

GARANTÍA DE POR VIDA
(VÁLIDA ÚNICAMENTE EN LOS EE.UU.)

HoMedics, Inc., garantiza este producto contra defectos en material y mano de obra mientras esté en vida el comprador original a partir de la fecha original de compra con las excepciones que se detallan a continuación.

Esta garantía de producto de HoMedics no cubre daños causados por un uso inadecuado, abuso, accidente, la conexión de accesorios no autorizados, la alteración del producto o cualquier otra condición sin importar cual sea que se encuentre fuera del control de HoMedics. Esta garantía es válida sólo si el producto es comprado y usado en los EE.UU. Esta garantía no cubre un producto que requiera modificación o alteración para que pueda usarse en cualquier otro país distinto del país por el cual fue diseñado, fabricado, aprobado y/o autorizado, o la reparación de productos dañados a causa de estas modificaciones. HoMedics no será responsable de ningún tipo de daños incidentales, consecuentes o especiales.

Para obtener un servicio cubierto por la garantía para su producto HoMedics, puede entregar la unidad personalmente o enviarla por correo junto con su recibo de compra fechado (como prueba de la compra), el franqueo pagado, junto con un cheque o una orden de pago por el monto de \$5.00, pagadero a HoMedics, Inc. para cubrir los gastos de manipulación.

Una vez recibido, HoMedics reparará o reemplazará su producto, según lo que sea apropiado y se lo enviará con el franqueo pagado. Si es apropiado reemplazar su producto, HoMedics lo reemplazará con uno igual o comparable, a opción de HoMedics. La garantía es válida únicamente a través del Centro de servicio HoMedics. El servicio realizado a este producto por cualquier otro diferente al Centro de servicio HoMedics anulará la garantía.

Esta garantía le proporciona derechos legales específicos. Es posible que usted tenga derechos adicionales que pueden variar de un estado a otro. Debido a las regulaciones de los diferentes estados, es posible que algunas de las limitaciones y exclusiones no se apliquen en su caso.

Por más información con respecto a nuestra línea de productos en los EE.UU., visítenos en: www.homedics.com

Para reparaciones o servicio – no devuelva esta unidad al almacén. Póngase en contacto con HoMedics Customer Service al 1-800-HOMEDICS (1-800-466-3342).

Dirección postal:

**HoMedics
Service Center Dept. 168
3000 Pontiac Trail
Commerce Township, MI
48390**

correo electrónico: cser-vice@homedics.com

El manual en español empieza a la página 4

Instruction Manual Electronic Digital Scale

Prior to Use

1. Pull out the insulation strip from the battery compartment.
2. This can be done without opening the battery compartment.

General Operation

1. Set "LB/KG" switch for either pounds or kilograms reading. The LB/KG switch is located on the back of the scale.
2. Place scale on flat, hard surface. Carpeted or uneven floors may affect accuracy.
3. Lightly step on the scale ("0000" will display) and step off. This process insures the scale is set and is now ready for use. Do this whenever scale is moved. At all other times, step straight onto the scale.
4. Stand on the scale and remain as still as possible. When the weight stabilizes, the weight is displayed. After you step off the scale a small "0" will run from left to right and turn off.
5. The weight will remain displayed while the user stands on the scale.

Note: Special Displays

| | |
|------|---|
| Err0 | Incorrect initialization; begin again as explained above. |
| Err1 | Unstable weight; begin again |
| Err2 | Overload; remove weight immediately |
| bAtt | Battery failure; replace |

Battery Information

Your scale has a lithium battery installed that will provide a long life of operation when used in a typical household. Under heavy usage (Health Club, Wellness Clinic, etc.) the battery may eventually need to be replaced.

Low Battery

Your scale is equipped with a low battery indicator. It will display “*bAtt*” when it is time to replace the battery. Replace the battery when “*bAtt*” is displayed or readings grow dim or become irregular.

Battery Replacement

1. Use a 3 volt CR 2032 lithium battery only (installed).
2. Open battery compartment on bottom of scale by pushing tab in direction of “open” arrow and lifting up hinged lip.
3. Insert a small screwdriver into slot in holding bracket and pry up on battery until it pops-out. The plastic bracket will deform to get the battery out but will still catch the new battery with its tab.
4. Place the new battery with “+” sign up on angle with one side under the tab opposite the holding bracket and push down.
5. Push down on lid until it clicks shut.

