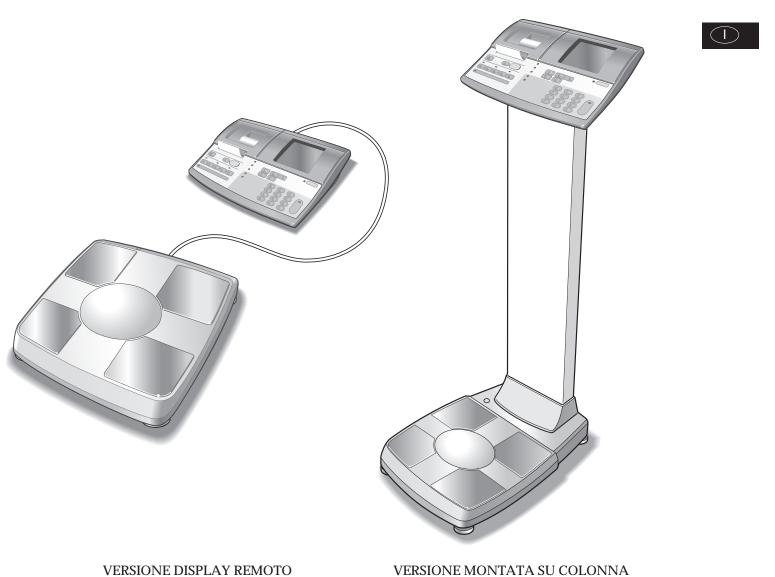


ANALIZZATORE DELLA COMPOSIZIONE CORPOREA SC-330

Manuale delle istruzioni



VERSIONE MONTATA SU COLONNA

Indice

Applicazioni

- Questo apparecchio può essere utilizzato nello screening di alcune malattie dell'età adulta e dello stato di salute degli adulti in relazione al peso e alla composizione corporea.
- Può essere utilizzato nel monitoraggio e nella prevenzione dei disturbi causati da un eccessivo deposito di tessuto adiposo, come il diabete, l'iperlipidemia, la colelitiasi e la lipidosi epatica.
- Può essere utilizzato nel monitoraggio delle variazioni nella composizione corporea individuale, in relazione alle differenze nel rapporto tra tessuti grassi e magri.
- Può essere utilizzato per valutare l'efficacia della nutrizione dell'individuo e dei programmatori di attività fisica, sia per la salute che per la forma fisica.

Vantaggi

- 1. Questo prodotto è semplice da utilizzare e non richiede attrezzature specializzate né conoscenze particolari per effettuare le misurazioni.
- 2. Le misurazioni si possono effettuare rapidamente e facilmente, senza inconvenienti per il pazieste.

170 17³

Note sulla sicurezza

△ Simboli di attenzione

Grazie per aver acquistato questo prodotto Tanita di alta precisione. Per ottenere delle prestazioni ottimali nella massima sicurezza, si consiglia di leggere attentamente le didascalie dei seguenti simboli di avvertimento. Questi simboli sono stati ideati per avvisare l'utente del potenziale pericolo che potrebbe derivare da un uso improprio dell'apparecchio. La mancata osservanza delle indicazioni potrebbe provocare gravi lesioni personali o danneggiare l'apparecchio.

Prima di proseguire nella lettura del MANUALE DI ISTRUZIONI, osservare attentamente i seguenti simboli.



Questo simbolo indica il rischio di gravi lesioni personali qualora il prodotto non venga usato correttamente o vengano ignorate le istruzioni.



Questo simbolo indica il rischio di lesioni personali o di danni all'apparecchio qualora vengano ignorate le istruzioni.



Prima dell'uso (Note sulla sicurezza)

Questo simbolo indica le precauzioni generali da osservare nell'uso del prodotto.

AVVISO

Individui con pacemaker o altri dispositivi medici interni

Poiché questo analizzatore della composizione corporea, durante la misurazione, invia una debole corrente elettrica attraverso il corpo, le persone con Pacemaker o altri dispositivi medici interni, non devono usare questo apparecchio, dato il rischio di difetti nel funzionamento di tali dispositivi.

• Inserimento e disinserimento del cavo di alimentazione

Per ridurre il rischio di scosse elettriche o danni al prodotto, non inserire né disinserire il cavo di alimentazione con le mani umide.

Prevenzione del rischio d'incendio

Usare un cavo regolare a 230V CA; evitare l'uso di prolunghe con prese multiple.

ATTENZIONE

L'Analizzatore della composizione corporea deve essere utilizzato a piedi nudi. Dopo ogni uso, pulite la pedana della bilancia con un disinfettante appropriato. Non versate liquidi direttamente sulla pedana della bilancia: potrebbero causare dei danni all'interno dell'apparecchio.

Per pulire la pedana usate un panno morbido e un alcool etilico appropriato. Non usate sostanze chimiche aggressive.

• Interpretazione dei risultati

I dati forniti da questo apparecchio ed ogni informazione supplementare come diete o programmi di esercizio fisico intrapresi sulla base di tali dati, devono essere interpretati da un professionista autorizzato.

- · Assicuratevi che la pedana di pesatura poggi su una superficie piana e stabile. Se l'apparecchio viene utilizzato in condizioni di instabilità perché i piedini non poggiano tutti sulla superficie, può esservi il rischio di inciampare e di ottenere misurazioni imprecise. Non saltate sulla pedana di pesatura; rischiate di inciampare e di danneggiare l'apparecchio.
- Per ridurre il rischio di lesioni personali o danni all'apparecchio, salire sempre sulla pedana con cautela.
- Quando si manipola la stampante, fare attenzione ai bordi taglienti.
- Per i modelli SC-330, utilizzate esclusivamente l'adattatore CA originale (MODELLO SA165A-0950U-3). L'uso di un adattatore CA diverso dall'originale può causare un funzionamento difettoso. Non tentate di inserire né disinserire la spina tenendola per il cavo.



Poiché questo apparecchio è fabbricato e regolato con estrema precisione, si raccomanda di osservare le seguenti istruzioni.

- Quando non si intende utilizzare l'apparecchio per lunghi periodi di tempo, disinserire il cavo di alimentazione dalla presa elettrica.
- Per ridurre il rischio di corto circuito, evitare il contatto di liquidi o di oggetti metallici (graffette da carta, ecc.) con la stampante.
- Mantenete puliti gli elettrodi detergendoli con del disinfettante.
- Non bagnare l'apparecchio ed evitare di installarlo in luoghi soggetti a frequenti vibrazioni.
- Quando si trasferisce l'apparecchio in un luogo con una differenza di temperatura di più di 20°C (40°F), prima di utilizzarlo attendere due ore.
- Al momento di disfarvi dell'apparecchio, seguite le norme in vigore nel paese in cui vi trovate.

Alstruzioni generali per la precisione delle misurazioni Questo apparecchio emette una debole corrente elettrica per misurare l'impedenza (resistenza elettrica) del corpo. Quindi, per principio,

gli utenti devono usare questo apparecchio a piedi nudi. Inoltre, poiché l'impedenza oscilla in base alla distribuzione del fluido corporeo, si raccomanda di osservare le seguenti istruzioni per ottenere delle misurazioni accurate.

- Le piante dei piedi devono essere pulite, poichè in caso contrario si creerebbe un ostacolo alla corrente.
- I risultati possono essere falsati dall'assunzione di cibo o di liquidi in eccesso così come da periodi di esercizio prolungato.
- Questo apparecchio è progettato per la maggioranza della popolazione, per soggetti che conducono una vita sana e normale. Alle persone affette da malattie o con stili di vita molto diversi dalla norma, si raccomanda di non utilizzare i dati forniti dall'apparecchio come valori assoluti, ma come riferimento per l'osservazione dei tassi di variazione.
- La misurazione è a volte impossibile su superfici soggette a forti vibrazioni. In questo caso, si prega di spostare l'apparecchio su una superficie con vibrazioni minime.

Non effettuate misurazioni mentre utilizzate trasmettitori come telefoni cellulari, che possono influenzare i valori misurati

• Per ulteriori informazioni sulla precisione delle misurazioni, consultare l'opuscolo relativo alle note tecniche.

<Condizioni d'uso>

Temperatura compresa tra : 0°C — 35°C

Umidità relativa compresa tra : 30% — 80% (senza condensa)

<Condizioni per la conservazione>

Temperatura compresa tra : -10°C — 50°C

Umidità relativa compresa tra : 10% — 90% (senza condensa)

Per evitare difetti di funzionamento, evitate di riporre l'apparecchiatura in luoghi esposti alla luce diretta del sole, a forti sbalzi di temperatura, al rischio di umidità, a grandi quantità di polvere, nella vicinanza di fuochi o dove vi sia il rischio di vibrazioni o urti.

<Alimentazione>

Nome del modello	SC-330
Frequenza	50 / 60Hz
Corrente elettrica	1.5A



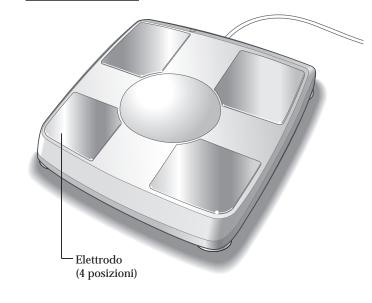
173

Versione display remoto

Coperchio stampante Display Tasto operativo

Piattaforma

Prima dell'uso (Nomenclatura/metodo di collegamento)

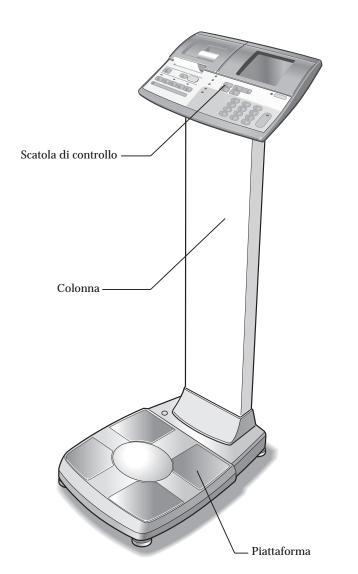


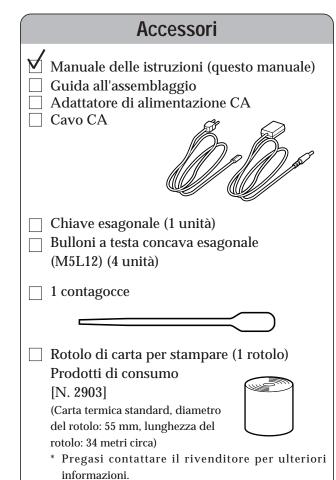
Accessori Manuale delle istruzioni (questo manuale) Guida all'uso Adattatore di alimentazione CA Cavo CA 1 contagocce Rotolo di carta per stampare (1 rotolo) Prodotti di consumo [N. 2903] (Carta termica standard, diametro del rotolo: 55 mm, lunghezza del rotolo: 34 metri circa)

* Pregasi contattare il rivenditore per ulteriori

informazioni.

Versione montata su colonna



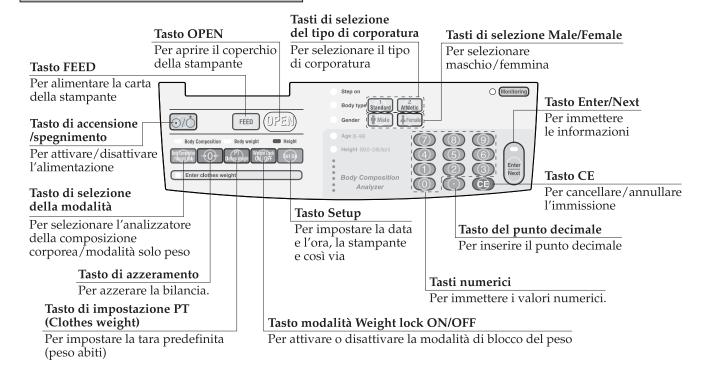


ATTENZIONE

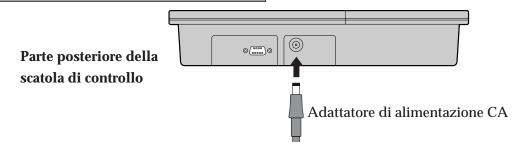
Assicuratevi di aver posizionato la pedana su una superficie piana e stabile. Se la pedana di pesatura non è stabile perché non tutti i piedini poggiano sulla superficie, per esempio, vi è il rischio di inciampare o di effettuare misurazioni imprecise.

174 175

Scatola di controllo (nomi dei tasti)



Collegamento delle prese



AVVISO

- · Per evitare scosse elettriche, non inserite né disinserite la spina con le
- · Per evitare scosse elettriche, non usate l'apparecchiatura vicino all'acqua.

