

ESPAÑOL

Balanza Body Fat

PK-DS46

Manual de operación



PUNKTAL

WWW.PUNKTAL.COM.UY

Gracias por escoger uno
de nuestros productos y lo
felicitamos por su compra.
Nuestros electrodomésticos están
diseñados para alcanzar los más
altos estándares de calidad.

INSTRUCCIONES GENERALES DE SEGURIDAD:

Lea atentamente las instrucciones antes de utilizar el aparato y consérvelas, incluyendo la garantía, el recibo, y de ser posible la caja con el embalaje interior.

- Este dispositivo es diseñado para el uso privado y no comercial.
- Solo utilizar el dispositivo para su uso destinado.
- No utilizar un dispositivo dañado.
- Mantener alejado del calor, luz solar directa, humedad (no sumergir en líquidos) y bordes afilados.
- No tratar de reparar el artículo usted mismo. Siempre contactar un técnico autorizado.
- Prestar atención a las siguientes "Instrucciones Generales de Seguridad"

I) SÍMBOLOS EN ESTE MANUAL DE INSTRUCCIONES:

La información importante para su seguridad está especialmente marcada. Es imprescindible tener en cuenta las siguientes instrucciones con el fin de evitar accidentes y prevenir daños al dispositivo:

ADVERTENCIA:

Esto le advierte de los peligros para su salud e indica posibles riesgos de lesiones.

△ PRECAUCIÓN:

Esto se refiere a los posibles riesgos para la máquina y otros objetos.

i OBSERVACIÓN:

Esto resalta consejos e información.

II) NIÑOS:

Con el fin de garantizar la seguridad de sus hijos, por favor mantenga todo el embalaje (bolsas de plástico, cajas de poliestireno, etc) fuera de su alcance. Los niños deben ser supervisados en todo momento con el fin de asegurarse de que no jueguen con el aparato.

PRECAUCIÓN

No permita que los niños pequeños jueguen con el papel de aluminio ya que existe un riesgo de sofocación.

MEDIDAS DE SEGURIDAD ESPECIALES:

ADVERTENCIA

Si la superficie de plástico se humedece o recubre con gotas de agua, por favor, seque la superficie, ya que hay el riesgo de que resbale.

△ PRECAUCIÓN:

- Maneje la balanza con cuidado, ya que es un instrumento de medición preciso. No apoyarse o saltar sobre ella.
- No cargue el aparato con más de 180 kg para no dañar el dispositivo.
- Si la balanza se trasladada o no va a ser utilizada, por favor, guardar sólo en posición horizontal.
- La escala de análisis de grasa corporal no es adecuado para las siguientes personas:
 - Los niños menores de 10 años y adultos mayores de 85 años
 - Las personas con síntomas de fiebre, edema o la osteoporosis
 - Las personas en tratamiento de diálisis
 - Las personas que utilizan un marcapasos
 - Las personas que toman medicación cardiovascular
 - Las mujeres embarazadas
 - Deportistas que realizan más de 5 horas de actividades deportivas intensas cada día
 - Personas con un ritmo cardíaco menor de 60 latidos / minuto

I) MANEJO DE BATERÍAS:

ADVERTENCIA:

- No exponga la batería a altas temperaturas o sunlight. Nunca tire las pilas directamente al fuego, existe peligro de explosión.
- Mantenga las pilas lejos de los niños, no son un juguete.
- No abra las baterías a la fuerza.
- Evite el contacto con objetos metálicos (anillos, clavos, tornillos, etc.) Existe peligro de cortocircuito.
- Como resultado de unas baterías de cortocircuito puede calentarse considerablemente o incluso producirse un incendio. Esto puede dar lugar a quemaduras.
- Por su seguridad los polos de la batería deben estar cubiertos con cinta adhesiva durante el transporte.
- Si se producen fugas de la batería no frote el líquido en contacto la piel. Se debe lavar a fondo y enjuagar los ojos con agua limpia, si los síntomas persisten consulte a un médico.

II) COLOCACIÓN DE LAS BATERÍAS:

i OBSERVACIÓN:

Cuando sea necesario, las baterías suministradas se han protegido para el transporte con una lámina de plástico.

