.
 Nel display appariranno nell'ordine, l'uno dopo l'altro **SECA**, **BBBBB** e **00**. La bilancia è quindi azzerata automaticamente e pronta al funzionamento.
- Salire sulla bilancia a piedi nudi e rimanere fermi (v. fig. 6).
 La bilancia rileva il peso e avvia quindi la misurazione della resistenza elettrica del tessuto corporeo. Durante la misurazione il simbolo **■** si sposta sul display.
- Dopo la misurazione la bilancia confronta il peso rilevato con i pesi salvati. Qualora non sia possibile un'attribuzione univoca, sul display lampeggiano i simboli delle memorie personali i cui pesi salvati si avvicinano al peso misurato.
- Nel caso in cui la bilancia non sia in grado di attribuire chiaramente il peso, premere il tasto che è stato assegnato ai dati personali (**MENU**, **▲**, **▼** o **SET**).
- Dopo avere effettuato con successo la misurazione, vengono visualizzati sul display per tre volte in successione i valori dell'IMC e del contenuto di grasso e di acqua corporei. Quindi la bilancia si spegne.
- Confrontate i valori con le categorie a pagina 34 e 35.

Attenzione:

Se il peso rilevato è simile al peso salvato di un'altra persona, può verificarsi che i valori di misurazione vengano assegnati ad un'altra memoria personale. Controllare durante la misurazione se compare il simbolo della memoria personale corretto. Se necessario,

avviare la bilancia prima della misurazione con il tasto attribuito alla memoria personale **MENU**, ▲, ▼ o **SET**, qualora il riconoscimento automatico della persona non dovesse funzionare.

Misurazione nella modalità ospiti

Se tutte le memorie personali sono già occupate, o se si desidera rilevare i valori dell'IMC e del contenuto di grasso e acqua corporei di un'altra persona solo una volta, è possibile effettuare la misurazione nella cosiddetta modalità ospiti:

- Avviare la bilancia premendo contemporaneamente i tasti **MENU** e **SET**.
Nel display appariranno nell'ordine, l'uno dopo l'altro **SECA**, **88888** e **00**. Quindi la bilancia viene impostata automaticamente su zero e sul display compare **GUEST** (ospite).
- Mantenere premuto il tasto **MENU** finché sul display non compare **HEIGHT** (altezza).
Sul display è visibile l'ultima altezza inserita.
- È possibile modificare il valore con i tasti freccia ▲ e ▼ in incrementi in base alla suddivisione del display.
- Dopo avere impostato il valore esatto, premere brevemente il tasto **SET**.
Viene visualizzato il menu del sesso e della costituzione.
- Selezionare con i tasti freccia ▲ e ▼ il sesso e la costituzione:
MALE NORMAL: maschio, costituzione normale (massimo 2x alla settimana sport per 30 minuti),
FEMALE NORMAL: femmina, costituzione normale (massimo 2x alla settimana sport per 30 minuti),
MALE ATHLETIC: maschio, sportivo,
FEMALE ATHLETIC: femmina, sportiva.
- Confermare la selezione premendo per breve tempo il tasto **SET**.
Viene visualizzato il menu per l'immissione dell'età.
- È possibile aumentare o ridurre il valore con i tasti freccia ▲ e ▼.
- Dopo avere impostato il valore esatto, premere brevemente il tasto **SET**.
L'immissione dei dati personali per una persona è quindi terminata.
- Salire sulla bilancia a piedi nudi e rimanere fermi (v. fig. 6).
La bilancia rileva il peso e avvia quindi la misurazione della resistenza elettrica del tessuto corporeo. Durante la misurazione il simbolo **■** si sposta sul display.
- Dopo avere effettuato con successo la misurazione, vengono visualizzati sul display per tre volte in successione i valori dell'IMC e del contenuto di grasso e di acqua corporei. Quindi la bilancia si spegne.
- Confrontate i valori con le categorie a pagina 34 e 35.

Valutazione dei valori misurati relativi al grasso e all'acqua corporei:

Le percentuali di acqua e grasso corporei sul peso corporeo riportate qui di seguito sono valori indicativi dell'Organizzazione Mondiale della Sanità (WHO).