! ATTENZIONE

- Per evitare errori di misurazione, non misurare mentre state usando apparecchi che emettono onde radio, come i telefoni cellulari.
- Usate solo l'adattatore CA originale (MODELLO SA25-0535U). L'uso di un adattatore CA diverso dall'originale può causare un funzionamento difettoso, emissione di fumo o incendi.

Simboli e loro significati

•	Potenza su	Ċ	Spegnimento	===	Corrente continua	\rightarrow	Ingresso, uscita		Apparecchiatura classe II
FEED	Avanzamento carta	\triangle	Attenzione. Fare riferimento alle note accluse	Male 🖣	Maschio	Female 🖡	Femmina	РТ	Regolazione del peso degli abiti

ATTENZIONE

- Sostituire il rotolo di carta quando appaiono delle linee rosse ai lati della carta
- Fare molta attenzione a non ferirsi sul lato tagliente
- Spegnere la macchina prima di risolvere un eventuale inceppamento della carta

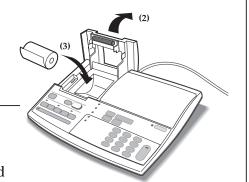
Inserimento del rotolo di carta per la stampa

Premere ⊙/**◌̇** per attivare l'alimentazione.

• Dopo l'accensione di tutte le spie, viene visualizzato il numero di modello come 330 e 00 kg.



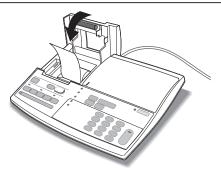
- (1) Premere OPEN
 - (2) Rimuovere il coperchio della stampante.



- (3) Inserire il rotolo di carta per la stampa.
 - Rimuovere l'adesivo del rotolo di carta per la stampa ed estrarre circa 10 cm.

Ricollocare in posizione il coperchio della stampante

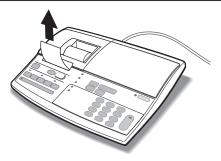
- Nel caso in cui venga visualizzato [[]]PEn, ⇒il coperchio della stampante è aperto. Chiuderlo
 - nuovamente in modo corretto (pagina 209).



e tagliare la FEED Premere (carta in eccesso.



• Se impostato su "OFF," il taglio automatico non funziona (pagina 182).



L'impostazione è stata completata.

Richiamare la schermata di selezione della voce da impostare.

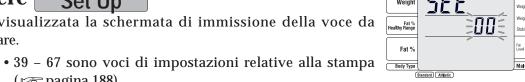
Premere ⊙/**◌̇ per disattivare** l'alimentazione.

> • Dopo l'accensione di tutte le spie, viene visualizzato il numero di modello e 📆 kg



Premere Set Up

• Viene visualizzata la schermata di immissione della voce da impostare.



(pagina 188). • Una volta completate le diverse impostazioni,

⇒premere Set Up nella schermata di "selezione della voce di impostazione" (viene nuovamente visualizzata la schermata di immissione della tara).

Voci di impostazione

	•
1	Data e ora (r pagina 180)
2	Numero di fogli da stampare Modalità composizione corporea (pagina 181)
3	Numero di fogli da stampare Modalità solo peso (P pagina 181)
4	Taglio automatico della carta della stampante (🖙 pagina 182)
5	Display intervallo salutare/% grasso (pagina 182)
6	Display Fat % Healthy range (pagina 183)
7	N. ID. (pagina 183)
8	Flusso di misurazione (F pagina 184)
9	Modalità Atleta (🎓 pagina 184)
10	Unità di immissione dell'altezza (😰 pagina 185)
11	Tempo di determinazione automatico (ੴ pagina 185)
18	Translation missing (pagina 186)
19	Translation missing (pagina 186)
20	Preselezione voce di stampa (r pagina 186)

Impostazione voce di stampa ON/OFF

39	Logo TANITA (pagina 190)
40	Nome categoria (pagina 190)
41	Data (愛了pagina 190)
42	Numero di serie (😰 pagina 190)
43	Spazio in memoria (r pagina 190)
44	N. ID (r pagina 190)
45	Massa grassa (🖙 pagina 190)
46	Massa magra (🖙 pagina 190)
47	Massa muscolare (P pagina 190)
48	Acqua corporea totale (r pagina 190)
49	% acqua corporea totale (🚁 pagina 190)
50	Massa ossea (pagina 190)
51	BMR (Basal metabolic rate, Metabolismo di base)
31	(ragina 190)
52	Età metabolica (pagina 190)
53	Valutazione grasso viscerale (r pagina 190)
54	BMI (r pagina 190)
55	Indice di Rohrer (🎓 pagina 190)
56	Peso corporeo ideale (pp pagina 190)
57	Grado di obesità (😰 pagina 190)
58	Intervallo desiderabile di % grasso corporeo
	(rage pagina 190)
59	Grafico % Grasso (FF pagina 190)
60	Grafico BMI (F pagina 190)
61	Grafico Valutazione grasso viscerale (pagina 190)
62	Grafico Massa muscolare (pagina 190)
63	Grafico BMR (pagina 190)
64	Valutazione corporatura (r pagina 190)

Nota

- *Se vengono eseguite diverse impostazioni continuamente, ⇒premere ciascun numero per eseguire l'impostazione.
- * I contenuti impostati vengono memorizzati finché non sono modificati la volta successiva.
- *Una volta completate le diverse impostazioni,
- ⇒ premere Set Up nella schermata di "selezione della voce di impostazione" (viene nuovamente visualizzata la schermata di immissione della tara).

Registrare la data e l'ora (continua da pagina 178).

Premere (e (Enter / Next

• Viene visualizzata la schermata di impostazione di "data e ora."



Immettere la data e l'ora

• Immettere l'anno, il mese, il giorno, l'ora e i minuti in ordine con

Esempio: Nel caso in cui si immetta: 9:47 antemeridiane, 21 gennaio 2008



- Per immettere un numero con 1 cifra (0 9), premere prima **0**
- Per correggere il valore immesso o cancellarlo, premere (il valore viene cancellato).
- To end inputting in midstream, press Enter / Next

Dopo avere immesso tutti i valori, premere Enter / Next).

• Viene visualizzata nuovamente la schermata di "selezione della voce di impostazione."



Impostare il numero di fogli da stampare per l'analizzatore della composizione corporea (continua da pagina 178)

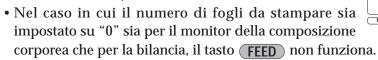
2 e Enter / Next • Viene visualizzata la schermata di impostazione del "numero di fogli da stampare per il monitor della composizione corporea."



Premere (

Immettere il numero di fogli da stampare

• L'impostazione predefinita è "1" (intervallo di immissione: 0 - 3).



• Per correggere il valore immesso o cancellarlo, ⇒premere (CE) (il valore viene cancellato).

Dopo avere immesso il valore numerico, **premere** (Enter / Next)

• Viene visualizzata nuovamente la schermata di "selezione della voce di impostazione."



Impostare il numero di fogli per la bilancia (continua da pagina 178)

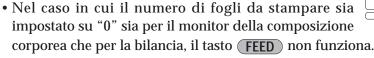
Premere (3) e (Enter / Next)

• Viene visualizzata la schermata di impostazione del "numero di fogli da stampare per la bilancia".



Immettere il numero di fogli da stampare

• L'impostazione predefinita è "1" (intervallo di immissione: 0 - 3).



• In caso di errata immissione o per terminare l'immissione mentre è in corso l'operazione, premere (CE) (l'immissione viene cancellata e si ripristina la voce impostazioni della schermata di selezione).

Dopo avere immesso il valore numerico, premere (Enter / Next).

• Viene visualizzata nuovamente la schermata di "impostazione della selezione voci".





- *Se vengono eseguite diverse impostazioni continuamente, premere ciascun numero per eseguire l'impostazione.
- * I contenuti impostati vengono memorizzati finché non sono modificati la volta successiva.
- *Una volta completate le diverse impostazioni,
 - ⇒premere Set Up nella schermata di "selezione della voce di impostazione" (viene nuovamente visualizzata la schermata di immissione della tara).

Prima dell'uso (Varie impostazioni)

Prima dell'uso (Varie impostazioni)

Attivare/disattivare il taglio automatico della carta della stampante (continua da pagina 178)

e (Enter / Next) Premere (

• Viene visualizzata la schermata di selezione "dell'attivazione o disattivazione del taglio automatico."



Attivare o disattivare il taglio automatico.

della selezione voci".

della selezione voci".

• L'impostazione predefinita è "1.on." ("1. on" per valido, "0. off" per non valido).

Elign • In caso di errata immissione o per terminare l'immissione mentre è in corso l'operazione, premere CE (l'immissione viene cancellata e si ripristina la voce impostazioni della schermata di selezione).

Dopo avere immesso il valore numerico, premere Enter / Next • Viene visualizzata nuovamente la schermata di "impostazione



Attivare/disattivare il segnale acustico (continua da pagina 178)

Premere (5) e (Enter / Next)

• Viene visualizzata la schermata di selezione "dell'attivazione o disattivazione del segnale acustico.'



Attivare o disattivare il segnale acustico.

• L'impostazione predefinita è "1.on." ("1. on" per valido, "0. off" per non valido).

• In caso di errata immissione o per terminare l'immissione mentre è in corso l'operazione, premere CE (l'immissione viene cancellata e si ripristina la voce impostazioni della schermata di selezione)

Dopo avere immesso il valore numerico, premere (Enter / Next). • Viene visualizzata nuovamente la schermata di "impostazione



Nota

Attivare/disattivare il display intervallo salutare/% grasso (continua da pagina 178)

e (Enter / Next Premere

• Viene visualizzata la schermata di selezione "Attivazione (ON) o disattivazione (OFF) il display intervallo salutare/% grasso".



Attivare o disattivare il display intervallo salutare/% grasso quando si utilizza l'analizzatore della composizione corporea



- L'impostazione predefinita è "1.on." ("1. on" per valido, "0. off" per non valido).
- In caso di errata immissione o per terminare l'immissione mentre è in corso l'operazione, premere (CE) (l'immissione viene cancellata e si ripristina la voce impostazioni della schermata di selezione).

Dopo avere immesso il valore numerico, **premere** (Enter / Next)

• Viene visualizzata la schermata di impostazione "impostazione della selezione voci".



Impostare con o senza un ID (continua da pagina 178).

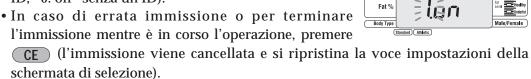
Premere 7 e Enter / Next

• Viene visualizzata la schermata di impostazione "con o senza un



Eseguire l'impostazione con o senza un ID.

• L'impostazione predefinita è "0.off" ("1. on" con un ID, "0. off" senza un ID).



Dopo avere immesso il valore numerico, **premere** (Enter / Next)

• Viene visualizzata la schermata di impostazione "impostazione della selezione voci".



* Una volta completate le diverse impostazioni,

⇒ premere Set Up nella schermata di "selezione della voce di impostazione" (viene nuovamente visualizzata la schermata di immissione della tara).

^{*} Se vengono eseguite diverse impostazioni continuamente, premere ciascun numero per eseguire l'impostazione.

^{*} I contenuti impostati vengono memorizzati finché non sono modificati la volta successiva.

Selezionare il flusso di misurazione (continua da pagina 178)

Premere (8 e (Enter / Next)

• Viene visualizzata la schermata di selezione "dell'attivazione o disattivazione della modalità a un passaggio."



• La modalità a un passaggio ⇒serve per misurare il peso corporeo dopo avere immesso le informazioni personali.

Attivare o disattivare la modalità a un passaggio quando si utilizza l'analizzatore della composizione corporea.



della selezione voci".

• L'impostazione predefinita è "0.off" ("1. on" per valido, "0. off" per non valido).

• In caso di errata immissione o per terminare l'immissione mentre è in corso l'operazione, premere **CE** (l'immissione viene cancellata e si ripristina la voce impostazioni della schermata di selezione).

Dopo avere immesso il valore numerico, premere (Enter / Next).



• Viene visualizzata nuovamente la schermata di "impostazione

Attivare/disattivare la selezione della modalità Atleta (continua da pagina 178)

• Viene visualizzata la schermata di impostazione "Attivazione (ON) o disattivazione (OFF) della selezione Atleta".

Premere 9 e Enter / Next).



Attivare o disattivare la selezione della modalità Atleta quando si utilizza l'analizzatore della composizione corporea.





- L'impostazione predefinita è "1.on." ("1. on" per valido, "0. off" per non valido).
- In caso di errata immissione o per terminare l'immissione mentre è in corso l'operazione, premere **CE** (l'immissione viene cancellata e si ripristina la voce impostazioni della schermata di selezione).