1. Retire esta lámina antes de insertar las baterías en el aparato.
2. Abra el compartimiento de la batería en la parte posterior.
3. Inserte 4 baterías del tipo AAA/R03. Asegúrese de que la polaridad sea correcta (ver el piso del compartimiento de la batería).
4. Cierre el compartimiento de las baterías de nuevo.
5. Si el dispositivo no se utiliza durante un período prolongado de tiempo, por favor, saque las baterías para evitar fugas de ácido de la batería.
6. Si el mensaje "LO" aparece en la pantalla, cambie las baterías.

△ PRECAUCIÓN:

- Diferentes tipos de baterías o baterías nuevas y usadas no se deben usar juntos.
- Las baterías no deben eliminarse junto con la basura doméstica. Deshágase de las baterías usadas en la papelera de recolección correspondiente.

III) UBICACIÓN DE LOS CONTROLES:

1. Superficies de contacto
2. Display
3. Botón ABAJO ▼
4. Botón ARRIBA ▲
5. Botón SET



Símbolo del Display	Significado
(Kg/lb/st)	Peso corporal
P0-9	Espacio de memoria de usuario
	Mujer
	Hombre
CM (FT/In)	Altura
AGE	Edad
FAT	Grasa corporal
TBW	Masa de agua
MUS	Masa muscular
BONE	Peso óseo
%	Porcentaje de grasa de cuerpo / masa de agua / masa muscular / peso óseo

ESPECIFICACIONES TÉCNICAS:

Modelo:	PK-DS46
Fuente de alimentación:	Baterías 1.5V tipo AAA/R03
Peso neto del producto:	2 Kg
Capacidad de memoria:	10
Alineación de masas:	75 a 225 cm (2'5 "-7'41/2" - ft/in)
Edad:	10 a 85 años
Peso mínimo:	2.5 Kg
Peso máximo:	150 Kg
Unidad de medida de peso:	Incrementos de 100 gr
Unidad de medida de la grasa corporal:	0.1 %
Intervalo de medición de grasa corporal:	4.0 % - 50.0 %
Rango de medición del agua del cuerpo:	35.0 % - 85.0 %
Medición de masa muscular:	1.0 % - 50.0 %

Sujeto a cambios técnicos sin previo aviso. Este dispositivo ha sido probado de acuerdo con las directivas CE actual relevantes, como la compatibilidad electromagnética y directivas de baja tensión y se ha construido de acuerdo con las normas más recientes.

INFORMACIÓN SOBRE MEDICIÓN DE GRASA CORPORAL:

ADVERTENCIA

No utilice la balanza si se utiliza un marcapasos o cualquier otro implante médico con componentes electrónicos. La función del implante puede ser afectada por la medición.

△ PRECAUCIÓN:

- Este dispositivo es diseñado para el uso privado y no comercial.
- Solo utilizar el dispositivo para su uso destinado.
- No utilizar un dispositivo dañado.
- Mantener alejado del calor, luz solar directa, humedad (no sumergir en líquidos) y bordes afilados.
- No tratar de reparar el artículo usted mismo. Siempre contactar un técnico autorizado.
- Prestar atención a las siguientes "Instrucciones Generales de Seguridad"

¡ OBSERVACIÓN:

- El aparato sólo puede funcionar correctamente si usted está parado en la superficie de contacto con el desnudo, los pies secos.
- El principio fundamental de este dispositivo se basa en la medición de la impedancia eléctrica dentro del cuerpo humano. Para determinar la edad real del cuerpo, el dispositivo envía una débil señal eléctrica imperceptible a través de su cuerpo.
- Esta señal generalmente es segura. Sin embargo, por favor, lea las instrucciones de seguridad especiales.
- El método de medida se conoce como "análisis de impedancia bioeléctrica" (BIA), un factor que se basa en la relación entre el peso corporal y los porcentajes de agua corporal asociados, así como en otra fecha biológica (edad, sexo, peso corporal).
- Hay personas pesadas con un porcentaje equilibrado entre la grasa y la masa muscular, y hay personas que parecen delgadas con valores significativamente altos de grasa corporal, la grasa es un factor que pone en serios aprietos en el cuerpo, en particular el sistema cardio-vascular. Por lo tanto, el control de ambos valores (la grasa y el peso) es un requisito previo para la salud y el fitness.

