

# beurer

# BF 720



**RO** Cântar de diagnoză  
Instrucțiuni de utilizare

EAC CE



**Citiți cu atenție prezentele instrucțiuni de utilizare, păstrați-le pentru consultarea ulterioară, puneți-le la dispoziția altor utilizatori și respectați indicațiile.**

## Stimată clientă, stimat client,

Ne bucurăm că ați ales un produs din gama noastră. Marca noastră este sinonimă cu produse de calitate, testate riguros, din domenii precum căldură, greutate, tensiune arterială, temperatură corporală, puls, terapie, masaj, frumusețe, îngrijire bebeluși și aer.

Cu deosebită considerație,  
Echipa dumneavoastră Beurer

## Conținut

1. Pachet de livrare.....	3	8. Curățarea și întreținerea .....	11
2. Explicația simbolurilor .....	3	9. Ce este de făcut în cazul în care apar probleme? .....	11
3. Utilizarea conform destinației .....	4	10. Eliminarea ca deșeu .....	12
4. Indicații de avertizare și de siguranță .....	4	11. Date tehnice .....	13
5. Descrierea aparatului.....	5	12. Garanție/Service.....	13
6. Punerea în funcțiune.....	6		
7. Utilizare.....	8		

## Prezentare

### Funcțiile aparatului

Acest cântar digital este utilizat pentru cântărire și diagnosticarea stării dumneavoastră fizice.

Acesta este destinat utilizării proprii în domeniul privat.

Cântarul dispune de următoarele funcții, care pot fi utilizate de un număr de până la 8 persoane:

- Măsurarea greutății corporale și a IMC-ului,
- Determinarea procentului de țesut adipos,
- Procentul de apă din organism,
- Procentul de țesut muscular,
- Masa osoasă,
- Rata metabolică de bază și rata metabolică activă.

Cântarul dispune de următoarele funcții suplimentare:

- Comutarea între kilogram „kg”, livră „lb” și stone „st”,
- Funcția de oprire automată,
- Afișarea necesității de înlocuire a bateriei în cazul bateriilor descărcate,
- Detectarea automată a utilizatorului,
- Afișaj cu LCD pentru 3 inițiale ale utilizatorului,
- Memorarea ultimelor 30 de măsurători pentru 8 persoane, în situația în care nu este posibil transferul către aplicație.

### Principiul de măsurare

Acest cântar funcționează pe baza principiului B.I.A., analiza impedanței bioelectrice. Astfel, este posibilă o determinare a procentelor aferente organismului în decurs de câteva secunde prin intermediul unui curent electric foarte slab și complet inofensiv.

Prin această măsurare a rezistenței electrice (impedanță) și prin includerea în calcul a constantelor, respectiv valorilor individuale (vârstă, înălțime, sex, grad de activitate) pot fi determinate procentul de țesut adipos și alte valori ale organismului. Țesutul muscular și apa prezintă o conductibilitate electrică bună și, prin urmare, o rezistență redusă. Oasele și țesutul adipos în schimb, prezintă o conductibilitate redusă, deoarece celulele adipoase și oasele, având o rezistență foarte ridicată, pot conduce o cantitate foarte redusă a curentului electric.

Aveți în vedere faptul că valorile calculate de cântarul de diagnoză reprezintă numai o aproximare a valorilor de analiză medicală reale ale organismului. Numai un medic specialist poate obține o determinare exactă a țesutului adipos, a apei din organism, a procentului de țesut muscular și a structurii osoase, cu ajutorul metodelor medicale (de exemplu, tomografie computerizată).













## 1. Pachet de livrare

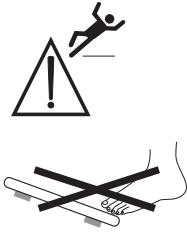
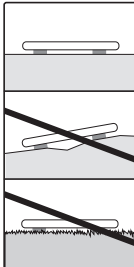
Verificați aparatul pentru a vă asigura că starea ambalajului este ireproșabilă și conținutul este complet. Înainte de utilizare, asigurați-vă că aparatul și accesoriile nu prezintă defecțiuni vizibile și că sunt îndepărtate toate materialele de ambalare. În cazul în care aveți îndoieli, nu utilizați aparatul și adresați-vă comerciantului dumneavoastră sau contactați departamentul de service la adresa indicată.

- Instrucțiuni succinte
- Cântar de diagnoză BF 720
- 3 x baterii de 1,5 V, tip AAA
- Prezentele instrucțiuni de utilizare

## 2. Explicația simbolurilor

Pe aparat, în instrucțiunile de utilizare, pe ambalaj și pe plăcuța de identificare a aparatului sunt utilizate următoarele simboluri:

	<b>AVERTIZARE</b> Indicație de avertizare privind pericolele de vătămare sau pericolele pentru sănătatea dumneavoastră.		
	<b>ATENȚIE</b> Indicație de siguranță privind posibila defectare a aparatului/accesoriilor.		
	<b>Indicație</b> Indicație privind informații importante		
	Respectați instrucțiunile de utilizare		
	Eliminare în conformitate cu prevederile Directivei WEEE (Waste Electrical and Electronic Equipment) privind deșeurile de echipamente electrice și electronice		
	Eliminați ambalajul în mod ecologic		
	Acest produs îndeplinește cerințele directivelor europene și naționale în vigoare.		
	Nu este permisă utilizarea aparatului de către persoane cu implanturi medicale (de exemplu, stimulator cardiac). În caz contrar, funcționarea acestora poate fi afectată.		
	Producător		
	Nu supuneți cântarul la o greutate mai mare de 180 kg / 396 lb / 28 st.		Pericol de alunecare: Nu vă urcați pe cântar cu picioarele umede.
			