Trouble Shooting

In Case of Difficulty...

1. Place your feet in the same position every time you weigh yourself.
2. Weigh yourself without clothing whenever possible. Clothes can vary in weight.
3. Move scale to a location where it won't be bumped. If your scale is bumped while being activated or while in use, an inaccurate reading may occur.
4. For the most consistent readings, weigh yourself at the same time of day.
5. Allow for weight fluctuations due to food or drink in your system.

Precautions

1. Clean exposed parts with a soft, slightly damp cloth. To remove stains, use a mild soap. Never use detergents, excess water, treated cloths, harsh cleaning agents, or sprays. Do not attempt to lubricate or open scale casing as this will void your warranty.
2. Although your scale is designed to be maintenance-free, it contains sensitive electronic parts. Avoid rough treatment. Do not drop, kick, or jump on it. Treat it with care to ensure the best performance.
3. This scale is designed to read weights between 25 and 350 lbs. or 12 and 160 kgs. To prevent damage do not place more than 350 lbs. or 160 kgs. on it.
4. Do not store scale where you store cleaning chemicals. The vapors from some household products may affect the electronic components of your scale. Do not store scale on its side.
5. This scale is an extremely sensitive weighing device. In order to prevent run down of the battery, do not store anything on the scale.

Reaching Target Weight

Maintaining proper weight is essential to healthy living. The Body Mass Index (BMI) is the most widely accepted measurement of weight according to health professionals. Use the chart below to determine your own BMI by matching your height in the left hand column with your weight in the center. Anyone, male or female, with a BMI of 25 to 29 is considered overweight and a body mass index of 30 is considered obese. Remember to eat right and exercise.

Body Mass Index

| | | Body Weight (pounds) | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-----------------|-----------|----------------------|-----------|-----------|-----------|-----------|------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----|
| | | Healthy Weight | | | | | Overweight | | | | | Obese | | | | | | |
| Height (inches) | 58 | 91 | 96 | 100 | 105 | 110 | 115 | 119 | 124 | 129 | 134 | 138 | 143 | 148 | 153 | 158 | 162 | 167 |
| | 59 | 94 | 99 | 104 | 109 | 114 | 119 | 124 | 128 | 133 | 138 | 143 | 148 | 153 | 158 | 163 | 168 | 173 |
| | 60 | 97 | 102 | 107 | 112 | 118 | 123 | 128 | 133 | 138 | 143 | 148 | 153 | 158 | 163 | 168 | 174 | 179 |
| | 61 | 100 | 106 | 111 | 116 | 122 | 127 | 132 | 137 | 143 | 148 | 153 | 158 | 164 | 169 | 174 | 180 | 185 |
| | 62 | 104 | 109 | 115 | 120 | 126 | 131 | 136 | 142 | 147 | 153 | 158 | 164 | 169 | 175 | 180 | 186 | 191 |
| | 63 | 107 | 113 | 118 | 124 | 130 | 135 | 141 | 146 | 152 | 158 | 163 | 169 | 175 | 180 | 186 | 191 | 197 |
| | 64 | 110 | 116 | 122 | 128 | 134 | 140 | 145 | 151 | 157 | 163 | 169 | 174 | 180 | 186 | 192 | 197 | 204 |
| | 65 | 114 | 120 | 126 | 132 | 138 | 144 | 150 | 156 | 162 | 168 | 174 | 180 | 186 | 192 | 198 | 204 | 210 |
| | 66 | 118 | 124 | 130 | 136 | 142 | 148 | 155 | 161 | 167 | 173 | 179 | 186 | 192 | 198 | 204 | 210 | 216 |
| | 67 | 121 | 127 | 134 | 140 | 146 | 153 | 159 | 166 | 172 | 178 | 185 | 191 | 198 | 204 | 211 | 217 | 223 |
| | 68 | 125 | 131 | 138 | 144 | 151 | 158 | 164 | 171 | 177 | 184 | 190 | 197 | 203 | 210 | 216 | 223 | 230 |
| | 69 | 128 | 135 | 142 | 149 | 155 | 162 | 169 | 176 | 182 | 189 | 196 | 203 | 209 | 216 | 223 | 230 | 236 |
| | 70 | 132 | 139 | 146 | 153 | 160 | 167 | 174 | 181 | 188 | 195 | 202 | 209 | 216 | 222 | 229 | 236 | 243 |
| | 71 | 136 | 143 | 150 | 157 | 165 | 172 | 179 | 186 | 193 | 200 | 208 | 215 | 222 | 229 | 236 | 243 | 250 |
| | 72 | 140 | 147 | 154 | 162 | 169 | 177 | 184 | 191 | 199 | 206 | 213 | 221 | 228 | 235 | 242 | 250 | 258 |
| | 73 | 144 | 151 | 159 | 166 | 174 | 182 | 189 | 197 | 204 | 212 | 219 | 227 | 235 | 242 | 250 | 257 | 265 |
| | 74 | 148 | 155 | 163 | 171 | 179 | 186 | 194 | 202 | 210 | 218 | 225 | 233 | 241 | 249 | 256 | 264 | 272 |
| 75 | 152 | 160 | 168 | 176 | 184 | 192 | 200 | 208 | 216 | 224 | 232 | 240 | 248 | 256 | 264 | 272 | 279 | |
| 76 | 156 | 164 | 172 | 180 | 189 | 197 | 205 | 213 | 221 | 230 | 238 | 246 | 254 | 263 | 271 | 279 | 287 | |
| | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | 32 | 33 | 34 | 35 | |