GRASA CORPORAL:

La grasa corporal es un componente importante del cuerpo. Desde proteger las articulaciones, así como un repositorio de vitamina a la regulación de la temperatura corporal, la grasa juega un papel vital en el cuerpo. Así, el objetivo no es reducir radicalmente la proporción de grasa corporal, sino de alcanzar y mantener un sano equilibrio entre el músculo y la grasa.

VALORES DE REFERENCIA PARA LA GRASA CORPORAL Y EL CONTENIDO DE AGUA CORPORAL COMO PORCENTAJE (CIFRAS APROXIMADAS):

Age (Years)	Women		Men		
	Body fat	Body water	Body fat	Body water	
< = 30	4.0 – 20.5	66.0 – 54.7	4.0 – 15.5	66.0 – 58.1	Underweight
	20.6 – 25.0	54.6 – 51.6	15.6 – 20.0	58.0 – 55.0	Normal
	25.1 – 30.5	51.5 – 47.8	20.1 – 24.5	54.9 – 51.9	Overweight
	30.6 – 50.0	47.7 – 34.4	24.6 – 50.0	51.8 – 34.4	Obese
> 30	4.0 – 25.0	66.0 – 51.6	4.0 – 19.5	66.0 – 55.4	Underweight
	25.1 – 30.0	51.5 – 48.1	19.6 – 24.0	55.3 – 52.3	Normal
	30.1 – 35.0	48.0 – 44.7	24.1 – 28.5	52.2 – 49.2	Overweight
	35.1 – 50.0	44.6 – 34.4	28.6 – 50.0	49.1 – 34.4	Obese

Marca de bajo peso: -

Marca de peso normal: o

Marca de sobrepeso: +

Marca de obesidad: ++

USO:

El dispositivo tiene un sensor muy sensible. Si desea modificar la configuración, sólo tiene que tocar los botones suavemente con el dedo. Si el dispositivo no responde al toque, limpie la superficie de cristal con un paño suave y seco.

¡ OBSERVACIÓN:

Las escalas se ajustan de fábrica con las unidades de "kg" y "cm". Para cambiar la configuración a "libras" o "kg" y "pie: in", haga lo siguiente:

En el lado posterior de la escala al lado del compartimiento de la batería se encuentra un interruptor, empuje el interruptor y elija entre las unidades de medida kg / lb / st.

FUNCIÓN DE PESAJE:

- Coloque la balanza sobre una superficie dura y plana (evite alfombras). Un suelo irregular contribuye a inexacta Mediciones.
- Párese en la balanza con dos interruptores del dispositivo feet.the de forma automática.
- Distribuya el peso por igual y esperar a que la escala para determinar su peso.
- Los dígitos de la pantalla parpadearán antes se mostrará su peso exacto.
- Con el fin de extender la vida de la batería, el dispositivo se apagará automáticamente 10 segundos después de han dado un paso fuera de la escala.

GUARDAR MEMORIAS PERSONALES:

¡OBSERVACIÓN:

La escala tiene valores por defecto que se pueden cambiar, como se describe a continuación:

- Llevar a cabo los siguientes pasos en secuencia y en pocos segundos. De lo contrario, el dispositivo cancelará automáticamente el modo de entrada.
- Presione el botón SET. El espacio de memoria parpadeará en la pantalla USER. Confirme el ajuste pulsando SET o seleccione otro espacio de memoria pulsando el botón ARRIBA / ABAJO. Luego presione SET para pasar al siguiente ajuste.
- El símbolo "masculino" o "femenino" parpadeará. Confirmar la selección pulsando SET o use el botón ARRIBA / ABAJO para elegir el símbolo de su sexo. A continuación, pulse para ir al siguiente ajuste.
- El ajuste de altura parpadeará. Seleccione su altura pulsando ARRIBA o ABAJO. Manteniendo pulsado uno de los botones se acelerará el proceso. Confirme la entrada pulsando SET.
- El ajuste de edad parpadeará. Seleccione su edad presionando los botones ARRIBA o ABAJO. Manteniendo pulsado uno de los botones se acelerará el proceso. Confirme la entrada pulsando SET.
- El aparato sólo puede funcionar correctamente si usted está parado en el dispositivo con pies descalzos y secos.
- Si es necesario, limpie la superficie de contacto para mejorar los resultados.
- El horario de prueba óptima es entre 18:00 y 20:00, ya que la grasa del cuerpo es muy consistente durante este período de tiempo.