	<p>Pericol de răsturnare: Stați central pe suprafața cântarului.</p>		<p>Poziționați cântarul pe o suprafață plană. Nu utilizați pe covor.</p>
--	--	--	--

### 3. Utilizarea conform destinației

Aparatul este destinat exclusiv cântării persoanelor și înregistrării datelor de dumneavoastră personale de fitness. Aparatul este destinat exclusiv uzului propriu, nu uzului medical sau comercial.

### 4. Indicații de avertizare și de siguranță



#### AVERTIZARE

- **Cântarul nu trebuie utilizat de către persoane cu implanturi medicale (de exemplu, stimulator cardiac). În caz contrar, funcționarea acestora poate fi afectată.**
- A nu se utiliza în timpul sarcinii.
- Nu vă urcați niciodată pe cântar pe marginea exterioară: Pericol de răsturnare!
- În cazul înghițirii bateriilor, acestea vă pot pune în pericol viața. Nu lăsați bateriile și cântarul la îndemâna copiilor mici. În cazul înghițirii unei baterii, apălați imediat la ajutor medical.
- Nu lăsați ambalajul la îndemâna copiilor (pericol de sufocare).
- Atenție! Nu vă urcați pe cântar cu picioarele ude și nu călcați pe cântar dacă suprafața acestuia este umedă – pericol de alunecare!



#### Indicații privind manipularea bateriilor

- În cazul în care lichidul din celula bateriei intră în contact cu pielea sau ochii, clătiți locurile afectate cu apă și solicitați asistență medicală.
- ⚠ **Pericol de înghițire!** Copiii mici pot înghiți bateriile și se pot asfixia. De aceea, nu păstrați bateriile la îndemâna copiilor mici!
- Respectați marcasele de polaritate Plus (+) și Minus (-).
- Dacă una dintre baterii s-a scurs, puneți-vă mănuși de protecție și curățați compartimentul pentru baterii cu o cârpă uscată.
- Protejați bateriile de căldura excesivă.
- ⚠ **Pericol de explozie!** Nu aruncați bateriile în foc.
- Bateriile nu trebuie să fie încărcate sau scurtcircuitate.
- În cazul în care aparatul nu este utilizat o perioadă îndelungată, scoateți bateriile din compartimentul pentru baterii.
- Utilizați numai același tip de baterie sau un tip de baterie cu aceeași valoare.
- Înlocuiți întotdeauna toate bateriile simultan.
- Nu utilizați acumulatori!
- Nu dezasamblați, deschideți sau rupeți bateriile.



#### Indicații generale

- Aveți în vedere faptul că există posibilitatea unor toleranțe de măsurare având o cauză tehnică, deoarece cântarul nu este calibrat pentru uzul profesional sau medical.
- Sarcina admisă a cântarului este de maxim 180 kg (396 lb, 28 st). În cazul măsurării greutateii și la determinarea masei osoase, rezultatele sunt afișate în intervale de 100 g (0,2 lb).
- Rezultatele măsurării procentului de grăsime corporală, apă din organism și țesut muscular sunt afișate în intervale de 0,1%.
- Necesarul de calorii este afișat în intervale de 1 kcal.

- În starea de livrare, cântarul este reglat la unitățile de măsură „cm” și „kg”. Pe parcursul punerii în funcțiune prin aplicație, puteți modifica setările unităților.
- Poziționați cântarul pe o suprafață plană, rezistentă; o pardoseală solidă este condiția pentru o măsurare corectă.
- Reparațiile pot fi efectuate exclusiv de către serviciul pentru clienți Beurer sau de către comercianții autorizați. Înainte de a face o reclamație, verificați bateriile și înlocuiți-le, dacă este cazul.

### Depozitare și întreținere

Exactitatea valorilor măsurate și durata de viață a aparatului depind de manipularea atentă a acestuia:



#### ATENȚIE

- Aparatul trebuie curățat periodic. Nu utilizați agenți de curățare puternici și nu țineți niciodată aparatul sub apă.
- Asigurați-vă că acest cântar nu intră în contact cu lichide. Nu scufundați niciodată cântarul în apă. Nu spălați niciodată aparatele sub jet de apă.
- Nu așezați obiecte pe cântar atunci când nu îl utilizați.
- Nu acționați tastatura cu forță sau cu obiecte ascuțite.
- Nu expuneți cântarul la temperaturi ridicate sau la câmpuri electromagnetice puternice (de exemplu telefoane mobile).
- Protejați aparatul de șocuri, umezeală, praf, substanțe chimice, fluctuații puternice de temperatură și surse de căldură prea apropiate (cuptoare, calorifere).

### Recomandări generale

- Cântăriți-vă pe cât posibil la aceeași oră (cel mai indicat dimineața), după ce mergeți la toaletă, pe stomacul gol și fără îmbrăcăminte, pentru a obține rezultate comparabile.
- Important la măsurare: Determinarea masei de grăsime corporală trebuie efectuată numai în picioarele goale și, pentru a obține rezultate eficiente, poate fi realizată cu tălpile ușor umede. Atunci când tălpile sunt complet uscate sau dacă sunt acoperite pe suprafețe extinse de bățături se pot obține rezultate nesatisfăcătoare, întrucât conductibilitatea în acest caz este prea redusă.
- În timpul procesului de măsurare stați drept și nemișcat.
- După un efort fizic neobișnuit, așteptați câteva ore înainte de a vă cântări.
- După trezirea din somn, așteptați aproximativ 15 minute înainte de a vă cântări pentru a permite apei din organism să se distribuie proporțional.
- Prezintă importanță numai tendința pe termen lung. De regulă, diferențele de greutate pe termen scurt înregistrate în numai câteva zile se datorează pierderii de lichide; apa din organism joacă un rol important pentru sănătate.