BMI

NOTE: BMI has some limitations: It can overestimate body fat in people who are very muscular, and it can underestimate body fat in people who have lost muscle mass, such as the elderly.

LIFETIME WARRANTY
(Valid in USA only)

HoMedics, Inc., guarantees this product free from defects in material and workmanship for the life of the original purchaser from the date of original purchase, except as noted below.

This HoMedics product warranty does not cover damage caused by misuse or abuse; accident; the attachment of any unauthorized accessory; alteration to the product; or any other conditions whatsoever that are beyond the control of HoMedics. This warranty is effective only if the product is purchased and operated in the USA. A product that requires modification or adaptation to enable it to operate in any country other than the country for which it was designed, manufactured, approved and/or authorized, or repair of products damaged by these modifications is not covered under warranty. HoMedics shall not be responsible for any type of incidental, consequential or special damages.

To obtain warranty service on your HoMedics product, either hand deliver or mail the unit and your dated sales receipt (as proof of purchase), postpaid, along with check or money order in the amount of \$5.00 payable to HoMedics, Inc. to cover handling.

Upon receipt, HoMedics will repair or replace, as appropriate, your product and return it to you, postpaid. If it is appropriate to replace your product, HoMedics will replace the product with the same product or a comparable product at HoMedics' option. Warranty is solely through HoMedics Service Center. Service of this product by anyone other than HoMedics Service Center voids warranty.

This warranty provides you with specific legal rights. You may have additional rights which may vary from state to state. Because of individual state regulations, some of the above limitations and exclusions may not apply to you.

For more information regarding our product line in the USA, please visit: www.homedics.com

For service or repair - do not return this unit to the retailer. Contact HoMedics Customer Service at 1-800-HOMEDIC (1-800-466-3342).

Mail To:

**HoMedics
Service Center Dept. 168
3000 Pontiac Trail
Commerce Township, MI
48390**

**e-mail:
cservice@homedics.com**

© 2003-2005 HoMedics, Inc. and its affiliated companies, all rights reserved. HoMedics® is a registered trademark of HoMedics, Inc. and its affiliated companies. The beauty of living well.™ is a trademark of HoMedics, Inc. and its affiliated companies. All rights reserved.

IB-SC300F-A

Manual de Instrucciones Balanza Digital Electrónica

Antes del uso

1. Retire la banda aislante del compartimiento de la pila.
2. Esto puede hacerse sin tener que abrir el compartimiento de la pila.