Grasso corporeo:

Donne				
Età	Sottopeso	Fascia sana	Sovrappeso	Adiposità
20 – 40 anni	sotto il 21%	21 – 33%	33 – 39%	sopra il 39%
41 – 60 anni	sotto il 23%	23 – 35%	35 – 40%	sopra il 40%
61 – 79 anni	sotto il 24%	24 – 36%	36 – 42%	sopra il 42%

Uomini				
Età	Sottopeso	Fascia sana	Sovrappeso	Adiposità
20 – 40 anni	sotto il 8%	8 – 19%	19 – 25%	sopra il 25%
41 – 60 anni	sotto il 11%	11 – 22%	22 – 27%	sopra il 27%
61 – 79 anni	sotto il 13%	13 – 25%	25 – 30%	sopra il 30%

Acqua corporea

Donne	50 – 55%
Uomini	60 – 65%
Bambini	65 – 75%

Note:

Nelle persone con un'elevata percentuale di grasso corporeo la percentuale di acqua corporea è molto spesso inferiore ai valori indicativi dell'OMS. Negli sportivi con poco grasso corporeo e molta massa muscolare si osserva spesso un superamento dei valori indicativi. Nei neonati l'acqua costituisce il 75% del peso corporeo. La percentuale diminuisce fino alla fine del periodo della crescita raggiungendo un valore del 65% e in età senile ammonta solo al 55% (fonte: Schmidt, Thews, Physiologie des Menschen, 25. Auflage, Springer-Verlag in Berlin und Heidelberg, 1993).

Con i valori misurati si ottengono solo indicazioni relative alle possibili irregolarità dell'equilibrio di acqua e grasso del corpo. La precisione della misurazione dipende da diversi fattori che possono influenzarla. Qualora si osservino deviazioni dai valori normali, effettuare un esame di diagnosi differenziale presso il medico.

Interpretazione dell'indice di massa corporea negli adulti:

Confrontate il valore determinato con le categorie specificate di seguito, le quali corrispondono alle categorie utilizzate dall'OMS, 2000.

- **BMI inferiore 18,5:**

Attenzione, il paziente pesa troppo poco, potrebbe esservi una tendenza alla magrezza patologica. Un aumento del peso risulta consigliabile, per migliorare il benessere e l'efficienza. In caso di dubbi si dovrebbe consultare un medico specialista.

- **BMI tra 18,5 e 24,9:**

Il paziente ha un peso normale.

- **BMI tra 25 e 30 (Sovrappeso):**

Il paziente presenta un'eccedenza di peso da leggera a media. Egli dovrebbe ridurre il proprio peso, se vi è già una malattia (per esempio diabete, ipertensione, gotta, disturbi del metabolismo dei grassi).

- **BMI superiore 30:**

Una riduzione del peso è urgentemente necessaria. Il metabolismo, la circolazione e le ossa vengono sollecitati. Si raccomanda una dieta coerente, molto moto ed educazione del comportamento. In caso di dubbi si dovrebbe consultare uno specialista.

6. Pulizia

Pulite il rivestimento e la carrozzeria, quando se ne presenta la necessità, con un detersivo per usi domestici oppure con un disinfettante normalmente in commercio. Attenetevi alle indicazioni del fabbricante.

Per la pulizia non usate in nessun caso detersivi abrasivi oppure forti, spirito, benzina o simili. Tali mezzi potrebbero danneggiare le superfici.

7. Cosa fare se...

... Non appare nessun'indicazione del peso?

- La bilancia è accesa?
- Controllate le batterie.

... prima della pesatura non appare 0.0?

- Dopo lo spegnimento automatico avviate di nuovo la bilancia – quando lo fate, la bilancia deve essere non caricata – e toccare il pavimento solo con i piedi.

... durante la misurazione del contenuto di grasso e acqua corporei compare la scritta ERR 2?

- È necessario effettuare le misurazioni a piedi nudi, in quanto altrimenti non è garantito un contatto sufficiente con i sensori. In caso di pelle molto secca inumidire leggermente i piedi, per aumentare la conduttività.

... valori del contenuto di grasso e acqua corporei deviano molto dai valori normali?

- Rimanere il più possibile fermi durante la misurazione.
- Collocare i piedi il più possibile sopra i sensori (v. fig. 6).
- È stata immessa l'altezza correttamente? Avviare la bilancia con il tasto assegnato alla memoria personale e premere uno dei tasti freccia s e t. Il simbolo della memoria personale lampeggia e i dati immessi vengono visualizzati. Controllarli e, se necessario, modificarli (ved. "Salvataggio dei dati personali" a pagina 6).
- Nei seguenti casi la misurazione fornisce risultati non plausibili: durante la gravidanza o quando il corpo presenta impianti medicali come p. es. articolazioni artificiali, piastre metalliche o viti. In questi casi effettuare un esame di diagnosi differenziale presso il medico per rilevare risultati corretti.
- Le persone con un'elevata percentuale di grasso corporeo presentano spesso una percentuale di acqua corporea sotto la media.
- Nelle persone molto sportive con poco grasso corporeo e molta massa muscolare si osserva spesso un superamento dei valori indicativi. Selezionare in questo caso l'opzione Athletic per la corporatura.