### Restricții

La determinarea procentului de țesut adipos și a celorlalte valori pot fi obținute rezultate anormale și neplauzibile în cazul:

- copiilor care nu au împlinit aproximativ 10 ani,
- sportivilor profesioniști și al culturiştilor,
- persoanelor cu stare febrilă, sub tratament cu dializă, cu simptome de edem sau osteoporoză,
- persoanelor care se tratează cu medicamente pentru afecțiuni cardiovasculare (pentru cord și sistemul vascular),
- persoanelor care iau medicamente vasodilatatoare sau vasoconstrictoare,
- persoanelor cu anomalii anatomice grave la nivelul oaselor cu privire la înălțimea corpului (lungimea picioarelor considerabil redusă sau mărită).

## 5. Descrierea aparatului

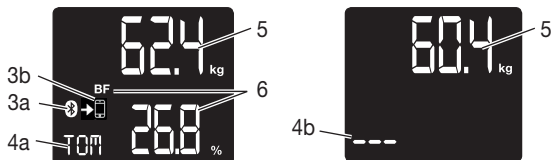
### Latura posterioară

1. Tasta MODE
2. Compartiment pentru baterii



## Display

- 3a. Simbol *Bluetooth*® pentru conexiunea dintre cântar și smartphone
- 3b. Simbol Sincronizare la trimiterea măsurătorilor
- 4a. Inițialele utilizatorului, de ex. TOM
- 4b. Măsurare necunoscută „- - -”
5. Greutate corporală
6. Datele corporale, de ex. BMI, BF, ...



## 6. Punerea în funcțiune

### Introducerea bateriilor

Scoateți bateriile din ambalajul de protecție și introduceți bateriile în cântar, ținând cont de polaritatea acestora. În cazul în care cântarul nu funcționează, scoateți complet bateriile și introduceți-le din nou.

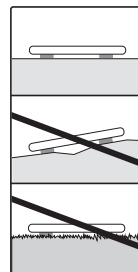
### Amplasarea cântarului

Poziționați cântarul pe o suprafață fixă plană, rezistentă; stabilitatea reprezintă condiția esențială pentru o măsurare corectă.

#### 6.1 Punerea în funcțiune cu aplicația

Pentru a putea determina procentul de țesut adipos și alte valori ale organismului dumneavoastră, trebuie să introduceți și să memorați datele personale pe cântar. Cântarul dispune de 8 spații de memorare pentru utilizatori, în care membrii familiei dumneavoastră pot salva, de exemplu, setările personale.

Suplimentar, utilizatorii pot fi activați de pe alte dispozitive mobile pe care este instalată aplicația „beurer HealthManager” sau prin schimbarea profilului de utilizator în cadrul aplicației (consultați setările aplicației).



Pentru a menține activată o conexiune *Bluetooth*® pe parcursul punerii în funcțiune, păstrați smartphone-ul în apropierea cântarului.

- Descărcăți aplicația gratuită „beurer HealthManager” App din Apple App Store (iOS) sau Google Play (Android™).
- Instalați aplicația și urmați instrucțiunile.
- Selectați BF 720 în aplicație.
- Înregistrați datele referitoare la BF 720.

Următoarele setări trebuie să fie efectuate, respectiv înregistrate în aplicația „beurer HealthManager”:

Datele utilizatorului	Valori setate
Inițiale/Abrevierea numelui	maxim 3 litere sau cifre
Înălțime	100 până la 220 cm (3' 3,5" până la 7' 2,5")
Vârsta	10 până la 100 ani
Sex	masculin (♂), feminin (♀)
Grad de activitate	1 până la 5


### Grade de activitate

La alegerea gradului de activitate este decisivă aprecierea pe termen mediu și lung.


Grad de activitate	Activitate fizică
1	Lipsă.
2	Redusă: efort fizic ușor și cu frecvență redusă (de exemplu, plimbări, activități ușoare de grădinarit, exerciții de gimnastică).
3	Medie: efort fizic, de cel puțin 2 până la 4 ori pe săptămână, a câte 30 de minute.
4	Ridică: efort fizic, de cel puțin 4 până la 6 ori pe săptămână, a câte 30 de minute.
5	Foarte intensă: efort fizic intens, antrenament intens sau muncă fizică, zilnic, a câte cel puțin 1 oră.

#### – În urma solicitării transmise de aplicație, efectuați repartizarea utilizatorului.

Pentru recunoașterea automată a persoanelor, prima măsurătoare trebuie repartizată datelor dumneavoastră personale. Respectați în acest scop instrucțiunile transmise de aplicație. Urcați-vă desculț pe cântar și, distribuind greutatea pe ambele picioare, stați nemișcat pe electrozi.

-  **Indicație:** Pentru evaluările suplimentare este admisă utilizarea exclusivă a valorilor de măsurare afișate la nivelul cântarului.