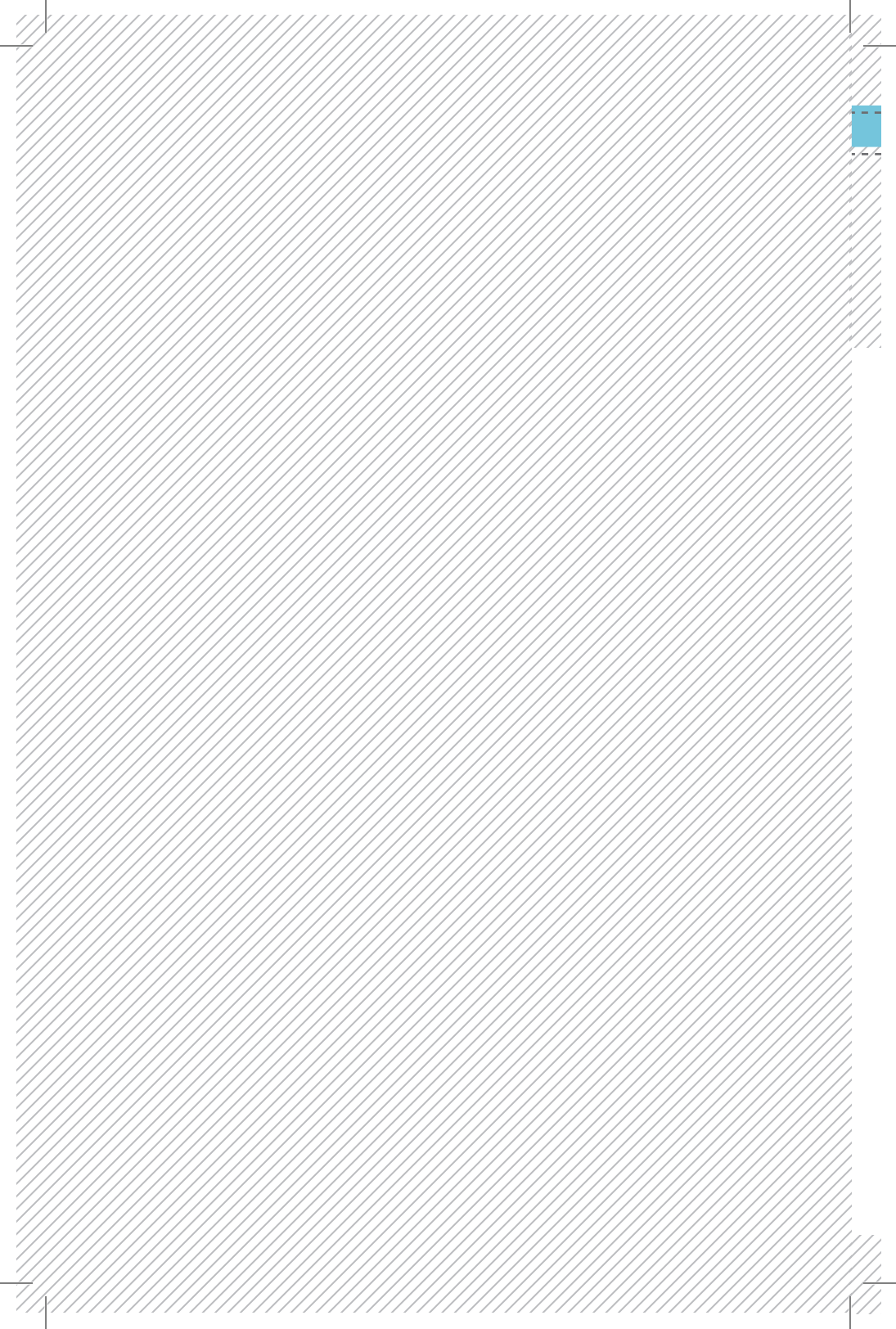
- Presione el botón SET. La fecha almacenada posición predeterminada aparece en el flash display (USER). Utilice el botón ARRIBA / ABAJO para seleccionar la posición de almacenamiento en el que se guarda la fecha.
- Espere a que USER y 0.0kg (0.0lb/st) dejen de parpadear.
- Párese en las superficies de contacto de la balanza con los dos pies.
- En primer lugar el peso parpadeará en la pantalla.
- Después de unos segundos, los siguientes resultados se mostrarán:
 - Contenido de grasa corporal en % (símbolo FAT)
 - Contenido de agua corporal en % (símbolo TBW)
 - Análisis de los resultados en la forma de barra
 - Contenido de la masa muscular en % (símbolo MUS)
 - Contenido de la masa ósea en % (símbolo BON)
 - Necesidad de calorías por día
 - Género (femenino o masculino)
 - Tipo actual
 - Altura actual
 - Edad actual