... i valori del contenuto di grasso e acqua corporei deviano molto tra misurazioni diverse?

- Effettuare le misurazioni se possibile ogni giorno allo stesso orario e nelle stesse condizioni, p. es. 15 minuti dopo essersi alzati.
- Le misurazioni effettuate subito dopo avere dormito determinano risultati non plausibili, in quanto l'acqua corporea è distribuita in modo diverso durante il sonno.

- Anche le misurazioni effettuate subito dopo forti sollecitazioni corporee danno luogo a risultati non plausibili. Prendersi una pausa più lunga prima della misurazione.
- Anche un pasto abbondante o il consumo di alcolici determinano risultati non plausibili.

... un segmento non sempre si illumina oppure non si illumina affatto?

- Il punto corrispondente presenta un errore. Mettetevi in contatto con il servizio manutenzione.

... la segnalazione appare?

- La tensione della batteria comincia a calare. Dovreste sostituire le batterie nei prossimi giorni.

... la segnalazione *bAtt* appare?


- Le batterie sono scariche. Inserite delle batterie nuove.

... la segnalazione *StDP* appare?

- Il carico massimo è stato superato.

8. Manutenzione

Sostituzione della batteria

Quando nel display appare la segnalazione  oppure *bAtt*, dovreste sostituire le batterie. Sono necessarie 4 microbatterie, tipo AAA, 1,5 V.

- Rovesciate la bilancia, facendo attenzione, in modo da rendere accessibile il fondo della bilancia (v. fig. 3).
- Premete la chiusura del vano batterie nella direzione indicata dalla scritta in rilievo "Battery" ed aprite il coperchio ribaltandolo.
- Rimuovere le batterie consumate e inserire le nuove batterie nel vano batteria.

Fate attenzione che la polarità sia giusta.

- Chiudete il coperchio
- Rovesciate quindi di nuovo la bilancia.

9. Specifiche tecniche

Dimensioni

Altezza: 315 mm

Larghezza: 44 mm

Profondità: 300 mm

Dimensioni delle cifre 20 mm

Peso proprio cirka 1,3 kg

Campo di temperatura +10 °C fino a +40 °C

Portata massima 150 kg / 330.6 lb / 23:8 st

Carico minimo 2 kg / 4.4 lb

Divisione fine

0 fino a 150 kg 100 g

0 fino a 330.6 lb 0.2 lb

Range di misurazione

Grasso corporeo

da 4,0 a 80,0% in incrementi di 0,1%

Acqua corporea

da 4,0 a 80,0% in incrementi di 0,1%

Altezza

da 100 a 220 cm in incrementi da 1 cm

da 39,5 pollici a 86,5 pollici in incrementi di 0,5 pollici

Alimentazione

Batteria

Batterie

4 batterie tipo AAA, 1,5 V

Precisione della pesata

superiore a $\pm 0,6\%$

10. Smaltimento

Smaltimento dell'apparecchio



Non smaltire l'apparecchio con i rifiuti domestici. L'apparecchio deve essere adeguatamente smaltito come rottame elettronico. Rispettare le norme nazionali in materia. Per ulteriori informazioni rivolgersi al nostro Servizio Assistenza all'indirizzo:

service@seca.com

Batterie

Non gettate le batterie usate nei rifiuti domestici. Smaltitele tramite centri di raccolta nelle vostre vicinanze. Nell'acquisto scegliete delle batterie poco inquinanti senza mercurio (Hg), cadmio (Cd) e senza piombo (Pb).

11. Garanzia

Per difetti che si possono ricondurre ad errori di materiale o di fabbricazione vale un termine di garanzia di due anni a partire dalla consegna. Tutte le parti mobili come, ad esempio, batterie, cavi, alimentatori, accumulatori, ecc, ne sono escluse. Difetti che sono coperti dalla garanzia, verranno eliminati gratuitamente per il cliente contro presentazione della ricevuta d'acquisto. Non è possibile prendere in considerazione altre pretese. I costi del trasporto di andata e di ritorno sono a carico del cliente, se l'apparecchio si trova in un luogo diverso dal domicilio del cliente. Nel caso di danni dovuti al trasporto i diritti di garanzia

si possono far valere solo se per il trasporto si è utilizzato l'imballaggio originale completo e la merce vi è stata fissata in modo conforme allo stato dell'imballaggio originale. Conservate quindi le parti dell'imballaggio.

Non vi è nessuna garanzia, se l'apparecchio è stato aperto da persone, che non sono state esplicitamente autorizzate a ciò dalla seca.

Preghiamo i clienti all'estero di rivolgersi nei casi previsti dalla garanzia direttamente al venditore del rispettivo Paese.