Dopo avere immesso il valore numerico, **premere** (Enter / Next)

• Viene visualizzata nuovamente la schermata di "impostazione della selezione voci".



Nota

- *Se vengono eseguite diverse impostazioni continuamente, premere ciascun numero per eseguire l'impostazione.
- * I contenuti impostati vengono memorizzati finché non sono modificati la volta successiva.

Impostare l'unità di misura dell'altezza (continua da pagina 178)

Premere | e (Enter / Next)

• Viene visualizzata la schermata di selezione "immettere l'unità dell'altezza".



Consente di selezionare l'unità di immissione dell'altezza.



- L'impostazione predefinita è "0.off."
 - 0. off: consente di impostare l'immissione dell'unità 0,1 cm
 - 1. on: consente di impostare l'immissione dell'unità 1 cm
- In caso di errata immissione o per terminare l'immissione mentre è in corso l'operazione, premere (l'immissione viene cancellata e si ripristina la voce impostazioni della schermata di selezione)

Dopo avere immesso il valore numerico, **premere** (Enter / Next)



• Viene visualizzata nuovamente la schermata di "impostazione della selezione voci".

Impostare il tempo di determinazione automatico quando si immette (continua da pagina 178)

Premere e (Enter / Next • Viene visualizzata la schermata di impostazione "tempo di



determinazione automatica durante l'immissione".

• La determinazione automatica durante l'immissione è

⇒una funzione che consente di determinare automaticamente il valore immesso anche senza premere (Enter / Next), dopo l'immissione del valore numerico.

Impostare il tempo di determinazione

automatico durante l'immissione. • L'impostazione predefinita è 5 secondi ("5")



(intervallo di immissione: 0 – 9). *Se è impostato "0," il valore non viene determinato automaticamente.

• In caso di errata immissione o per terminare l'immissione mentre è in corso l'operazione, premere CE (l'immissione viene cancellata e si ripristina la voce impostazioni della schermata di selezione).

Dopo avere immesso il valore numerico, **premere** (Enter / Next) • Viene visualizzata nuovamente la schermata di "impostazione



* Una volta completate le diverse impostazioni,

della selezione voci".

⇒ premere Set Up nella schermata di "selezione della voce di impostazione" (viene nuovamente visualizzata la schermata di immissione della tara).

Prima dell'uso (Varie impostazioni)

Enter / Next

Premere



Attivare / disattivare il obiettivo di grasso corporeo.

• L'impostazione predefinita è "0.off." ("1. on" per



valido, "0. off" per non valido).

• In caso di errata immissione o per terminare l'immissione mentre è in corso l'operazione, premere (CF) (l'immissione viene cancellata e si ripristina la voce impostazioni della schermata di selezione).

Dopo avere immesso il valore numerico, premere (Enter / Next

• Viene visualizzata nuovamente la schermata di "impostazione della selezione voci".



Selezione della lingua (continua da pagina 178)

Premere |



e (Enter / Next)



Selezione della lingua.

della selezione voci".

- 1: inglese/ 2: francese/ 3: tedesco/ 4: italiano/ 5: spagnolo/ 6: Olandese
- In caso di errata immissione o per terminare l'immissione mentre è in corso l'operazione, premere CE (l'immissione viene cancellata e si ripristina la voce impostazioni della schermata di selezione).

Dopo avere immesso il valore numerico, premere (Enter / Next).



• Viene visualizzata nuovamente la schermata di "impostazione

Impostare la preselezione di stampa (continua da pagina 178)

e (Enter / Next) • Viene visualizzata la schermata di impostazione "preselezione di stampa".



Impostare la preselezione di stampa.

• Impostare con 1 – 3

Premere

- La preselezione di stampa ⇒una funzione che consente di impostare
- contemporaneamente le voci di stampa del motivo 1 3 su ON in modo automatico (pagina 187). L'impostazione predefinita è "1" (motivo 1).
- Quando l'attivazione o la disattivazione delle voci da stampare viene modificata con "impostazione della voce di stampa" dopo la stampa della preselezione (🖙 pagina 190), è valido lo stato impostato l'ultima volta.

Dopo avere immesso il valore numerico, **premere** (Enter / Next)

• Viene visualizzata nuovamente la schermata di "preselezione di stampa".



[Elenchi dei contenuti delle preselezioni di stampa]

	Monitoraggio della composizione corporea										
Voce da stampare	1 Motivo 1			2 Motivo 2			3	Bilancia			
Tipo di corpo	Normale	Sportivo	Bambino	Normale	Sportivo	Bambino	Normale	Sportivo	Bambino		
Logo TANITA	\vee	\vee	\vee	\vee	\vee	\vee	\vee	\vee	\vee	$\overline{}$	
Nome categoria	\vee	\vee	\vee	\vee	\vee	\vee	\vee	\vee	\vee	$\overline{}$	
Data	\vee	\vee	$\overline{}$	\vee	\vee	\vee	\vee	\vee	\vee	$\overline{}$	
Numero di serie	\vee	\vee	\vee	\vee	\vee	\vee	\vee	\vee	\vee	\vee	
Spazio in memoria	\vee	\vee	\vee	\vee	\vee	\vee	\vee	\vee	\vee	$\overline{}$	
N. ID	\vee	\vee	$\overline{}$	\vee	\vee	\vee	\vee	\vee	\vee	$\overline{}$	
Massa grassa	\vee	\vee	$\overline{}$	\vee	\vee	\vee					
Massa magra	\vee	\vee	\vee	\vee	\vee	\vee					
Massa muscolare	$\overline{\nu}$	$\overline{}$	$\overline{}$	\vee	\vee	\vee					
Acqua corporea totale	\vee	\vee	\vee	\vee	\vee	\vee					
% acqua corporea totale	\vee	\vee	\vee	\vee	\vee	\vee					
Massa ossea	\vee	\vee		\vee	\vee						
Metabolismo di base	\vee	$\overline{}$		\vee	\vee						
Età metabolica	\vee	\vee		\vee	\vee						
Valutazione grasso viscerale	\vee	\vee		\vee	\vee						
BMI	$\overline{\nu}$	$\overline{}$	$\overline{}$	$\overline{}$	\vee	\vee	\vee	$\overline{}$	\vee		
Indice di Rohrer											
Peso corporeo ideale	\vee			\vee							
Grado di obesità	\vee			\vee							
Valori ideali	\vee	\vee	\vee								
Titolo 2	\vee	\vee	\vee	\vee	\vee	\vee					
Grafico BMI	$\overline{}$	$\overline{}$		\vee	\vee						
Grafico Valutazione grasso viscerale	\vee	\vee									
Grafico Massa muscolare	\vee	\vee									
Grafico BMR	$\overline{}$	$\overline{}$									
Valutazione corporatura											

- Le voci contrassegnate da ∩ sono stampate.
- Le voci contrassegnate da \cap possono essere selezionate per la stampa (pagina 190)
- * Vedere a pagina 188 per un esempio della preselezione di stampa.
- *Una volta completate le diverse impostazioni,
 - premere Set Up nella schermata di "selezione della voce di impostazione" (viene nuovamente visualizzata la schermata di immissione della tara).



^{*}Se vengono eseguite diverse impostazioni continuamente, premere ciascun numero per eseguire l'impostazione.

^{*} I contenuti impostati vengono memorizzati finché non sono modificati la volta successiva.

LOGO

NUMERO DI SERIE

-M.GRASSA IN %

magre del corpo.

-MASSA OSSEA*

nell'intera ossatura.

-ETÀ METABOLICA*

grande e il BMR è maggiore.

• Range desiderabile 18.5 - 24.9

di riferimento.

ACQUA

• Il valore predefinito è 00000001.

Aggiunge 1 ad ogni misurazione

(il valore predefinito è senza ID).

• Se impostato con un ID, viene stampato

•% di grasso è la quantità di grasso

corporeo in proporzione al peso

· La massa magra è costituita da muscoli,

ossa, tessuti, acqua e tutte le altre masse

· L'acqua corporea totale è la quantità di

acqua trattenuta dal corpo. TBW

rappresenta una percentuale compresa

tra il 50% e il 70% del peso corporeo

totale. In genere, gli uomini hanno una

percentuale di peso costituito da acqua

maggiore rispetto alle donne generato

• La quantità di minerali ossei inclusa

• L'età metabolica è considerata giovane

quando una quantità muscolare è più

• Calcolato con "peso (Kg) / altezza (m)²

* Il valore standard si applica alla

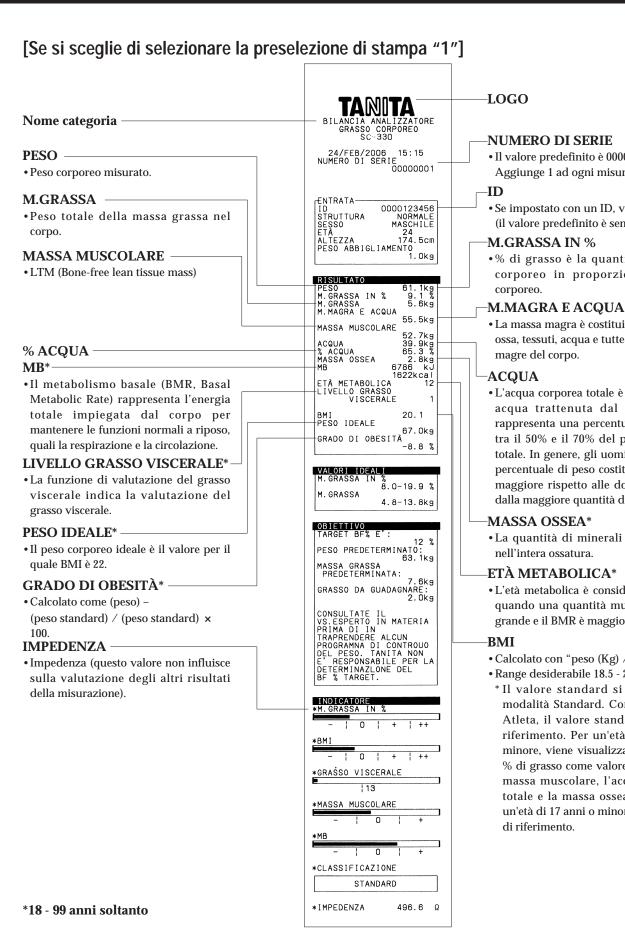
modalità Standard. Con la modalità Atleta, il valore standard è di solo riferimento. Per un'età di 17 anni o

minore, viene visualizzata soltanto la % di grasso come valore standard. La

massa muscolare, l'acqua corporea totale e la massa ossea stimata per

un'età di 17 anni o minore, sono valori

dalla maggiore quantità di muscoli.



[Se si sceglie di selezionare la



[Se si sceglie di selezionare la preselezione di stampa "3"]



Consultare il proprio medico prima di iniziare un programma di gestione del peso corporeo. Tanita non si assume responsabilità riguardo il rapporto di grasso corporeo posto come obiettivo.

preselezione di stampa "2"]



Consultare il proprio medico prima di iniziare un programma di gestione del peso corporeo. Tanita non si assume responsabilità riguardo il rapporto di grasso corporeo posto come obiettivo.

Prima dell'uso (Varie impostazioni)

Selezionare il numero da impostare con i tasti numerici (3 e premere (Enter / Next)



• Viene visualizzata la schermata di impostazione.

Nota

- Per informazioni sull'impostazione del numero di ciascuna voce, vedere la pagina
- Una volta impostata la preselezione di stampa, è possibile modificare automaticamente le voci da stampare dopo averle impostate (r pagina 186). Confermare "l'elenco delle preselezioni di stampa" (r pagina 187).

Impostazione dell'attivazione (ON) o disattivazione (OFF) della voce da stampare

39	Logo TANITA
40	Nome categoria
41	Data
42	Numero di serie
43	Spazio in memoria
44	N. ID
45	Massa grassa
46	Massa magra
47	Massa muscolare
48	Acqua corporea totale
49	% acqua corporea totale
50	Massa ossea
51	Basal metabolic rate, Metabolismo di base (BMR)

52	Età metabolica
53	Valutazione grasso viscerale
54	BMI
55	Indice di Rohrer
56	Peso corporeo ideale
57	Grado di obesità
58	Intervallo desiderabile di % grasso corporeo
59	Grafico % Grasso
60	Grafico BMI
61	Grafico Valutazione grasso viscerale
62	Grafico Massa muscolare
63	Grafico BMR
64	Valutazione corporatura

Consente di selezionare l'attivazione o < la disattivazione della voce da stampare.