MENSAJES DE ERROR:

Si aparece un mensaje de error en la pantalla, espere hasta que el dispositivo se apague. Vuelva a encenderlo para reiniciar la operación. Si la indicación de error no ha desaparecido, saque las pilas del compartimento de la batería durante 10 segundos.

- Limpie el dispositivo con un paño ligeramente húmedo. Asegurarse de que ninguna humedad o filtraciones de agua entren en el dispositivo.
- Use un detergente o jabón vendido comercialmente para la limpieza.
- Seque el aparato y después de la limpieza con un paño seco y suave.

8888	_____	Auto test al encendido para comprobar las funciones del display.
----	_____	La balanza está mal apoyada.
Lo	_____	Batería baja.
Err	_____	El porcentaje de grasa corporal está fuera de los límites de la balanza.
EEEE	_____	El peso está por encima del máximo permitido.



ENGLISH

Body Fat Scale

PK-DS46



PUNKTAL

WWW.PUNKTAL.COM.UY

Thank you for choosing one of our products . We congratulate you for your purchase.

Our appliances are designed to meet the highest standards of quality.

GENERAL SAFETY INSTRUCTIONS:

Read the operating instructions carefully before putting the appliance into operation and keep the instructions including the warranty, the receipt and, if possible the box with the internal packing.

- The device is designed exclusively for private and not for commercial use.
- Only use the device for the intended purpose.
- Do not use a damaged device.
- Keep away from heat, direct sunlight, damp (never immerse in liquids) and sharp edges.
- Do not try to repair the appliance on your own. Always contact an authorized technician.
- Pay careful attention to the following "Special Safety Instructions".

I) SYMBOLS IN THESE INSTRUCTIONS FOR USE

Important information for your safety is specially marked. It is essential to comply with these instructions in order to avoid accidents and prevent damage to the machine:

WARNING

This warns you of dangers to your health and indicates possible injury risks.

⚠ CAUTION:

This refers to possible hazards to the machine or other objects.

ℹ NOTE:

This highlights tips and information

II) CHILDREN

In order to ensure your children's safety, please keep all packaging (plastic bags, boxes, polystyrene etc.) out of their reach.

CAUTION

Do not allow small children to play with the foil as there is a danger of suffocation!

SPECIAL SAFETY INSTRUCTIONS FOR THIS MACHINE

WARNING

If plastic surface is moist or covered with water droplets, please wipe the surface dry as there is a danger of slipping.

CAUTION

- Handle the balance with care, as it is a precise measuring instrument. Do not prop it or jump on it.
- Do not load the appliance with more than 180kg to avoid damaging the device.
- If the scales are carried or not going to be used, please store them only in a horizontal position.
- The body fat analysis scale is not suitable for the following persons:
 - Children under 10 years and adults over 85 years
 - Persons with symptoms of fever, oedema, or osteoporosis
 - Persons undergoing treatment for dialysis
 - Persons who use a pacemaker
 - Persons who take cardiovascular medication
 - Pregnant women
 - Sportspersons who perform over 5 hours of intensive sporting activities each day
 - Persons with a heartbeat lower than 60 beats/minute

I) HANDLING BATTERIES

WARNING

- Do not expose the battery to high temperatures or direct sunlight. Never throw batteries into the fire. There is a danger of explosion!
- Keep batteries away from children. They are not a toy!
- Do not open the batteries by force.
- Avoid contact with metallic objects (rings, nails, screws etcetera.) there is a danger of short-circuiting!
- As a result of a short-circuit batteries may heat up considerably or even catch fire. This may result in burns.
- For your safety the battery poles should be covered with adhesive strips during transport.
- If a battery leaks do not rub the liquid into contact with the liquid they should be washed thoroughly and eyes rinsed out with clear water, if symptoms persist please consult a doctor.