#### 6.2 Punerea în funcțiune fără aplicație (alternativ)

-  **Indicație:** Recomandăm punerea în funcțiune și efectuarea tuturor setărilor prin intermediul aplicației „beurer HealthManager”. Efectuați acest pas numai atunci când punerea în funcțiune trebuie efectuată fără a folosi aplicația. În cazul punerii în funcțiune prin intermediul aplicației, treceți direct la capitoul „Efectuarea măsurătorii”.

– După introducerea bateriilor, pe display luminează intermitent „USE APP”. Apăsați tasta SET pentru a seta anul/luna/ziua, precum și ora/minutele.

În acest sens, apăsați tastele ▲/▼.

Apăsați tasta SET pentru a confirma. Pe ecran se afișează „0.0”.

– Apăsați din nou tasta SET. Apare afișajul „P-01”, resp. numărul ultimei memorii de utilizator a cântarului folosite.

Cu ajutorul tastelor ▲/▼, selectați memoria de utilizator (P-01 până la P-08) și apăsați tasta SET pentru a confirma.

– Efectuați setările, precum sexul, dimensiunile corporale, etc. (a se vedea „Punerea în funcțiune cu aplicația” (tabel)). Confirmați prin apăsarea tastei SET.

– După introducerea datelor dumneavoastră, apare un PIN de utilizator alcătuit din 4 cifre. Acesta este necesar pentru eventuala înregistrare ulterioară în aplicație. Apoi, pe display apare afișajul „0.0” împreună cu inițialele dumneavoastră.

– Pentru recunoașterea automată a persoanelor, prima măsurătoare trebuie repartizată datelor dumneavoastră personale. Urcați-vă desculț, în mod ideal, pe cântar și, distribuind greutatea pe ambele picioare, stați nemișcat pe electrozi.

-  **Indicații pentru înregistrarea ulterioară în aplicație:**

În cazul în care ați efectuat punerea în funcțiune a cântarului fără aplicație, puteți adăuga memoria de utilizator a cântarului existentă în aplicația „beurer HealthManager”. Pentru aceasta, este necesar să introduceți PIN-ul dumneavoastră alcătuit din 4 cifre. Această procedură este descrisă în cadrul aplicației.

## 7. Utilizare

### 7.1 Realizarea măsurătorii

**Poziționați cântarul pe o suprafață fixă plană, rezistentă; stabilitatea reprezintă condiția esențială pentru o măsurare corectă.**

#### Măsurarea greutateii, efectuarea diagnosticării

Urcați-vă desculț pe cântar și, distribuind greutatea pe ambele picioare, stați nemișcat pe electrozi.

**i** **Indicație:** În cazul în care o măsurătoare va fi efectuată în șosete, rezultatul măsurătorii nu este corect.

Cântarul începe imediat măsurarea. Pentru început este afișată greutatea.

Dacă a fost repartizat un utilizator, sunt afișate BMI, BF, apa, musculatura, osatura, BMR și AMR. Acest lucru se întâmplă dacă sunt afișate inițialele.

Apar următoarele mesaje:

1. Greutate în kg cu BMI
2. Grăsimea corporală în % (BF)
3. Apa din organism în %  $\approx$
4. Procent de țesut muscular, în %  $\rightleftharpoons$
5. Masa osoasă în kg  $\rightleftharpoons$
6. Rata metabolică de repaos în kcal (BMR)
7. Rata metabolică activă în kcal (AMR)

**i** **Indicație:** În cazul în care există doi sau mai mulți utilizatori care pot fi identificați, afișajul de pe display comută între utilizatori. Apăsăți tasta ▲/▼ pentru a selecta utilizatorul.

În cazul în care nu este identificat niciun utilizator, se afișează numai greutatea și „- -”. Apoi, cu tastele ▲/▼, puteți selecta utilizatorul. În caz contrar, această măsurătoare nu se salvează.

#### Măsurați numai greutatea

Urcați acum încălțat(ă) pe cântar. Stați liniștit(ă) pe cântar distribuind greutatea pe ambele picioare. Cântarul începe imediat măsurarea.

Dacă este alocat un utilizator, se afișează BMI. Acest lucru se întâmplă dacă sunt afișate inițialele.

Dacă nu este identificat utilizatorul, poate fi afișată doar greutatea și nu apar inițiale „- -”.

#### Oprirea cântarului

Cântarul se deconectează automat.

### 7.2 Interpretarea rezultatelor

#### Procentul de țesut adipos

Următoarele valori ale țesutului adipos în % sunt orientative (pentru alte informații, vă rugăm să vă adresați medicului dumneavoastră!).

##### Bărbat

Vârștă	mic	normal	moderat	mare
10–14	<11 %	11–16 %	16,1–21 %	>21,1 %
15–19	<12 %	12–17 %	17,1–22 %	>22,1 %
20–29	<13 %	13–18 %	18,1–23 %	>23,1 %
30–39	<14 %	14–19 %	19,1–24 %	>24,1 %
40–49	<15 %	15–20 %	20,1–25 %	>25,1 %
50–59	<16 %	16–21 %	21,1–26 %	>26,1 %
60–69	<17 %	17–22 %	22,1–27 %	>27,1 %
70–100	<18 %	18–23 %	23,1–28 %	>28,1 %

##### Femeie

Vârștă	mic	normal	moderat	mare
10–14	<16 %	16–21 %	21,1–26 %	>26,1 %
15–19	<17 %	17–22 %	22,1–27 %	>27,1 %
20–29	<18 %	18–23 %	23,1–28 %	>28,1 %
30–39	<19 %	19–24 %	24,1–29 %	>29,1 %
40–49	<20 %	20–25 %	25,1–30 %	>30,1 %
50–59	<21 %	21–26 %	26,1–31 %	>31,1 %
60–69	<22 %	22–27 %	27,1–32 %	>32,1 %
70–100	<23 %	23–28 %	28,1–33 %	>33,1 %

În cazul sportivilor se observă adeseori o valoare mai mică. În funcție de tipul de sport practicat, de intensitatea antrenamentului și de constituția fizică, pot fi atinse valori mai mici decât valorile de referință stabilite. Vă rugăm să aveți în vedere că, în cazul unor valori extrem de mici, pot exista riscuri pentru sănătate.