Nota

- "0. off" per non stampare e "1. on" per stampare.
- In caso di errata immissione o per terminare l'immissione mentre è in corso l'operazione, premere (CE) (l'immissione viene cancellata e si ripristina la voce impostazioni della schermata di selezione).

Dopo avere immesso il valore numerico, premere Enter / Next

• Viene visualizzata nuovamente la schermata di "impostazione della selezione voci".



Nota

- *Se vengono eseguite diverse impostazioni continuamente, premere ciascun numero per eseguire l'impostazione.
- * I contenuti impostati vengono memorizzati finché non sono modificati la volta successiva.
- *Una volta completate le diverse impostazioni,
 - ⇒ premere Set Up nella schermata di "selezione della voce di impostazione" (viene nuovamente visualizzata la schermata di immissione della tara).

Prima dell'uso (Varie impostazioni)

Questo spiega la procedura, quando la stampante è accesa. Si noti che il display potrebbe apparire diverso se il numero di stampe è impostato su 0.



- Non pulire l'apparecchio con prodotti chimici corrosivi (benzina, detersivi etc.), bensì usare un detergente neutro.
- Se l'apparecchio viene spostato in un luogo con una differenza di temperatura di 20°C o superiore, attendere almeno due ore prima di utilizzarlo.
- Quando vengono prese le misurazioni, tenere lontano dall'unità eventuali utenti di trasmettitori quali telefoni cellulari, al fine di evitare errori di margine.

Informazioni sulla modalità Atleta della selezione del tipo di corporatura

- Le persone di età pari o superiore a 18 anni che soddisfano le seguenti condizioni possono selezionare "athletic mode" e misurare come valori di riferimento.
- Coloro che fanno attività fisica per 12 ore o più a settimana.
- Coloro che appartengono a un team o a un'organizzazione sportiva con l'obiettivo di partecipare a una competizione e così via.
- Coloro che si esercitano per ottenere una massa muscolare maggiore, come i culturisti.
- Gli atleti professionisti.

Attenzione

• Postura durante la misurazione

- Stare con entrambi i piedi paralleli sugli elettrodi
- Stare con la faccia rivolta in avanti senza piegare le ginocchia.
- L'intervallo dell'età è compreso tra 5 e 99 anni. Immettere l'età 99 per età pari o superiori a 100 anni.

Nota

- L'impedenza alla base del calcolo della composizione corporea varia notevolmente subito dopo un duro allenamento e potrebbe quindi non venire misurata correttamente.
- Anche se viene selezionata la modalità Atleta per tipo di corporatura, questa viene cambiata automaticamente in standard se l'età immessa è pari o inferiore a 17 anni.
- Quando viene immesso il peso degli abiti, questo viene sottratto dal risultato della misurazione del peso.

Nel caso di flusso standard (non in modalità a un passaggio)

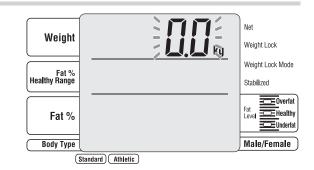
Nel flusso standard, dopo avere misurato il peso, vengono immessi i dati personali e viene misurata la composizione corporea.

Misurazione del peso

Immissione dati personali



Premere O/O per attivare l'alimentazione.



Controllare che il monitor della composizione corporea sia selezionato e immettere il peso degli abiti.

Eseguire l'immissione premendo 0



Weight

Healthy Range

Fat %

Body Type

Net

Weight Lock

Weight Lock Mode

Stabilized

Stabilized

Fat

Weight Lock Mode

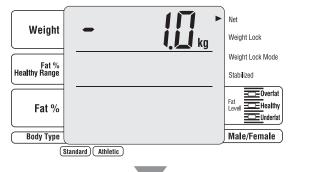
Stabilized

Male/Female

Nota

- Il peso degli abiti (tara predefinita) può essere immesso nell'intervallo compreso tra 0,0 e 10,0 kg.
- Per correggere il valore immesso,
 ⇒ premere CE (il valore viene cancellato).

Premere Enter / Next



Weight

Healthy Range

Fat %

Body Type

Standard Athletic

La spia "step on" lampeggia.

Nota

• Quando si preme **CE**, viene nuovamente visualizzata la schermata precedente.

Weight

Fat %
Healthy Range

Fat %

Body Type

Standard) Athletic

Utilizzo
(Istruzioni per l'uso)

Salire sugli elettrodi con i piedi nudi.

Togliere calze e calzini prima di salire.

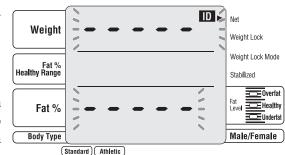


quando si utilizza un analizzatore

Quando il peso diventa stabile, questo cambia nella schermata a destra.

Nota

- Non scendere dalla piattaforma.
- La schermata non viene visualizzata se in "impostazione con o senza un ID" è impostato OFF (pagina 183). (viene visualizzata la schermata "selezione del tipo di corporatura")



ID Net

Inserire il numero ID.

Immetterlo premendo 0 - 9

Nota

- · La schermata non viene visualizzata se in "impostazione con o senza ID" è impostato OFF
- Il numero ID che può essere immesso è compreso tra 0 e 9999999999. Se si preme Enter / Next), le cifre non immesse vengono sostituite da degli 0.

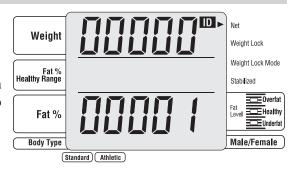
Weight

Body Type

- Se viene eseguita un'immissione errata, premere (il valore viene cancellato).
- Se si preme (CE) senza avere immesso un numero ID, viene nuovamente visualizzata la schermata di "avvio della misurazione."

Premere (Enter / Next)

· La schermata non viene visualizzata se in "impostazione con o senza un ID" è impostato OFF (r pagina 183).



La spia "body type" lampeggia

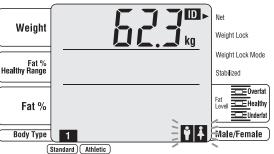


Utilizzo (Istruzioni per l'

Selezionare il tipo di corporatura

Premere i tasti di selezione del tipo di corporatura per eseguire l'immissione.

Una volta selezionato il tipo di corporatura, la spia "Gender" lampeggia.



Nota

- Questa schermata non viene visualizzata se in "attivazione o disattivazione della selezione della modalità Atleta" è impostato OFF (r pagina 184).
- Il tipo di corporatura può, inoltre, essere selezionato con i tasti numerici (1 2).
- Se viene eseguita un'immissione errata,
- ⇒premere CE (l'immissione viene cancellata e viene nuovamente visualizzata la schermata di "selezione del tipo di corporatura").
- Se si preme (CF) senza avere immesso il tipo di corporatura, viene nuovamente visualizzata la schermata di "immissione del numero ID" (o in "avviso della misurazione").

Selezionare il sesso

Premere i tasti di selezione femmina/maschio per eseguire l'immissione.

Una volta selezionato maschio o femmina, la spia "age input" lampeggia.

Weight

Nota

- Se viene eseguita un'immissione errata,
- ⇒premere (CE) (l'immissione viene cancellata e viene nuovamente visualizzata la schermata di "selezione del sesso").
- Se si preme (CE) senza avere selezionato maschio o femmina, viene nuovamente visualizzata la schermata di "selezione del tipo di corporatura."



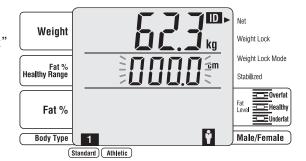
Immetterla premendo 0 - 9

Nota

- L'età può essere immessa nell'intervallo compreso tra 6 e 99.
- Se viene eseguita un'immissione errata, premere (CE) (l'immissione viene cancellata).
- Se si preme (CE) senza avere immesso l'età, viene nuovamente visualizzata la schermata di "selezione maschio/femmina."

Premere (Enter / Next)

Quando viene immessa l'età, la spia "height input"



Male/Female

Male/Female

quando si utilizza un analizzatore

Immettere l'altezza.

Immetterla premendo 0 – 9

Nota

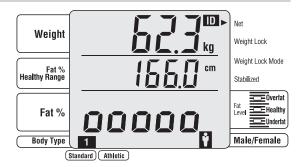
- L'altezza può essere immessa in un intervallo compreso tra 90,0 e 249,9 (90 – 249).
- Se viene eseguita un'immissione errata, premere (CE) (l'immissione viene cancellata).
- Se si preme (CE) senza avere immesso l'altezza, viene nuovamente visualizzata la schermata di "selezione dell'età."

Weight

Fat %

Body Type

Premere Enter / Next



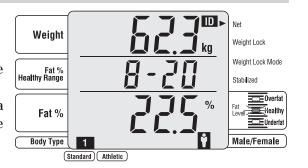
Sotto la misurazione della composizione corporea. Il display RARRA scompare in sequenza.



Completamento della misurazione

Vengono visualizzati il risultato della misurazione e la valutazione della percentuale di grasso.

Viene stampato automaticamente (nel caso in cui sia impostato un valore diverso da 0 in "impostazione del numero di fogli da stampare" (pp pagina 181).



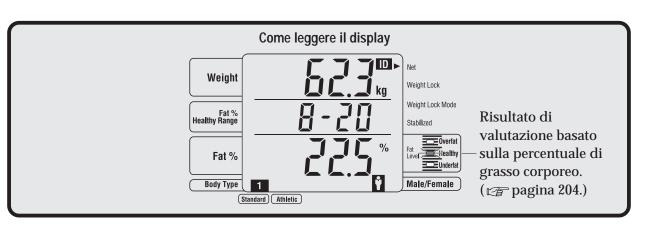
Nota

• Il display intervallo salutare/% grasso (valore numerico nello stadio medio) non è visualizzato se in "attivazione o disattivazione del display intervallo salutare/% grasso" è impostato OFF (pagina 183).

Scendere dalla piattaforma.

Viene visualizzata nuovamente la schermata di "avvio della misurazione."





Nel caso di modalità a un solo passaggio

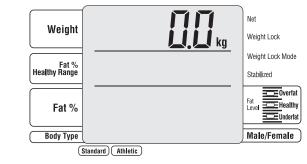
Nella modalità a un solo passaggio, dopo avere immesso i dati personali vengono visualizzati il peso e la composizione corporea.

Immissione dati personali

Misurazione del peso

Misurazione della composizione corporea

Premere <u>O/O</u> per attivare l'alimentazione.



2 Controllare che il monitor della composizione corporea sia selezionato e immettere il peso degli abiti.

Immetterlo premendo 0 - 9

Weight Lock
Weight Lock Mode
Stabilized

Fat %
Body Type

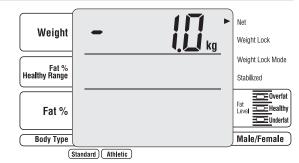
Standard Athletic

Nota

- Il peso degli abiti (tara predefinita) può essere immesso nell'intervallo compreso tra 0,0 e 10,0 kg.
- Se viene eseguita un'immissione errata,

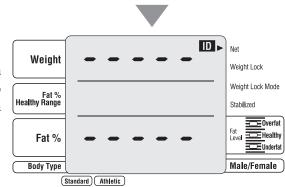
⇒ premere **CE** (l'immissione viene cancellata).

Premere Enter / Next



Nota

• La schermata non viene visualizzata se in "impostazione con o senza un ID" è impostato OFF (pagina 183). (viene visualizzata la schermata di "selezione del tipo di corporatura")



Inserire il numero ID.

Immetterlo premendo 0 - 9

Nota

- La schermata non viene visualizzata se in "impostazione con o senza ID" è impostato OFF (© page 183).
- Il numero ID che può essere immesso è compreso (Standard) (Athletic) tra 0 e 9999999999. Se si preme (Enter / Next), le cifre non immesse vengono sostituite da degli 0.

Body Type

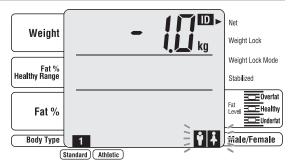
- Se viene eseguita un'immissione errata,

 ⇒premere CE (il valore viene cancellato).
- Se si preme **CE** senza avere immesso un numero ID, viene nuovamente visualizzata la schermata di "avvio della misurazione."

Selezionare il tipo di corporatura

Premere i tasti di selezione del tipo di corporatura per eseguire l'immissione.

Una volta selezionato il tipo di corporatura, la spia "Gender" lampeggia.