II) INSERTING THE BATTERIES

i NOTE

Where required, the supplied batteries have been protected for transport with plastic foil.

1. Remove this foil before inserting the batteries into the appliance
2. Open the battery compartment on the back.
3. Insert 4 batteries of type AAA/R03. Please ensure that the polarity is correct(see the loor of the battery compartment)!
4. Close the battery compartment again.
5. If the device is not used for a prolonged period of time,please take the batteries out in order to prevent leakage of battery acid.
6. If the message "LO"appears on the display,replace the batteries.



△ CAUTION

- Different battery types or new and used batteries must not be used together.
- Batteries are not to be disposed of together with domestic wastes. Dispose of the used batteries at the relevant collection bin or at your dealer's.

III) LOCATION OF CONTROLS

1. Contact surfaces
2. Display
3. DOWN button ▼
4. UP button ▲
5. SET button



Display Symbol	Meaning
(Kg/lb/st)	Body weight
P0-9	User memory space
	Female
	Male
CM (FT/In)	Height
AGE	Age
FAT	Body fat
TBW	Body water
MUS	Muscle mass
BONE	Bone weight
%	Percentage-body fat/body water/ muscle mass/bone weight

TECHNICAL SPECIFICATIONS

Model:	PK-DS46
Power supply:	Batteries 1.5V type AAA/R03
Net weight of device:	2 Kg
Memory capacity:	10
Mass alignment:	from 75 to 225 cm (2'5" - 7'4 1/2" - ft/in)
Age:	from 10 to 85 años
Minimum weight:	from 2.5 Kg
Maximum weight:	150 Kg
Weight measurement unit:	100 gr increments
Body fat measuring unit:	0.1 %
Body fat measuring range:	4.0 % - 50.0 %
Body water measuring range:	35.0 % - 85.0 %
Muscle mass measuring:	1.0 % - 50.0 %

Subject to technical changes without prior notice.

This device has been tested according to all relevant current CE guideliness, such as electromagnetic compatibility and low voltage directives, and has been constructed in accordance with the latest regulations.

INFORMATION ON MEASURING BODY FAT

CAUTION

Do not use the scales if you use a pacemaker or another medical implant with electronic components. The function of the implant may be impaired the measurement.

i NOTE

- The device can only function correctly if you stand on the contact surface with bare, dry feet.
- The main principle of this device is based on the measurement of the electric impedance within the human body. In order to determine the actual body date, the device sends a weak, unnoticeable electric signal through your body.
- This signal is generally safe! However, please read our special safety instructions!
- The method of measurement is referred to as "bioelectric impedance analysis" (BIA), a factor which is based on the relationship between body weight and associated body water percentages as well as on other biological data (age, gender, body weight).
- There are heavy persons with a well-balanced percentage between fat and muscle mass, and there are seemingly slim persons with significantly high body fat values. Fat is a factor that puts serious strain on the body, in particular the cardio-vascular system. Therefore, controlling both values (fat and weight) is a prerequisite for health and fitness.

BODY FAT:

Body fat is an important component of the body. From protecting the joints as a vitamin repository to regulating the body temperature, fat plays a vital role in the body. Thus the goal is not radically reduce the proportion of body fat, but rather to achieve and maintain a healthy balance between muscle and fat.