## Procentul de apă din organism

Procentul apei din organism în % este cuprins în mod normal în următoarele intervale:

### Bărbat

Vârstă	nesatisfăcătoare	corespunzătoare	foarte bine
10-100	<50 %	50-65 %	>65 %

### Femeie

Vârstă	nesatisfăcătoare	corespunzătoare	foarte bine
10-100	<45 %	45-60 %	>60 %

Țesutul adipos conține relativ puțină apă. De aceea, în cazul persoanelor cu un procent ridicat de țesut adipos, procentul de apă din organism se poate afla sub valorile de referință. În cazul sportivilor de performanță, valorile de referință pot fi depășite ca urmare a procentului redus de țesut adipos și a procentului ridicat de țesut muscular.

Determinarea procentului de apă din organism cu ajutorul acestui cântar nu are rolul de a formula concluzii medicale referitoare, de exemplu, la reținerile de apă în funcție de vârstă. Dacă este cazul, adresați-vă medicului dumneavoastră. În principiu, obiectivul este acela de a obține un procent cât mai ridicat de apă în organism.

## Procentul de țesut muscular

Procentul de țesut muscular în % este cuprins în mod normal în următoarele intervale:

### Bărbat

Vârstă	mic	normal	mare
10-14	<44 %	44-57 %	>57 %
15-19	<43 %	43-56 %	>56 %
20-29	<42 %	42-54 %	>54 %
30-39	<41 %	41-52 %	>52 %
40-49	<40 %	40-50 %	>50 %
50-59	<39 %	39-48 %	>48 %
60-69	<38 %	38-47 %	>47 %
70-100	<37 %	37-46 %	>46 %

### Femeie

Vârstă	mic	normal	mare
10-14	<36 %	36-43 %	>43 %
15-19	<35 %	35-41 %	>41 %
20-29	<34 %	34-39 %	>39 %
30-39	<33 %	33-38 %	>38 %
40-49	<31 %	31-36 %	>36 %
50-59	<29 %	29-34 %	>34 %
60-69	<28 %	28-33 %	>33 %
70-100	<27 %	27-32 %	>32 %

## Masa osoasă

Oasele noastre sunt supuse, asemenea întregului nostru organism, proceselor naturale de dezvoltare, degradare și îmbătrânire. Masa osoasă crește rapid la vârsta copilăriei și ajunge între 30 și 40 de ani la nivelul maxim. Odată cu înaintarea în vârstă, masa osoasă scade. Prin intermediul unei alimentații sănătoase (în special calciu și vitamina D) și prin mișcare periodică, puteți amâna această degradare în mod considerabil. Cu ajutorul dezvoltării musculare specifice, puteți îmbunătăți în mod suplimentar stabilitatea sistemului dumneavoastră osos. Aveți în vedere faptul că acest cântar nu determină masa osoasă completă, ci numai cantitatea de minerale în țesutul osos (fără conținutul de apă și substanțe organice). Masa osoasă poate fi influențată foarte puțin, dar variază totuși în limita factorilor de influență (greutate, înălțime, vârstă, sex). Nu există directive și recomandări recunoscute.



### ATENȚIE:

Vă rugăm să nu confundați masa osoasă cu densitatea osoasă.

Densitatea osoasă poate fi determinată numai printr-o examinare medicală (de exemplu, tomografie computerizată, ultrasunete). Prin urmare, nu sunt posibile diagnosticări privind modificările oaselor și duritatea osoasă (de exemplu, osteoporoză) cu ajutorul acestui cântar.

## BMR

Rata metabolică de bază (BMR = Basal Metabolic Rate) reprezintă cantitatea de energie necesară organismului în condițiile unui repaos total pentru menținerea funcțiilor sale de bază (de exemplu, în cazul în care petreceți 24 de ore în pat). Această valoare este influențată în principal de greutate, înălțime și vârstă. La cântarul de diagnoză, aceasta este afișată cu unitatea de măsură kcal/zi, fiind calculată în baza formulei Harris-Benedict recunoscute științific.

Această cantitate de energie este necesară organismului dumneavoastră în orice situație și trebuie pusă la dispoziția organismului prin hrană. În cazul în care, pe termen lung, aportul de energie este mai mic, pot apărea efecte nocive asupra sănătății.

## AMR

Rata metabolică activă (AMR = Active Metabolic Rate) reprezintă cantitatea de energie necesară organismului zilnic în stare activă. Consumul de energie al omului crește progresiv cu intensitatea activității fizice și este determinat cu ajutorul cântarului de diagnoză în funcție de gradul de activitate setat (1–5).

Pentru a menține greutatea actuală, organismul trebuie alimentat cu energia consumată prin hrana și lichidele consumate.

În cazul în care cantitatea de energie alimentată este mai redusă pe termen lung decât cea consumată, organismul preia diferența în principal din țesuturile adipoase, ceea ce conduce la scăderea greutății.