ID ►

Male/Female

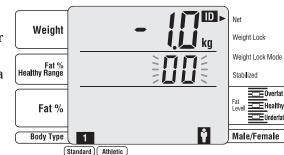
Note

- Questa schermata non viene visualizzata se in "attivazione o disattivazione della selezione della modalità Atleta" è impostato OFF (pagina 184).
- Il tipo di corporatura può, inoltre, essere selezionato con i tasti numerici (1).
- Se viene eseguita un'immissione errata,
- ⇒ premere CE (l'immissione viene cancellata e viene nuovamente visualizzata la schermata di "selezione del tipo di corporatura").
- Se si preme **CE** senza avere immesso il tipo di corporatura, viene nuovamente visualizzata la schermata di "immissione del numero ID" (o in "avviso della misurazione").

Selezionare il sesso

Premere i tasti di selezione femmina/maschio per eseguire l'immissione.

Una volta selezionato maschio o femmina, la spia "age input" lampeggia.



Nota

- Se viene eseguita un'immissione errata,
- ⇒premere CE (l'immissione viene cancellata e viene nuovamente visualizzata la schermata di "selezione del sesso").
- Se si preme **CE** senza avere selezionato maschio o femmina, viene nuovamente visualizzata la schermata di "selezione del tipo di corporatura."

198

Body Type

Weight

Fat %

Body Type

Utilizzo (Istruzioni per l'uso)

Immetterla premendo 0 – 9

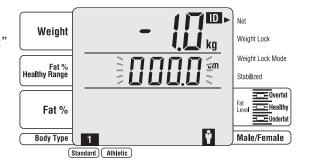
Nota

- L'età può essere immessa nell'intervallo compreso tra 5 e 99.
- Se viene eseguita un'immissione errata,

 ⇒premere CE (l'immissione viene cancellata).
- Se si preme **CE** senza avere immesso l'età, viene nuovamente visualizzata la schermata di "selezione maschio/femmina."

Premere Enter / Next

Quando viene immessa l'età, la spia "height input" lampeggia.



Male/Female

Male/Female

Immettere l'altezza.

Immetterla premendo 0 – 9

Nota

- L'altezza può essere immessa in un intervallo compreso tra 90,0 e 249,9 (90 249).
- Se viene eseguita un'immissione errata,

 ⇒premere CE (l'immissione viene cancellata).
- Se si preme **CE** senza avere immesso l'altezza, viene nuovamente visualizzata la schermata di "selezione dell'età."

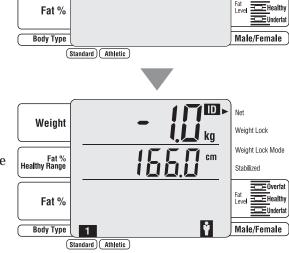
Premere Enter / Next



La spia "step on" lampeggia.

Nota

• Quando si preme **CE**, viene nuovamente visualizzata la schermata precedente.



Salire sugli elettrodi con i piedi nudi.

Togliere calze e calzini prima di salire.



Sotto la misurazione della composizione corporea.

Il display [2000] scompare in sequenza.



Completamento della misurazione

Vengono visualizzati il risultato della misurazione e la valutazione della percentuale di grasso.

Viene stampato automaticamente (nel caso in cui sia impostato un valore diverso da 0 in "impostazione del numero di fogli da stampare" (

pagina 181).

Nota

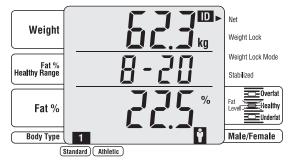
• Il BMI (il valore numerico nella fase intermedia) non viene visualizzato se è stato impostato "OFF" nell'impostazione di "attivazione (ON) o disattivazione (OFF) del BMI" (pagina 180).

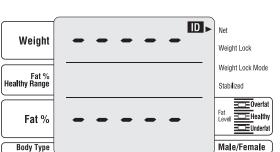
Scendere dalla piattaforma.

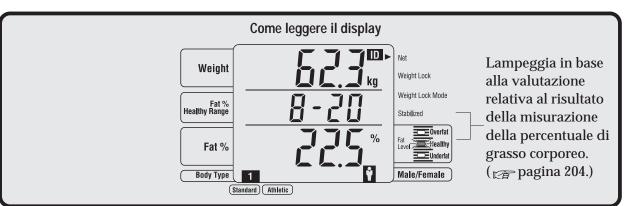
Viene visualizzata nuovamente la schermata di "immissione ID."

Nota

• La schermata di "selezione del tipo di corporatura" viene visualizzata se in "impostazione con o senza un ID" è impostato OFF (pagina 183).







201

Weight Lock Mode

Immettere l'obiettivo di grasso corporeo.

Immetterlo premendo 0 - 9

Nota

- Questa schermata viene visualizzata se in "impostazione ON o OFF dell'obiettivo di grasso corporeo" è impostato ON.
- L'obiettivo di grasso corporeo che può essere immesso è compreso tra 4 e 55
- Se viene eseguita un'immissione errata,

premere (CE) (l'immissione viene cancellata).

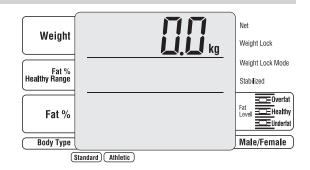
Se il numero di fogli da stampare è impostato su "0", la funzione dell'impostazione dell'obiettivo di grasso corporeo sarà automaticamente impostata su OFF.

Se l'obiettivo di grasso corporeo è impostato su 0 o su un valore nullo, non viene stampato.

Prima di cominciare un programma di gestione del peso corporeo e di impostare l'obiettivo di grasso corporeo personale, si prega di consultare un medico. Tanita non si assume alcuna responsabilità riguardo all'impostazione dell'obiettivo di grasso corporeo per individui specifici.

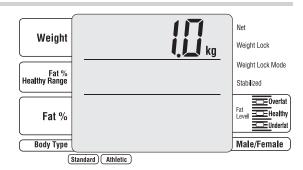
Weight

Premere ⊙/**◌** per attivare l'alimentazione.



Controllare che il monitor della composizione corporea sia selezionato e immettere il peso degli abiti.

Immetterlo premendo 0 - 9



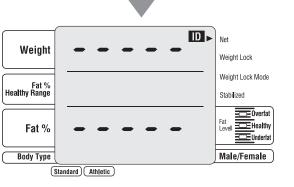
- Il peso degli abiti (tara predefinita) può essere immesso nell'intervallo compreso tra 0,0 e 10,0 kg.
- Se viene eseguita un'immissione errata,

premere (CE) (l'immissione viene cancellata).

Premere (Enter / Next)



· La schermata non viene visualizzata se in "impostazione con o senza un ID" è impostato OFF (pagina 183). (viene visualizzata la schermata di "selezione del tipo di corporatura")



Utilizzo (Istruzioni per l'uso)

ID ► Net

Weight Lock Mode

Immettere il numero ID.

Immetterlo premendo 0 - 9

Nota

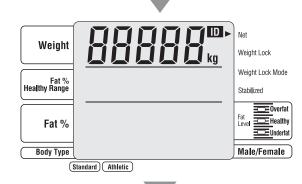
- · Questa schermata non viene visualizzata se in "impostazione con o senza un ID" è impostato OFF (** page 183).
- Il numero ID che può essere immesso è compreso tra 0 e 9999999999.
- Se viene eseguita un'immissione errata, premere (CE) (l'immissione viene cancellata).
- Se si preme (CE) senza avere immesso un ID, viene nuovamente visualizzata la schermata di "avvio della misurazione."

Body Type

Premere (Enter / Next)

• Questa schermata non viene visualizzata se in "impostazione con o senza un ID" è impostato OFF (repagina 183).

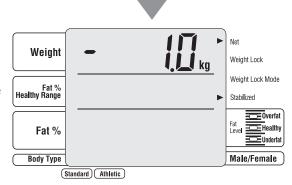




La spia "step on" lampeggia.

Nota

• Quando si preme (CE), viene nuovamente visualizzata la schermata precedente.

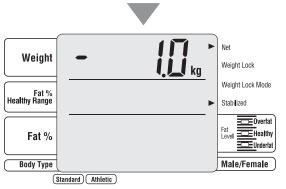


La misurazione è stata completata.

Viene visualizzato il risultato della misurazione. Viene stampato automaticamente (nel caso in cui sia impostato un valore diverso da 0 in "Setting the number of sheets to print" (pagina 181)).



Quando si scende dalla piattaforma, viene nuovamente visualizzata la schermata di avvio della misurazione.



Utilizzo (Istruzioni per l'uso)

La percentuale del grasso corporeo totale è la quantità di grasso corporeo come percentuale del peso corporeo.

La riduzione dei livelli eccessivi di grasso corporeo ha dimostrato di ridurre il rischio di alcune patologie, come las condiciones siguientes. Se aconseja utilizarlo antes de cenar.

La tabella mostra le gamme sane per il grasso corporeo.

Percentual id grasso corporeo per bambini normali 1
Range di grasso corporeo per abubini normali 1
Insufficientemente grasso:

| Sour |

Copyright © 2004 TANITA Corporation. All Rights Reserved.

Indicatore di range sano

Il monitor della composizione corporea confronta automaticamente la lettura in percentuale del vostro grasso corporeo con la tabella Range Grasso Corporeo Sano. Dopo il calcolo della percentuale del grasso corporeo, una barra nera lampeggia in basso nel display, identificando il vostro valore entro le gamme del grasso corporeo per la vostra età e il vostro sesso.

2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29



- (-) : Insufficientemente grasso; sotto il range di grasso corporeo sano. Maggiore rischio di problemi per la salute.
- (0) : Sano; entro il range della percentuale del grasso corporeo per l'età/il sesso in questione.
- (+) : Eccessivamente grasso; sopra il range sano. Maggiore rischio di problemi per la salute.
- (++): Obeso; al di sopra del range di grasso corporeo sano. Considerevole rischio maggiore di problemi per la salute correlati all'obesità.
- *NB: Se si seleziona la modalità Atleta, l'unità non visualizzarà l'indicatore di Range sano. Gli atleti possono avere un Range di grasso corporeo inferiore in base allo sport o all'attività che svolgono.

- Qual è percentuale di acqua corporeatotale?

La percentuale di acqua corporea totale è la quantità totale di fluidi nel corpo di una persona espressa come percentuale del suo peso totale.

Il ruolo dell'acqua è determinante in molti dei processi corporei ed è presente in ciascuna cellula, tessuto e organo. Mantenendo una percentuale di acqua corporea totale sana si ha la certezza del funzionamento efficiente del corpo e della riduzione del rischio di sviluppo di problemi sanitari associati.

I livelli della vostra acqua corporea oscillano in modo naturale durante tutto il giorno. Il vostro corpo tende a disidratarsi dopo una lunga notte e la distribuzione dei fluidi è diversa tra il giorno e la notte. Mangiare pasti abbondanti, bere alcolici, il ciclo mestruale, le malattie, l'attività fisica e fare il bagno possono causare variazioni dei vostri livelli di idratazione.

Il valore della percentuale di acqua corporea da voi misurato dovrebbe fungere da guida e non dovrebbe essere utilizzato per determinare specificamente la vostra percentuale di acqua corporea totale consigliata assoluta. È importante identificare dei cambiamenti a lungo termine nella percentuale di acqua corporea totale e mantenere un livello sano e costante della percentuale di acqua corporea totale.

Bere molta acqua tutta insieme non fa aumentare istantaneamente il livello di acqua nel corpo. Essa farà solo aumentare la misurazione del grasso corporeo a causa dell'aumentato peso. Per tenere sotto controllo le modifiche dei valori dell'acqua nel corpo, si consiglia di confrontarne le letture nel tempo.

Ciascun soggetto è diverso, ma come guida i valori in percentuale medi dell'acqua corporea totale in un adulto sano sono:

Femmina: 45 to 60% **Maschio**: 50 to 65%

Fonte : Based on Tanita's Internal Research

NB: La percentuale di acqua corporea totale tende a diminuire come aumenta la percentuale del grasso corporeo. Una persona con un'alta percentuale di grasso corporeo può avere la percentuale di acqua corporea sotto la media. Man mano che perdete del grasso corporeo, la percentuale di acqua corporea totale dovrebbe gradualmente spostarsi verso la gamma tipica indicata sopra.

- Che cos'è il livello di grasso viscerale?

Questa funzionalità indica il livello di grasso viscerale nel corpo.

Il grasso viscerale è il grasso nella cavità addominale interna, che circonda gli organi vitali nell'area del tronco (addominale). The Tanita Body Composition Monitor will provide you with a visceral fat rating from 1 – 59. Le ricerche effettuate dimostrano che anche se il peso e il grasso corporeo rimangono costanti, con l'invecchiamento, la distribuzione del grasso cambia e tende a spostarsi maggiormente all\(^A\)farea del tronco, particolarmente dopo la menopausa. Accertandovi di avere livelli sani di grasso viscerale riducete il rischio di alcune malattie, come cardiopatia e ipertensione, e ritardate l'insorgenza del diabete di Tipo II.