GUIDELINE VALUES FOR BODY FAT AND BODY WATER CONTENT AS A PERCENTAGE(APPROXIMATE FIGURES)

Age (Years)	Women		Men		
	Body fat	Body water	Body fat	Body water	
< = 30	4.0 – 20.5	66.0 – 54.7	4.0 – 15.5	66.0 – 58.1	Underweight
	20.6 – 25.0	54.6 – 51.6	15.6 – 20.0	58.0 – 55.0	Normal
	25.1 – 30.5	51.5 – 47.8	20.1 – 24.5	54.9 – 51.9	Overweight
	30.6 – 50.0	47.7 – 34.4	24.6 – 50.0	51.8 – 34.4	Obese
> 30	4.0 – 25.0	66.0 – 51.6	4.0 – 19.5	66.0 – 55.4	Underweight
	25.1 – 30.0	51.5 – 48.1	19.6 – 24.0	55.3 – 52.3	Normal
	30.1 – 35.0	48.0 – 44.7	24.1 – 28.5	52.2 – 49.2	Overweight
	35.1 – 50.0	44.6 – 34.4	28.6 – 50.0	49.1 – 34.4	Obese

Underweight mark: -

Normal Mark: o

Overweight Mark: +

Obese mark: ++

USE

The device has a very sensitive sensor.If you want to adjust the settings,simply touch the buttons gently with your finger.if the device does not respond to touch,clean the glass surface with a soft,dry cloth.

i NOTE

The scales are factory set with the units "kg" and "cm".

To change the settings to "lb" or "kg" and "Ft:in", proceed as follows:

On the back side of the scale beside the battery compartment a switch can be found, push the below switch, choose between the measuring units kg/lb/st.

WEIGHING FUNCTION

- Place the scale on a hard, flat surface(avoid carpets). An uneven floor contributes to inaccurate measurements.
- Stand on the scales with both feet. The device switches on automatically.
- Distribute your weight equally and wait for the scale to determine your weight.
- The digits on the display will flash before your exact weight will be shown.
- In order to extend the battery life, the device will automatically turn off 10 seconds after you have stepped off the scale.

SAVING PERSONAL DATA

i NOTE

- The scale has default values that you can change, as described below.
- Carry out the following steps in sequence and within a few seconds. Otherwise, the device will automatically cancel input mode.
- Press the button SET. The memory space will flash on the display (USER0). Confirm the setting by pressing SET or select another memory space by pressing the UP/DOWN button. Then press SET to go to the next setting.
- The symbol for "male" or "female" will flash. Confirm the setting by pressing SET or use the UP/DOWN button to choose the symbol for your gender. Then press to go the next setting.
- The height setting will flash. Select your height by pressing UP or DOWN button. Holding down one of the buttons will accelerate the process. Confirm your entry by pressing SET.
- The setting AGE will flash. Select your age by pressing UP or DOWN button. Holding down one of the buttons will accelerate the process. confirm your entry by pressing SET.
- The device can only function correctly if you stand on the device with bare, dry feet.
- If necessary wipe the contact surface improve results.
- Due to the significant fluctuation of body fat, it is different to attain a standard value. On average the optimal testing time is between 6 p.m. And 8 p.m, since the body fat remains very consistent during this period of time.
- Press the SET button. The preset stored position date appears on the display (USER flash). Use the UP/DOWN button to select the stored position at which your date is saved.

- Wait for the USER display and 0.0kg (0.0lb/st) to stop flashing.
- Stand on the contact surfaces(1) of the scales with both feet.
- Firstly your weight will flash on the display.
- After a few seconds, the following results will be shown:
 - the body fat content in%(FAT symbol)
 - the body water content in %(TBW symbol)
 - the results analysis in the form of a bar
 - the muscle mass content in %(MUS symbol)
 - the bone mass content in %(BON symbol)
 - the calorie requirement per day
 - the present gender
 - the present type
 - the present height
 - the present age(AGE)

DISPLAY ERROR MESSAGE

If an error message appears on the display, wait until the device is turned off. Turn it on again to restart the operation. If the error display has not disappeared, take the batteries out of the battery compartment for 10 seconds.

- Clean the device with a slightly moist cloth. make sure that no humidity or waters seeps into the device.
- Use a commercially sold detergent or soap for cleaning.
- Dry the device well after cleaning with a dry and soft cloth.

8888	_____	Self test (when switching on) to check that the numeric display functions properly las funciones del display.
----	_____	The scale stands faultily.
Lo	_____	Low battery.
Err	_____	The percentage of body fat content lies above or below the limits of the scale.
EEEE	_____	The weight lies above the allowed maximum weight.

PK - DS46

Datos técnicos:

Salida: RMS 3WTHD=10%

Respuesta de Frecuencia: 1SD•1800HZ

FM: 87.S•108MHZ



PUNKTAL
www.punktal.com