În cazul în care cantitatea de energie alimentată este mai ridicată pe termen lung decât rata metabolică activă (AMR) calculată, organismul nu poate arde excedentul de energie, iar acest excedent se depune sub formă de grăsime, ceea ce determină o creștere în greutate.

## Legătura temporală a rezultatelor

**i** **Indicație:** Aveți în vedere că prezintă importanță numai tendința pe termen lung. Oscilațiile de greutate pe termen scurt în decursul câtorva zile sunt de cele mai multe ori determinate numai de pierderea de lichide.

Semnificația rezultatelor depinde de modificările greutății generale și ale procentelor țesutului adipos, ale apei din organism și ale procentului de țesut muscular, precum și de durata realizării acestor modificări. Trebuie să diferențiați între schimbările rapide în decurs de câteva zile și schimbările pe termen mediu (în decurs de săptămâni) și lung (luni).

O regulă de bază este că schimbările pe termen scurt ale greutății reflectă aproape exclusiv schimbări ale procentului de apă din organism, în vreme ce schimbările pe termen mediu sau lung pot viza, de asemenea, procentul țesutului adipos și muscular.

- Dacă greutatea scade pe termen scurt, dar procentul de țesut adipos crește sau rămâne constant, ați pierdut numai o cantitate de apă – de exemplu după un antrenament, un tratament la saună sau o dietă care nu provoacă decât pierderea rapidă în greutate.
- În cazul în care greutatea crește pe termen mediu, procentul de țesut adipos scade sau rămâne constant, este posibil să se fi produs în schimb masă musculară valoroasă.
- Dacă greutatea și procentul de țesut adipos scad concomitent, dieta dumneavoastră funcționează – pierdeți țesut adipos.
- Puteți susține dieta dumneavoastră în mod ideal prin activități fizice, antrenamente de fitness sau de forță. Astfel vă puteți mări procentul de țesut muscular pe termen mediu.
- Țesutul adipos, apa din organism sau procentul de țesut muscular nu trebuie însumate (țesutul muscular conține și componente ale apei din organism).

## 7.3. Funcții suplimentare

### Alocarea utilizatorului

Este posibilă o alocare a utilizatorului pentru maxim 8 utilizatori înregistrați ai cântarului pentru o cântărire exclusivă (încălțat) și la o cântărire în scop de diagnosticare (descuț).

La o nouă cântărire, cântarul repartizează rezultatele utilizatorului a cărei ultimă valoare măsurată memorată este cuprinsă în limita de  $\pm$  3kg. În cazul în care există doi sau mai mulți utilizatori care pot fi identificați, afișajul de pe display comută între utilizatori. Apăsăți tasta ▲▼ pentru a selecta utilizatorul.

### Memorarea valorilor măsurate repartizate la nivelul cântarului

În cazul în care aplicația este deschisă și dacă există o conexiune *Bluetooth*® activă la cântar, noile măsurători repartizate sunt transmise imediat către aplicație. În acest caz, valorile nu sunt memorate la nivelul cântarului.

În situația în care aplicația nu este deschisă, noile măsurători repartizate sunt memorate la nivelul cântarului. La nivelul cântarului pot fi memorate maxim 30 de măsurători per utilizator. Dacă toate cele 30 de măsurători au fost stocate, pe display-ul cântarului va lumina intermitent simbolul de sincronizare; în acest caz, trebuie să transferați valorile măsurate în aplicație pentru a evita suprascrierea vechilor valori măsurate. Valorile măsurate memorate sunt transferate automat către aplicație, în cazul în care accesați aplicația în raza de acțiune pentru *Bluetooth*®.

Este posibil un transfer automat atunci când cântarul este oprit. Simbolul Sincronizare apare pe display-ul cântarului atunci când sunt transmise măsurători noi către aplicație. Nu apare în cazul în care nu s-a salvat sau nu a fost alocată nicio măsurătoare nouă pentru utilizatorul respectiv.

### Accesarea valorilor măsurate salvate în memoria cântarului

Dacă doriți să vizualizați valorile salvate în memoria cântarului, deschideți cântarul și, în timp ce pe display este afișat numele dumneavoastră de utilizator, apăsați, de mai multe ori, dacă este cazul, tasta ▼ pentru a accesa mai multe valori vechi.

Valorile măsurate care au fost deja transferate nu mai pot fi vizualizate pe display-ul cântarului.

### Ștergerea datelor cântarului

Dacă doriți să ștergeți complet toate măsurătorile și toate datele de utilizator de la nivelul cântarului, porniți cântarul și apăsați timp de aproximativ 6 secunde tasta Mode de pe partea din spate a cântarului.

Pe ecran apare timp de câteva secunde „CLR”.

Acest lucru este necesar de ex. dacă doriți să ștergeți utilizatorii cântarului înregistrați necorespunzător sau dacă nu mai aveți nevoie de utilizatorii cântarului.

Ulterior trebuie să parcurgeți din nou capitoul 7 (Repartizarea utilizatorilor).

### Ștergerea utilizatorilor individuali

Opriti cântarul, selectați utilizatorul cu tasta SUS și așteptați să apară afișajul „0.0 kg”, apoi apăsați tasta Mode timp de 6 secunde, până când se afișează „DEL”.