Funcionamiento General

1. Posicione el interruptor "LB/KG" para la lectura en libras o kilos. El interruptor LB/KG está ubicado en la parte de atrás de la balanza.
2. Coloque la balanza sobre una superficie plana y firme. Los pisos disparesos o alfombrados pueden afectar la precisión.
3. Párese suavemente en la balanza (aparecerá "0000") y vuelva a bajarse. Este proceso asegura que la balanza esté ajustada y quede lista para el uso. Haga esto cada vez que mueve la balanza. En toda otra oportunidad, podrá pararse directamente en la balanza.
4. Párese en la balanza y quédese tan firme como pueda. Cuando el peso se estabiliza aparece la lectura. Después de bajarse de la balanza, una pequeña "0" pasa de la izquierda a la derecha y la balanza se apaga.
5. El peso queda en la pantalla mientras el usuario esté parado en la balanza.

Atención: Símbolos especiales

| | |
|------|---|
| Err0 | Inicialización incorrecta; empiece otra vez como se explica arriba. |
| Err1 | Peso inestable; empiece otra vez |
| Err2 | Exceso de peso; retire el peso de inmediato |
| bAtt | Falla de la pila; reemplácela |

Información sobre la pila

Su balanza tiene instalada una batería de litio que permite su funcionamiento por largo tiempo cuando se le da el uso típico de un hogar. Para trabajo pesado (como en un Health Club, Clínica de Salud, etc.) puede ser necesario reemplazar la pila.

Pila Baja

Su balanza está equipada con un indicador de pila baja. Indica “bAtt” cuando es tiempo de reemplazar la pila. Reemplace la pila cuando “bAtt” aparece o las lecturas son poco claras o irregulares.

Para reemplazar la pila

1. Use solamente una pila CR 2032 de 3 voltios de litio (instalada).
2. Abra el compartimiento de la pila empujando la lengüeta en la dirección de la flecha “open” (abierto) y levantando la pestaña con bisagra.
3. Injerte un pequeño destornillador en la ranura en el soporte y aplique presión a la pila hasta que salga. El soporte plástico se deforma para dejar salir la pila pero todavía puede sostener la pila nueva con su lengüeta.
4. Coloque la pila nueva con la seña “+” hacia arriba en ángulo con un lado debajo de la lengüeta opuesta al soporte, y empujela hacia abajo.
5. Oprima la tapa hasta que cierre con un chasquido.

Pila Baja

Su balanza está equipada con un indicador de pila baja. Cuando es necesario reemplazar la pila, la pantalla muestra “LO” o las lecturas se vuelven borrosas o irregulares.

Solución de problemas

En Caso de Problemas...

1. Cada vez que se pesa, coloque sus pies en la misma posición.
2. Pésese sin ropa, cuando le sea posible. La ropa puede variar en peso.
3. Lleve la balanza a un lugar donde no reciba golpes. Si su balanza recibe goles mientras está siendo activada o esté en uso, puede producirse una lectura equivocada.
4. Para las lecturas más consistentes, pésese a la misma hora del día.
5. Acepte una fluctuaciones de peso debidas a la comida y bebidas en su cuerpo.

Cuidados

1. Limpie las partes expuestas con un paño suave, apenas húmedo. Para quitar manchas, use un jabón suave. No use nunca detergentes, agua en exceso, telas rústicas, nebulizadores o agentes de limpieza muy agresivos. No trate de lubricar o abrir la cubierta de la balanza porque esto anularía la garantía.
2. Su balanza está concebida para no necesitar mantenimiento, sin embargo contiene piezas electrónicas delicadas. Evite el trato brusco. No la deje caer, no la patee ni salte en ella. Trátela con cuidado para asegurar el funcionamiento mejor.
3. Este balanza está diseñada para leer pesadas entre 25 y 350 libras o 12 y 160 kilos. Para prevenir daños, no coloque más de 350 libras o 160 kilos en ella.
4. No la guarde donde guarda los químicos de la limpieza. Los vapores de ciertos productos para el hogar pueden afectar los componentes electrónicos de su balanza. No guarde esta balanza sobre su lado.
5. Esta balanza es un instrumento de pesar extremadamente sensible; para evitar el desgaste de la pila, no coloque nada sobre la balanza.

Logrando el Peso Deseado

Mantener el peso apropiado es fundamental para una vida saludable. El Índice del Peso Corpóreo (BMI) es la medida del peso más comúnmente aceptado según los profesionales de la salud. Use la tabla a continuación para determinar su propio BMI comparando su altura en la columna de la izquierda con su peso en la columna del centro. Cualquier persona, hombre o mujer, con un BMI entre 25 y 29 es considerada “más pesada de los normal” y una persona con un índice de peso corpóreo de 30 es considerada “obesa”. Acuérdesse de comer saludablemente y hacer ejercicio.