Il monitor Tanita della composizione corporea vi fornirà un punteggio del grasso viscerale da 1 – 59.

Punteggio da 1 a 12

Indica che avete un livello sano di grasso viscerale. Continuate a monitorizzare questo valore per accertarvi che rimanga entro il range sano.

Punteggio da 13 a 59

Indica che avete un livello eccessivo di grasso viscerale. Considerate di apportare cambiamenti al vostro stile di vita, possibilmente modificando l'alimentazione e facendo più esercizio fisico.

Fonte: Dati dell'Università della Columbia (New York) & del Tanita Institute (Tokyo)

Fonte: • Anche se avete un tasso di grasso corporeo basso, potete avere un alto livello di grasso viscerale.

Per ottenere una diagnosi medica, consultate un medico.

Utilizzo (Criteri vari)

- Che cos'è la massa muscolare?

- Che Cos'è il metabolismo basale (BMR)?

CHE COSA É BMR?

Il vostro metabolismo basale è il livello minimo di energia richiesto dal vostro corpo quando è a riposo per funzionare efficacemente, e interessa gli organi dell'apparato respiratorio e circolatorio, del sistema neurale, del fegato, dei reni e di altri organi.

Bruciate calorie, indipendentemente da quello che fate... persino quando dormite.

Circa il 70% delle calorie consumate ogni giorno sono usate per il metabolismo basale.

Inoltre utilizzate energia quando svolgete qualsiasi tipo di attività; più vigorosa è l'attività, più calorie bruciate, perché i muscoli scheletrici (che rappresentano circa il 40% del peso corporeo) agiscono da motore e utilizzano grandi quantità di energia.

Il vostro metabolismo basale è modificato considerevolmente dalla quantità dei vostri muscoli, accrescendo la vostra massa muscolare per aiutare il vostro metabolismo basale.

Tramite lo studio di soggetti sani, gli scienziati hanno scoperto che con l'invecchiamento, il metabolismo basale (BMR) cambia. Con la crescita, sale nel bambino il metabolismo basale.

Dopo un picco all'età di 16 o 17 anni, inizia gradualmente a diminuire, come indicato nel grafico sotto.

Un metabolismo basale più elevato aumenta il numero di calorie utilizzate e contribuisce a ridurre la quantità di grasso corporeo.

Un metabolismo basale basso rende più difficile la perdita del grasso corporeo e del peso complessivo.

IN CHE MODO IL MONITOR TANITA CALCOLA IL METABOLISMO BASALE?

Il modo basilare di calcolare il metabolismo basale è un'equazione standard che utilizza il peso e l'età. Tanita ha condotto ricerche approfondite sul rapporto fra metabolismo basale e composizione corporea, e fornisce una lettura molto più accurata e personalizzata per l'utente basata sulla misura dell'impedenza.

Questo metodo è stato validato nel settore medico utilizzando la calorimetria indiretta (misurando la composizione del respiro).*

* Reliability on equation for Basal Metabolic Rate: At: 2002 Nutrition Week: A Scientific and Clinical Forum and Exposition Title: International Comparison: Resting Energy Expenditure Prediction Models: The American Journal of CLINICAL NUTRITION

- Che cosa si intende per etè metabolica?

Questa funzionalità calcola il vostra metabolismo basale e indica l'età media associata a quel tipo di metabolismo.

Se la vostra età di metabolismo basale è superiore alla vostra età effettiva, vi indica che dovete migliorare il vostro tasso metabolico.

Facendo più esercizio fisico, costruite tessuti muscolari sani migliorerà in tal modo la vostra età metabolica.

Otterrete una lettura compresa fra 12 e 50. Un valore inferiore a 12 sarà visualizzato come "12" e superiore a 50 sarà visualizzato come "50".

Questa funzionalità indica il peso dei muscoli nel corpo.

La massa muscolare visualizzata include i muscoli scheletrici, i muscoli lisci (come il muscolo cardiaco e digerente) e l'acqua contenuta in questi muscoli.

Il ruolo dei muscoli è importante perché agiscono come un motore nel consumo di energia.

Con l'aumento della massa muscolare, aumenta il consumo di energia, che vi permette di ridurre i livelli di grasso corporeo eccessivi e di perdere peso in modo sano.

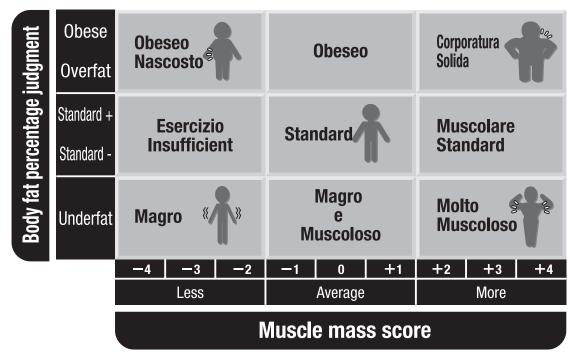
- Che cos'è la classificazione del fisico?

Questa funzionalità valuta il fisico secondo il rapporto di grasso corporeo e massa muscolare presenti

Con la maggiore attività e la riduzione della quantità di grasso corporeo, cambia anche la classificazione del fisico.

Anche se il peso può rimanere invariato, la massa muscolare e i livelli di grasso corporeo possono cambiare, rendendovi più sani e riducendo il rischio di contrazione di alcune malattie.

Ciascuna persona deve stabilire il proprio fisico target e seguire un'alimentazione e un programma di fitness per raggiungere questo obiettivo.



*This is classified after the calculation of how much muscle exists in relation to height.

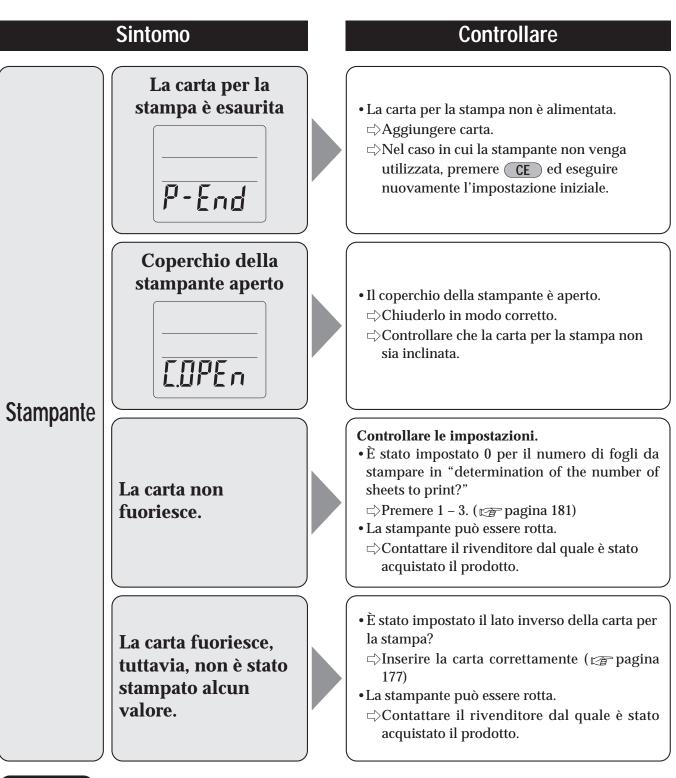
Utilizzo (Criteri vari)

Se necessario

- Controllare i seguenti punti prima di richiedere la riparazione.

Sintomo Controllare Errore di misurazione dell'impedenza • Effettuare la misurazione con i piedi nudi. Erry · Quando le suole dei piedi sono asciutte, aggiungere sugli elettrodi circa 0,5 ml di acqua con il contagocce in dotazione prima della misurazione. • Controllare le informazioni immesse. Err 67 Modalità di Errore punto zero misurazione • Disattivare l'alimentazione e rimuovere gli elementi sulla piattaforma, quindi riattivare l'alimentazione ed eseguire nuovamente la misurazione. •È installato in una posizione soggetta a vibrazioni? • La piattaforma è inclinata? ⇒Tenere la piattaforma in posizione Il peso misurato non orizzontale (pagine 174 e 175) è stabile. • Vi sono oggetti intrappolati nelle fessure della piattaforma? ⇒Rimuovere eventuali oggetti intrappolati nelle fessure. Non viene visualizzato alcun · Controllare che la fonte di alimentazione sia valore anche dopo collegata correttamente. **Parte** avere attivato l'alimentazione. display Viene visualizzato • Il peso da misurare è superiore all'intervallo

di misurazione.



Nota

- Nel caso in cui venga visualizzato un errore diverso da quello riportato sopra, disattivare l'alimentazione e ripetere la misurazione.
- Se viene visualizzato ripetutamente lo stesso errore, contattare il nostro centro di assistenza clienti.

Collegamento a un personal computer



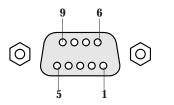
L'interfaccia RS-232C consente l'immissione e l'emissione di dati da questo apparecchio. Questo apparecchio non è in grado di essere controllato a distanza da apparecchi esterni, come un computer.

- Specifiche

Standard di comunicazione	Compatibile con EIA RS-232C
Metodo di comunicazione	Metodo di comunicazione asincrono
Velocità dei segnali	9600 bps
Lunghezza dei bit dati	8 bit
Parità	NESSUNO
Bit di arresto	1 bit
Controllo flusso	NESSUNO
Termine	CR+LF

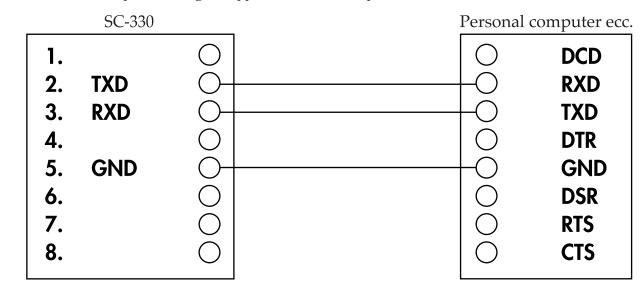
- Nomi dei segnali e metodi di collegamento

Numero del terminale	Nome del segnale
1	※ 1
2	RXD
3	TXD
4	※ 1
5	GND
6	※ 1
7	※ 2
8	※ 2
9	Non collegato



- Esempio di connessione

Usate un cavo inverso quando collegate l'apparecchio ad un computer esterno.





Non è possibile utilizzare cavi per modem.

212

Se necessario
(Collegamento a un personal computer)

^{*1:} Gli spinotti N° 1, 4 e 6 sono connessioni interne.

^{*2:} Gli spinotti N° 7 e 8 sono connessioni interne.

Se necessario (Collegamento a un personal computer)

ATTENZIONE I dati di trasmissione sono emessi non appena la misurazione è terminata indipendentemente della contra della indipendentemente dallo stato dell'apparecchio ricevente (personal computer ecc.). Pertanto l'apparecchio ricevente deve essere pronto ad accettare i dati già prima di cominciare la misurazione.

- Dati di trasmissione

I dati di trasmissione vengono emessi immediatamente dopo la misurazione indipendentemente dallo stato del lato ricevente (personal computer e così via). Di conseguenza, il lato ricevente deve sempre essere pronto per ricevere i dati prima della misurazione.

*La modalità PC consente di inviare dati personali dal lato personal computer e di ricevere i risultati della misurazione.

(1) Formato dati di output

I dati misurati sono emessi nel seguente formato.

- Tutti i dati sono delimitati da virgola (,).
- La fine dei dati è CR (codice ASCII 0DH), LF (codice ASCII 0AH). 0 qui corrisponde a zero.

i dell'intero corpo	М	odel	Ser	rial No.	ID number		Date (do	d/mm/yyyy)	T	ime
	MO	"XXXXXX"	SN	"XXXXXXXX"	ID	"XXXXXXXXXX"	Da	"dd/mm/yyyy"	TI	"hh:mm"
	Bod	ly type	G	ender		Age	Н	eight	Cloth	es (tare)
	Bt	0or2	GE	1or2	AG	XX	Hm	XXX.X	Pt	XX.XX
	We	eight	Вос	ly fat %	Fa	mass	Fat fr	ree mass	Musc	le mass
L	Wk	XXX.X	FW	XX.X	fW	XXX.X	MW	XXX.X	mW	XXX.X
	Muscle score sW XX		Bone mass bW XXX.X		TBW XXX.X		TBW % ww XXX.X		BMI XXX.X	
	Standard	body weight	Degree	of obesity	Viscera	I fat rating	BM	1R (kJ)	BMF	R (kcal)
	Sw	XXX.X	OV	XX.XX	IF	XX	rb	XXXXX	rB	XXXXX
Г	BMR score		Metabolic age		Rohrer's index		Target body fat %		Predicted weight	
L	rJ	XX	rA	XX	RO	XXXX.X	gF	XX	gW	XXX.X
	Predicte	d fat mass	Fat to	gain / lese	Imp	edance	Checksum			
→	gf	XXX.X	gt	XXXX.X	ZF	XXXX.X	CS	XX		

Ciascun valore è delimitato da virgola (,).