### Înlocuirea bateriilor

Cântarul dumneavoastră dispune de un afișaj pentru înlocuirea bateriei. La utilizarea cântarului cu baterii prea slabe, pe ecran se afișează „Lo”, iar cântarul se oprește în mod automat. În acest caz trebuie înlocuite bateriile (3 x 1,5 V AAA).

#### **INDICAȚIE:**

- Utilizați la fiecare înlocuire a bateriilor numai baterii de același tip, aceeași marcă și aceeași capacitate.
- Nu folosiți baterii reîncărcabile.
- Utilizați baterii fără metale grele.

## 8. Curățarea și întreținerea

Aparatul trebuie curățat periodic.




Pentru curățare, utilizați o cârpă umedă pe care puteți aplica, dacă este necesar, puțin detergent de vase.

#### **ATENȚIE**

- Nu utilizați niciodată diluanți și agenți de curățare puternici!
- Nu scufundați niciodată aparatul în apă!
- Nu curățați niciodată aparatul în mașina de spălat!

## 9. Ce este de făcut în cazul în care apar probleme?

Mesaje afișate	Cauză	Remediere
„- - -”	Măsurare necunoscută, deoarece se află în afara limitei de alocare a utilizatorului sau nu este posibilă o alocare precisă.	Apăsați tastele ▲/▼ pentru a selecta utilizatorul dumneavoastră.
Bf-Err	Procentul de grăsime se află în afara intervalului măsurabil (mai mic de 3 % sau mai mare de 65 %).	Repetăți măsurătoarea în picioarele goale sau, dacă este necesar, umeziți ușor tălpile.
Err	S-a depășit capacitatea maximă de 180 kg.	Supuneți cântarul numai unei sarcini de max. 180 kg.
Err sau se afișează o greutate incorectă.	Cântarul nu este amplasat pe o podea plană și stabilă.	Poziționați cântarul pe o suprafață fixă plană și rezistentă.

Mesaje afișate	Cauză	Remediere
Err sau se afișează o greutate incorectă.	V-ați mișcat.	Pe cât posibil, nu vă mișcați.
Se afișează o greutate incorectă.	Cântarul are fixat incorect punctul zero.	Așteptați până când cântarul se oprește automat. Activați cântarul, așteptați să se afișeze „0.0 kg” și repetați măsurătoarea.
Nicio conexiune Bluetooth® (lipsă simbol  ).	Aparatul este în afara razei de acțiune.	Raza de acțiune minimă în câmp deschis este de aprox. 10 m. Pereții și planșeele diminuează raza de acțiune. Alte unde radio pot perturba transmisia. Din acest motiv, nu amplasați cântarul în apropierea unor echipamente precum router WIFI, cuptor cu microunde, plită cu inducție.
	Nu există o conexiune la aplicație.	Închideți aplicația complet (și din fundal). Opriți și reporniți Bluetooth®. Aveți în vedere faptul că, în setările Bluetooth® ale sistemului de operare, cântarul nu trebuie să fie conectat. Dacă este cazul, ștergeți-l din lista de aparate inclusă în setările Bluetooth® și apoi utilizați aplicația „beurer HealthManager”. Opriți și reporniți smartphone-ul. Îndepărtați bateriile cântarului pentru scurt timp și apoi reintroduceți bateriile.
Rezultatele măsurătorii nu sunt transmise către aplicație (simbol  lipsă)	Nicio măsurătoare a utilizatorului sau nicio conexiune la Bluetooth®.	Inițialele care apar pe display-ul cântarului trebuie alocate în setările din aplicație aferente cântarului. Doar aceste măsurători pot fi transmise. Din acest motiv, verificați-vă inițialele și setările din aplicație.
Simbolul  luminează intermitent pe ecran la finalul măsurării	Memoria de utilizator este plină. Măsurătorile vechi au fost suprascrise.	Deschideți aplicația atunci când vă aflați în raza de acțiune Bluetooth®. Datele sunt transferate automat. Acest proces poate dura până la un minut.
Lo	Bateriile cântarului sunt consumate.	Înlocuiți bateriile cântarului.

## 10. Eliminarea ca deșeu

Bateriile uzate, complet goale trebuie eliminate în recipientele de colectare special marcate, la firmele specializate sau la comerciantul de electrice. Aveți obligația legală de a elimina bateriile ca deșeu.

Bateriile care conțin substanțe toxice prezintă aceste simboluri:



Pb = bateria conține plumb,  
Cd = bateria conține cadmiu,  
Hg = bateria conține mercur.




În vederea protecției mediului înconjurător, aparatul nu trebuie eliminat cu reziduurile menajere la finalul duratei de viață. Eliminarea se poate realiza prin intermediul centrelor de colectare corespunzătoare din țara dumneavoastră.

Eliminați aparatul conform prevederilor Directivei CE privind deșeurile de echipamente electrice și electronice – WEEE (Waste Electrical and Electronic Equipment). Pentru întrebări suplimentare, adresați-vă autorității locale responsabile pentru eliminarea deșeurilor.



Eliminați ambalajul în mod ecologic.  