Índice de Peso Corpóreo (BMI)

| Altura (cm) | Peso Corpóreo (Kilos) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-------------|-----------------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|---------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|---------------|-----------|-----------|-----------|-----------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| | Peso Saludable | | | | | | Peso Excesivo | | | | | | Persona Obesa | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 147 | 41 | 44 | 45 | 48 | 50 | 52 | 54 | 56 | 59 | 61 | 63 | 65 | 67 | 69 | 72 | 73 | 76 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 150 | 43 | 45 | 47 | 49 | 52 | 54 | 56 | 58 | 60 | 63 | 65 | 67 | 69 | 72 | 74 | 76 | 78 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 152 | 44 | 46 | 49 | 51 | 54 | 56 | 58 | 60 | 63 | 65 | 67 | 69 | 72 | 74 | 76 | 79 | 81 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 155 | 45 | 48 | 50 | 53 | 55 | 58 | 60 | 62 | 65 | 67 | 69 | 72 | 74 | 77 | 79 | 82 | 84 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 157 | 47 | 49 | 52 | 54 | 57 | 59 | 62 | 64 | 67 | 69 | 72 | 74 | 77 | 79 | 82 | 84 | 87 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 160 | 49 | 51 | 54 | 56 | 59 | 61 | 64 | 66 | 69 | 72 | 74 | 77 | 79 | 82 | 84 | 87 | 89 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 163 | 50 | 53 | 55 | 58 | 61 | 63 | 66 | 68 | 71 | 74 | 77 | 79 | 82 | 84 | 87 | 89 | 93 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 165 | 52 | 54 | 57 | 60 | 63 | 65 | 68 | 71 | 73 | 76 | 79 | 82 | 84 | 87 | 90 | 93 | 95 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 168 | 54 | 56 | 59 | 62 | 64 | 67 | 70 | 73 | 76 | 78 | 81 | 84 | 87 | 90 | 93 | 95 | 98 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 170 | 55 | 58 | 61 | 63 | 66 | 69 | 72 | 75 | 78 | 81 | 84 | 87 | 90 | 93 | 96 | 98 | 101 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 173 | 57 | 59 | 63 | 65 | 68 | 72 | 74 | 78 | 80 | 83 | 86 | 89 | 92 | 95 | 98 | 101 | 104 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 175 | 58 | 61 | 64 | 68 | 70 | 73 | 77 | 80 | 83 | 86 | 89 | 92 | 95 | 98 | 101 | 104 | 107 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 178 | 60 | 63 | 66 | 69 | 73 | 76 | 79 | 82 | 85 | 88 | 92 | 95 | 98 | 101 | 104 | 107 | 110 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 180 | 62 | 65 | 68 | 71 | 75 | 78 | 81 | 84 | 88 | 91 | 94 | 98 | 101 | 104 | 107 | 110 | 113 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 183 | 63 | 67 | 70 | 73 | 77 | 80 | 83 | 87 | 90 | 93 | 97 | 100 | 103 | 107 | 110 | 113 | 117 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 185 | 65 | 68 | 72 | 75 | 79 | 83 | 86 | 89 | 93 | 96 | 99 | 103 | 107 | 110 | 113 | 117 | 120 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 188 | 67 | 70 | 74 | 78 | 81 | 84 | 88 | 92 | 95 | 99 | 102 | 106 | 109 | 113 | 116 | 120 | 123 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 191 | 69 | 73 | 76 | 80 | 83 | 87 | 91 | 94 | 98 | 102 | 105 | 109 | 112 | 116 | 120 | 123 | 127 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 193 | 71 | 74 | 78 | 82 | 86 | 89 | 93 | 97 | 100 | 104 | 108 | 112 | 115 | 119 | 123 | 127 | 130 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | 32 | 33 | 34 | 35 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

BMI

ATENCIÓN: El BMI tiene algunas limitaciones: Puede evaluar en más la grasa del cuerpo en personas que son muy musculares, y evaluar en menos la grasa en personas que han perdido masa muscular, como los ancianos.