(2). Dati di output

				Ordine di output					
Voce	Intestazione	Formato	Indice	Monitor del	la composizio	ne corporea	Bilancia		
				Adulto	Atleta	Bambino	Dilaiicia		
Control data	{0	Fix to 16	2 byte fixed length	1	1	1	1		
Control data	~0	Fix to 1	1 byte fixed length	2	2	2	2		
Control data	~1	Fix to 1	1 byte fixed length	3	3	3			
Control data	~2	Fix to 1	1 byte fixed length	4	4	4			
Model	MO	"XXXXXX"	8 byte fixed length	5	5	5	3		
Serial No.	SN	"XXXXXXXX"	10 byte fixed length	6	6	6	4		
ID number	ID	"XXXXXXXXXX"	12 byte fixed length	7	7	7	5		
Date (dd/mm/yyyy)	Da	"dd/mm/yyyy"	12 byte fixed length	8	8	8	6		
Time	TI	"hh:mm"	7 byte fixed length	9	9	9	7		
Body type	Bt	0 or 2	1 byte fixed length (0: standard 2: athlete)	10	10	10			
Gender	GE	1 or 2	1 byte fixed length (1: male 2: female)	11	11	11			
Age	AG	XX	"1 – 2 byte variable length (unit: age, right-aligned)"	12	12	12			
Height	Hm	XXX.X	"4 – 5 byte variable length, to 1 place of decimals (unit: cm)"	13	13	13			
Clothes (tare)	Pt	XX.X	"3 – 4 byte variable length, to 1 place of decimals (unit: kg)"	14	14	14	8		
Weight	Wk	XXX.X	"3 – 5 byte variable length, to 1 place of decimals (unit: kg)"	15	15	15	9		
Body fat %	FW	XX.X	"3 – 4 byte variable length, to 1 place of decimals (unit: %)"	16	16	16			
Fat mass	fW	XXX.X	"3 – 5 byte variable length, to 1 place of decimals (unit: kg)"	17	17	17			
Fat free mass	MW	XXX.X	"3 – 5 byte variable length, to 1 place of decimals (unit: kg)"	18	18	18			
Muscle mass	mW	XXX.X	"3 – 5 byte variable length, to 1 place of decimals (unit: kg)"	19	19	19			
Muscle score	sW	XX	1 – 2 byte variable length (1-24)	20	20				
Bone mass	bW	XXX.X	"3 – 5 byte variable length, to 1 place of decimals (unit: kg)"	21	21				
TBW	wW	XXX.X	"3 – 5 byte variable length, to 1 place of decimals (unit: kg)"	22	22	20			
TBW %	ww	XXX.X	"3 – 5 byte variable length, to 1 place of decimals"	23	23	21			
BMI	MI	XXX.X	"3 – 5 byte variable length, to 1 place of decimals (unit: kg)"	24	24				
Standard body weight	Sw	XXX.X	"3 – 5 byte variable length, to 1 place of decimals (unit: kg)"	25					
Degree of obesity	OV	XX.XX	"3 – 5 byte variable length, to 1 place of decimals (unit: %)"	26					
Visceral fat rating	IF	XX	1 – 2 byte variable length	27	25				
BMR (kJ)	rb	XXXXX	1 – 5 byte variable length (unit: kJ)	28	26				
BMR (kcal)	rB	XXXXX	1 – 5 byte variable length (unit: kcal)	29	27				
BMR score	rJ	XX	1 – 2 byte variable length	30	28				
Metabolic age	rA	XX	2 byte fixed length	31	29				
Rohrer's index	RO	XXXX.X	4 – 6 byte variable length			22			
Target body fat %	gF	XX	1 – 2 byte variable length	32	30	23			
Predicted weight	gW	XXX.X	3 – 5 byte variable length	33	31	24			
Predicted fat mass	gf	XXX.X	3 – 5 byte variable length	34	32	25			
Fat to gain / lese	gt	XXXX.X	3 – 6 byte variable length	35	33	26			
Impedance	ZF	XXXX.X	5 – 6 byte variable length	36	34	27			
Checksum	CS	XX	2 byte fixed length	37	35	28	10		

Misurazione della composizione corporea tramite il metodo BIA.

Introduzione

Se necessario (Note tecniche)

Questa apparecchiatura fornisce stime per ciascun valore misurato della percentuale di grasso corporeo, della massa grassa, della massa magra, della massa muscolare e della massa ossea tramite il metodo DXA per il Giappone e una stima del valore misurato dell'acqua corporea totale tramite il metodo di diluizione utilizzando il metodo Bioelectrical Impedance Analysis (BIA).

Per la misurazione, è necessario selezionare il metodo in base al tipo di corporatura.

- 1) Standard (da 7 a 99 anni di età)
- 2) Atleta (per atleti che fanno maggiore attività fisica rispetto ad altri)

L'affidabilità della misurazione delle composizioni corporee degli atleti e così via, che hanno composizioni diverse dagli altri, è migliorata dividendo la modalità di misurazione in base a ciascun tipo di corporatura.

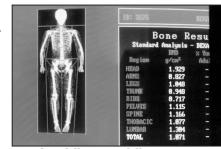
- Principi di misurazione di composizione di corpo

L'analisi d'impedenza bioelettrica è un mezzo per misurare la composizione corporea - massa di grasso, Massa Prevista Muscoli, ecc. - misurando l'impedenza bioelettrica nel corpo. Il grasso nel corpo non consente il passaggio dell'elettricità, mentre l'elettricità attraversa piuttosto facilmente l'acqua, in gran parte presente nei muscoli. Il grado di difficoltà con cui l'elettricità attraversa una sostanza prende il nome di resistenza elettrica, e la percentuale di grasso e di altri componenti del corpo può essere stimata in base alle misure di questa resistenza.

Il Tanita Body Composition Analyzer misura la composizione del corpo utilizzando una sorgente di corrente costante con una corrente ad alta freguenza (50 kHz, 90 µA).

- Quale è il metodo di DXA?

L'assorbimetria radiografica ad energia combinata fu originariamente studiata per misurare il contenuto dei minerali nelle ossa, ma nella modalità di scansione di Corpo Intero è possibile misurare la percentuale del grasso corporeo, la massa di grasso e la massa corporea priva di grasso delle singole parti del corpo (braccia, gambe, tronco). L'immagine sotto mostra un esempio dei risultati della misura della composizione del corpo ottenuta con l'assorbimetria radiografica ad energia combinata.



Risultati della misura della composizione del corpo ottenuti con l'assorbimetria radiografica ad energia combinata (Lunar Co., Ltd; DPX-L)

- Descrizione del metodo di diluizione

Nel metodo di diluizione, viene fornita una sostanza etichettata per una quantità nota e viene misurata la concentrazione nell'equilibrio diffusa equamente per ottenere la quantità totale di solvente che diluisce la sostanza etichettata.

Per misurare l'acqua corporea totale (TBW), in genere è utilizzato l'ossido di deuterio (D₂O) come sostanza etichettata. L'ossido di deuterio impiega l'acqua corporea totale come spazio di diluizione, in modo da ottenere l'acqua corporea totale. Per ottenere la quantità di liquido extracellulare, è utilizzato il bromuro di sodio (NaBr) come sostanza etichettata. Il bromuro (Br) non penetra all'interno delle cellule e impiega il liquido extracellulare come spazio di diluizione.

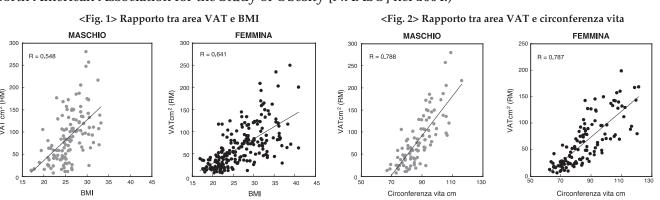
- Che cos'è il grasso viscerale?

Il tessuto adiposo viscerale (VAT) è grasso che si accumula nella cavità addominale e attorno agli organi interni. Si ritiene che il VAT abbia maggiori possibilità di causare malattie legate allo stile di vita rispetto al tessuto adiposo sottocutaneo (SCAT), pertanto conoscere e controllare periodicamente il rischio di accumulo di VAT rappresenta un'importante guida nella prevenzione delle malattie legate allo stile di vita.

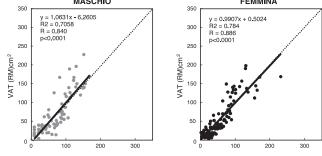
Tanita ha sviluppato la tecnologia per la misurazione del rischio di accumulo di VAT attraverso l'analisi dell'impedenza bioelettrica (BIA) confrontata con l'analisi delle immagini per risonanza magnetica (MRI), oltre alla tecnologia consolidata per la misurazione della percentuale di grasso corporeo. Il rischio di accumulo di VAT viene calcolato stimando l'area di VAT con il metodo BIA, sulla base dell'elaborazione delle immagini della risonanza magnetica. Questo metodo ha una correlazione più alta rispetto alla stima del rischio di accumulo di VAT basata sul BMI o sulla circonferenza addominale (la circonferenza della vita), consentendo una stima che corrisponde agli individui con maggiore precisione.

*L'area di VAT per risonanza magnetica viene calcolata eseguendo un'elaborazione dell'immagine della sezione trasversale nel tratto L4-L5 delle vertebre lombari.

Fig. 1 - Fig. 3: Risultati della ricerca della N. Y. Columbia University e Jikei University (pubblicati dalla North American Association for the Study of Obesity [NAASO] nel 2004.)



<Fig. 3> Rapporto tra area VAT per RM e area VAT



Se necessario (Note tecniche)

- Fattori che restituiscono errori di misurazione

Nel metodo BIA, viene misurata l'impedenza e la composizione corporea è calcolata sulla base del valore. È risaputo che l'impedenza cambia in base alla quantità di acqua corporea totale che occupa circa il 60% di peso e in base alla relativa distribuzione e temperatura. Di conseguenza, a scopo di ricerca o per la ripetizione quotidiana delle misurazioni, le condizioni di misurazione devono rimanere costanti. Adottando la tecnologia di reattanza, è stato possibile ottenere misurazioni più stabili; tuttavia, la misurazione in determinate condizioni in continua evoluzione della temperatura e della distribuzione dell'acqua corporea totale o del volume del flusso sanguigno delle estremità generate dall'allenamento, da un bagno e così via influisce sul risultato della misurazione poiché anche la resistenza elettrica del corpo cambia.

Di conseguenza, si consiglia di eseguire la misurazione nelle seguenti condizioni per ottenere una misurazione stabile.

Therefore, it is recommended to measure under the following conditions for stable measurement.

- 1) Tre ore dopo il risveglio e l'inizio delle normali attività quotidiane (i transiti dell'impedenza rimangono a livelli elevati se si rimane seduti dopo essersi alzati o aver viaggiato in automobile e così via).
- 2) Tre ore o più dopo i pasti (l'impedenza tende a diminuire 2-3 ore dopo i pasti).
- 3) Dodici o più ore dopo un duro allenamento per la misurazione (la tendenza verso i cambiamenti nell'impedenza non è stabile a seconda del tipo e della rigorosità dell'esercizio).
- 4) Urinare prima della misurazione.
- 5) Per misurazioni ripetute, eseguire la misurazione alla stessa ora il più possibile (è possibile ottenere una misurazione più stabile del peso, eseguendo la misurazione ogni giorno alla stessa ora)

È possibile ottenere valori misurati molto stabili eseguendo la misurazione nelle seguenti condizioni. Durante lo sviluppo di questa apparecchiatura, le seguenti sei voci sono state impostate come condizioni per l'equazione di regressione.