## 11. Date tehnice

Model:	BF 720
Dimensiuni:	30 x 30 x 2,5 cm
Greutate:	1,6 kg
Plajă de măsurare:	5-180 kg
Valoarea diviziunii d:	Afișajul de pe display poate fi citit în trepte de câte 0,1 kg.
Precizie de repetare:	Toleranța de măsurare la repetarea măsurătorilor este de +/- 0,4 kg (efectuați măsurătorile de mai multe ori, succesiv, pe același cântar și, pe cât posibil, stând în aceeași poziție și fără a mișca cântarul din locul în care se află).
Precizie absolută:	În comparație cu valoarea măsurată cu ajutorul unui cântar calibrat, valoarea de măsurare oferă o precizie de +/- 1% +0,1 kg. De exemplu, în cazul unei greutateți de 40 kg, precizia corespunde unei valori de +/- 0,5 kg, iar în cazul unei greutateți de 100 kg, aceasta corespunde unei valori de +/- 1,1 kg.
Transfer de date prin <i>Bluetooth</i> ® low energy technology	Produsul utilizează <i>Bluetooth</i> ® low energy technology, Bandă de frecvență 2402 - 2480 MHz, Putere de transmisie max. 0,5 dBm, compatibil cu smartphone-uri/tablete <i>Bluetooth</i> ® ≥ 4.0
Pentru lista smartphone-urilor compatibile, informații și software-uri, precum și detalii privind aparatele, accesați următorul link: <a href="http://connect.beurer.com">connect.beurer.com</a>	
Cerințe de sistem pentru aplicația „beurer HealthManager”	iOS ≥ 10.0, Android™ ≥ 5.0 <i>Bluetooth</i> ® ≥ 4.0.

Ne rezervăm dreptul de a efectua modificări de natură tehnică.

Confirmăm prin prezenta că acest produs corespunde Directivei europene RED 2014/53/UE. Declarația de conformitate CE pentru acest produs poate fi accesată la adresa:  
[www.beurer.com/web/we-landingpages/de/cedeclarationofconformity.php](http://www.beurer.com/web/we-landingpages/de/cedeclarationofconformity.php).

## 12. Garanție/Service

Beurer GmbH, Söflinger Straße 218, D-89077, Ulm (denumită în cele ce urmează „Beurer”) oferă o garanție pentru produsul de față, în conformitate cu condițiile stipulate și în măsura prezentată în continuare.

**Condițiile de garanție prezentate în continuare nu aduc atingere obligațiilor de garanție legale ale vânzătorului stipulate în contractul de cumpărare încheiat cu cumpărătorul.**

**De asemenea, garanția nu aduce atingere normelor legale obligatorii privind răspunderea.**

Beurer garantează funcționarea fără defecțiuni a produsului și faptul că acesta este complet.

Garanția globală este valabilă timp de 5 ani de la data achiziționării produsului nou, neutilizat, de către cumpărător.

Această garanție este valabilă numai pentru produsele achiziționate în calitate de consumator și exclusiv în scopuri personale, pentru utilizarea la domiciliu.

Se aplică legislația germană.

În cazul în care, pe parcursul perioadei de garanție, se dovedește că acest produs este incomplet sau funcționează în mod necorespunzător, în conformitate cu dispozițiile prezentate în continuare, Beurer va oferi, în baza prezentelor condiții de garanție, servicii gratuite de livrare a pieselor de schimb sau de reparații.

**În cazul în care cumpărătorul dorește să anunțe un caz acoperit de garanție, trebuie să se adreseze mai întâi comerciantului local: consultați lista „Service International” cu adrese de service anexată.**

Astfel, cumpărătorul va afla informații suplimentare referitoare la gestionarea cazului acoperit de garanție, de ex. unde poate trimite produsul și care sunt documentele necesare.

Pretențiile în temeiul garanției sunt posibile numai în cazul în care cumpărătorul poate prezenta către Beurer sau un partener autorizat al acestuia

- o copie a facturii/dovadă de achiziționare și
- produsul original.

Din prezenta garanție sunt excluse în mod expres

- uzura rezultată în urma utilizării obișnuite a produsului;
- accesoriile incluse în pachetul de livrare al acestui produs, care se pot uza, respectiv consuma în timpul utilizării corespunzătoare (de ex. baterii, acumulate, manșete, garnituri, electrozi, becuri, accesorii și accesorii ale inhalatorului);
- produsele care au fost utilizate, curățate, depozitate sau la nivelul cărora s-au efectuat lucrări de întreținere în mod necorespunzător și/sau în mod contrar dispozițiilor din instrucțiunile de instalare, precum și produsele care au fost deschise, reparate sau la nivelul cărora s-au efectuat modificări de către cumpărător sau un centru de service neautorizat de Beurer;
- defecțiunile survenite în timpul transportului de la producător la client, resp. de la centrul de service la client;
- produsele achiziționate ca articole la mâna a doua sau ca articole uzate;
- daunele rezultate în urma unei defecțiuni la nivelul acestui produs (în acest caz pot surveni însă pretenții în baza răspunderii privind produsul sau a altor dispoziții obligatorii privind răspunderea).

Lucrările de reparație sau înlocuirea completă nu prelungesc în niciun caz perioada de garanție.



The *Bluetooth*® word mark and logos are registered trademarks owned by Bluetooth SIG, Inc. and any use of such marks by Beurer GmbH is under license. Other trademarks and trade names are those of their respective owners.

Apple and the Apple logo are trademarks of Apple Inc., registered in the U.S. and other countries. App Store is a service mark of Apple Inc., registered in the U.S. and other countries.

Google Play and the Google Play logo are trademarks of Google LLC.

Android is a trademark of Google LLC.



Beurer GmbH • Söflinger Str. 218 • 89077 Ulm, Germany • [www.beurer.com](http://www.beurer.com)  
[www.beurer-gesundheitsratgeber.com](http://www.beurer-gesundheitsratgeber.com) • [www.beurer-healthguide.com](http://www.beurer-healthguide.com)