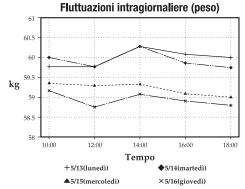
- 1) Divieto di assunzione di alcolici 12 ore prima della misurazione
- 2) Divieto di allenamento eccessivo 12 ore prima della misurazione
- 3) Divieto di mangiare e bere eccessivamente il giorno prima della misurazione
- 4) Divieto di mangiare e bere 3 ore prima della misurazione
- 5) Evitare il periodo mestruale (donne)

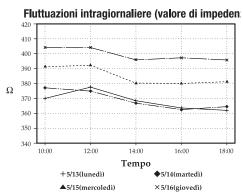
2) Cambiamenti giornalieri

I diagrammi sotto contengono esempi delle misure dei cambiamenti giornalieri. È stato effettuato uno studio per determinare il grado di cambiamento nell'impedenza fra i piedi durante la disidratazione; i primi due giorni rappresentano una normale routine quotidiana, mentre negli ultimi due giorni lo stato di disidratazione è stato indotto usando una sauna.

Non sono stati misurati cambiamenti significativi giornalieri nel peso corporeo, nell'impedenza fra i piedi o nella percentuale di grasso corporeo durante la normale routine giornaliera. Durante lo stato di disidratazione, tuttavia, una riduzione di 1 kg del peso corporeo è stata osservata, con l'impedenza fra i piedi salita di circa 15 Ω il primo giorno e 30-35 Ω il secondo giorno di disidratazione. Di conseguenza, la percentuale del peso corporeo è salita di 1% circa il primo giorno e di 1,5-2% il secondo giorno di disidratazione.

Come detto prima, l'impedenza aumenta quando il peso corporeo è ridotto (come a causa di disidratazione) e diminuisce quando il peso corporeo viene aumentato con il consumo eccessivo di





alimenti. Il cambiamento giornaliero dell'impedenza è quindi inversamente proporzionale al cambiamento del peso corporeo.

Questi cambiamenti giornalieri sono dovuti alle seguenti cause:

- 1) Aumenti temporanei del peso corporeo (acqua corporea totale) dovuti ad eccessivo consumo di alimenti
- 2) Disidratazione dovuta a pesante sudorazione durante esercizio fisico vigoroso
- 3) Disidratazione dovuta a consumo di alcolici o assunzione di diuretici
- 4) Disidratazione dovuta a pesante sudorazione in saune, ecc.
- Si consiglia perciò di fornire istruzioni al soggetto per eliminare queste cause quando è necessario ottenere misure accurate.

L'applicazione della formula di regressione del

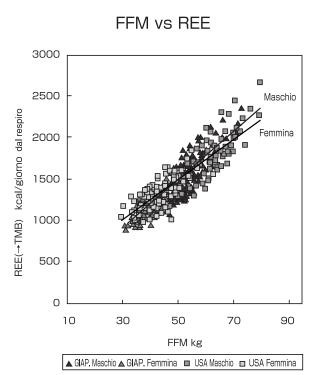
Specialisti nel settore della medicina e della nutrizione dicono da tempo che il "tasso metabolico basale (TMB) è determinato più dalla massa corporea priva di grasso che dal peso corporeo" (i soggetti di un dato peso con una massa corporea priva di grasso superiore hanno un tasso metabolico basale superiore), e che dal punto di vista della valutazione della composizione del corpo, dovrebbe essere calcolato dalla massa corporea priva di grasso. Inoltre, in casi di semplici formule per effettuare il calcolo in base all'Afaltezza, al peso e all'età, senza valutare la composizione del corpo, è stato osservato un problema a causa di stime eccessivamente elevate date a soggetti obesi con pesi corporei elevati, e invece stime di tasso metabolico basale eccessivamente ridotte date a atleti muscolosi, sebbene questi casi non siano tanto numerosi.

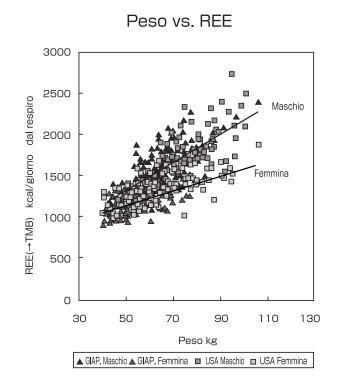
Attualmente, la formula di ricorsione della stima del tasso metabolico basale sviluppata da Tanita, produttrice degli analizzatori della composizione corporea, in base alle ricerche effettuate, funziona tramite analisi regressiva multipla impiegando questa massa corporea priva di grasso, e ha un grado superiore di accuratezza nelle differenze individuali nella composizione corporea. Per ottenere il tasso metabolico basale, il metabolismo respiratorio a riposo (REE – dispendio energetico a riposo) è stato misurato usando un dispositivo per l'analisi del gas respiratorio e questa formula di ricorsione di stima è stata creata in base a questi dati.

<Figure 1> Rapporto fra dispendio energetico a riposo (REE), secondo l'analisi dei gas respiratori, peso e massa corporea priva di grasso (FFM)

(Presentata a Nutrition Week, tenuta a San Diego nel 2002)

Come illustrato nella Figura 1: il dispendio energetico a riposo (REE) (tasso metabolico basale) ha un rapporto più forte con la massa corporea priva di grasso (FFM) che con il peso corporeo, e una differenza è visibile fra i soggetti maschili e femminili nei trend della distribuzione. Vediamo che in principio dovremmo effettuare il calcolo dalla massa corporea priva di grasso piuttosto che con la vecchia formula centrata sul rapporto con il peso.





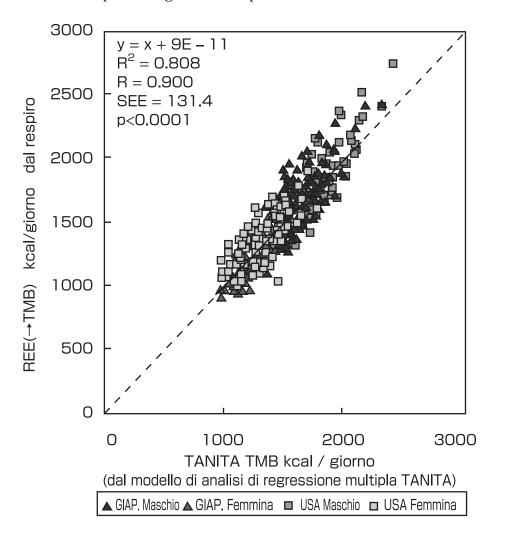
TMB e le differenze rispetto alla vecchia formula

<Figure 2> Confronto dei valori del tasso metabolico basale dal modello di regressione multipla e analisi del respiro di TANITA

(Presentata a Nutrition Week, tenuta a San Diego nel 2002)

L'attuale formula di retrogressione del tasso metabolico basale è una formula basata sul principio dell'utilizzo del valore FFM (massa corporea priva di grasso) ottenuto dai risultati della misura della composizione corporea secondo l'analisi d'impedenza bioelettrica. Un buon rapporto è illustrato nel valore di tasso metabolico basale (TMB) basato sul dispendio energetico a riposo (REE) dell'analisi effettiva del respiro o R=0.9~(p<0.0001). Questi risultati sono presentati alla First Annual Nutrition Week (American College of Nutrition, American Society for Clinical Nutrition, American Society for Parenteral and Enteral Nutrition, North American Association for the Study of Obesity) tenutasi nel 2002 a San Diego.

NB: Questo modello è tarato per persone di 18-84 anni. I soggetti all'esterno di questo range di età non possono ottenere letture accurate.



220 22'

Modello		SC-330
Sorgente di alimentazione		Adattatore CA (incluso) Center Minus MODELLO SA165A-0950U-3 CLASS 2
		Tensione di ingresso: 100-240 VAC 50/60 Hz 1.5A Tensione di uscita: 7 VDC
		Corrente nominale: 4 A Tensione di ingresso No carico: 7VDC
Consumo energetico		28 W
Impedenza Misurazione	Sistema di misurazione	Analisi dell'impedenza bioelettrica tetrapolare
	Frequenza di misurazione	50 kHz
	Corrente di misurazione	90 μΑ
	Materiale degli elettrodi	Tappetini in acciaio inossidabile a contatto sensibile alla pressione
	Stile di misurazione	Tra i due piedi
	Range di misurazione	150 - 1200Ω
	Precisione alla prima calibratura	± 2%
Peso Misurazione	Sistema di misurazione	Cella di carico dell'estensimetro
	Capacità massima / graduazione minima	270 kg / 0.1 kg
	Precisione alla prima taratura	± 0.2 kg
Voci di immissione	Peso abbigliamento	0 - 10 kg / incrementi di 0.1 kg
	Genere	Maschio / femmina
	Tipo corporeo	Standard (5 - 99 anni) / Atletico (18 - 99 anni)
	Età	5 - 99 anni / incrementi di 1 anno
	Altezza	90 - 249.9 cm /incrementi di 0.1 cm
	Obiettivo di % del grasso corporeo	4 - 55 %

		Obiettivo di % del grasso corporeo	4 - 55 %
Voci di emissione		Peso	0 - 270 kg / incrementi di 0.1 kg
		Genere	Maschio / femmina
	Display	Tipo corporeo	Standard / Atletico
		Età	5 - 99 anni/ incrementi di 1 anno
		Altezza	90 - 249.9 cm / incrementi di 0.1 cm
		% GRASSO	3 - 75% / incrementi di 0.1%
	Stampa	Nome del modello	LOGO TANITA (240 × 64 dot) SC-330
		Data e ora	2005 / 1 / 1 - 2099 / 12 / 31
		Num. di serie	00000000 - 99999999
		ID	0000000000 - 9999999999
		Tipo corporeo	Standard (5 - 99 anni) / Atletico (18 - 99 anni)
		Genere	Maschio / femmina
		Età	5 - 99 anni / incrementi di 1 anno
		Altezza	90 - 249.9 cm /incrementi di 0.1 cm
		Peso abbigliamento	0 - 10 kg / incrementi di 0.1 kg
		Peso	0 - 270 kg / 0.1 kg increments
		% GRASSO	3 - 75% / incrementi di 0.1%
		Massa corporea	incrementi di 0.1 kg
		M.magra e acqua	incrementi di 0.1 kg
		Massa muscolare	incrementi di 0.1 kg
		Acqua	incrementi di 0.1 kg
		% Acqua	15 - 85% / incrementi di 0.1%
		Massa ossea stimata	incrementi di 0.1 kg
		MB	incrementi di 1 kJ increments / incrementi di 1 kcal
		Età metabolitca	incrementi di 1 anno (12 - 90 anni)
		Livello di GRASSO viscerale	Incrementi di livello 1 (Livello 1-59)
		BMI	incrementi di 0.1
		Peso stimato	incrementi di 0.1 kg
		Range desiderabile	3 - 75% / incrementi di 0.1%
		Grafico % di GRASSO	
		Grafico BMI	
		Grafico del livello di GRASSO viscerale	
		Grafico della massa muscolare	
		Grafico MB	
		Rating del fisico	
		Résistance	150 - 1200 Ω
Display			LCD 3 File, 5 cifre
Interfaccia dei dati di uscita			RS-232C (connettore femmina D-sub a 9 pin)
Range della temperatura d'uso			0 - 35°C
Umidità relativa			30 - 80% (senza condensa)
Peso dell'apparecchio (versione con display a distanza)			6.8 kg
Peso dell'apparecchio (versione con montaggio a colonna)			12.1kg
Dimensioni	Piattaforma di peso		372 × 375 × 101 mm
Dimensioni	Altezza (versione con montaggio a colonna)		1024 mm

222

Se necessario



(E

Questo apparecchio è conforme alla direttiva CE n 89/336/CEE in materia di compatibililà elettromagnetica dei dispositivi elettronici.

TANITA EUROPE B.V. Holland Office Centre, Kruisweg 813-A 2132NG Hoofddorp, the Netherlands Tel: +31 (0) 23-5540188 FAX: +31 (0) 23-5579065 http://www.tanita.eu

TANITA UK LTD.

The Barn, Philpots Close, Yiewsley, Middlesex, UB7 7RY, United Kingdom Tel: +44 (0) 1895-438577 FAX: +44 (0) 1895-438511

TANITA Corporation 1-14-2, Maeno-cho, Itabashi-ku, Tokyo, Japan Tel: +81 (0) 3-3968-2123 / +81 (0) 3-3968-7048 FAX: +81 (0) 3-3967-3766 http://www.tanita.co.jp

TANITA Corporation of America, Inc.

2625 South Clearbrook Drive Arlington Heights, Illinois 60005, USA Tel: +1 847-640-9241 FAX: +1 847-640-9261 http://www.tanita.com

TANITA Health Equipment H.K.LTD.

Unit 301-303, 3/F Wing On Plaza, 62 Mody Road, Tsimshatsui East, Kowloon, Hong Kong Tel: +852 2838-7111 FAX: +852 2838-8667