

#### GARANZIA

I termini della garanzia sono regolati dalle disposizioni di legge vigenti in materia. La garanzia copre i difetti di materiale e di lavorazione. Batterie e cavi sono esclusi dalla garanzia. La garanzia è valida a patto che l'apparecchio non venga aperto né subisca colpi violenti o danneggiamenti intenzionali. Per avere diritto alla garanzia è necessario esibire l'originale della ricevuta di acquisto. In caso di reclami rivolgersi al rivenditore. Per domande e chiarimenti rivolgersi al servizio clienti [www.necchi.it](http://www.necchi.it). In presenza dei requisiti, la garanzia si applica sostituendo l'apparecchio con un altro di tipo analogo. La ALPIAN non è responsabile di danni derivati da agenti esterni. Con riserva di errori e modifiche.

Nota: le specifiche tecniche possono essere soggette a modifiche senza alcun preavviso al fine di ottimizzare il funzionamento dell'apparecchio.

Prodotto in Cina  
Made in China

Importato e distribuito da / Imported and distributed by  
**Alpian Italia spa** - Via Cancelliera 60  
Ariccia (RM) Italy

Rappresentante nella CEE / EC Representative  
**Bremed Italia S.r.l.**  
Via Alviano 4/1 Gorizia Italy

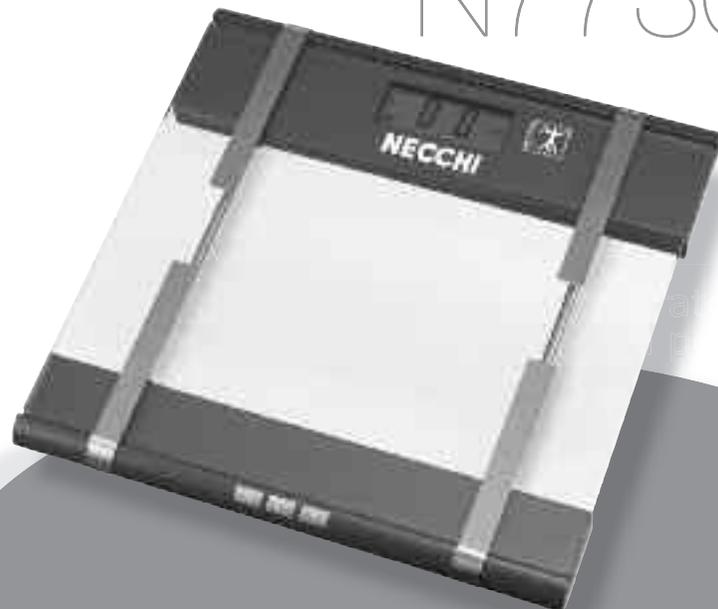


mod.N7730  
**NECCHI**  
[www.necchi.it](http://www.necchi.it)



# NECCHI

## N7730

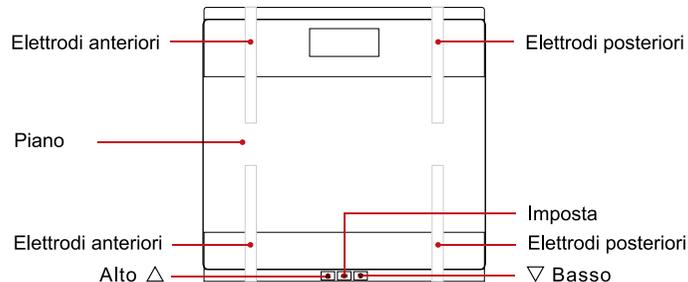


## Bilancia pesapersona

con indicazione di massa grassa  
acqua e massa muscolare

# Bilancia pesapersona con indicazione di massa grassa, acqua e massa muscolare

## 1. SCHEMA BILANCIA



## 2. SPECIFICHE TECNICHE

- Portata massima: 150 kg
- Misurazione minima: 2 kg
- Suddivisione peso: 0,1 kg
- Unità di peso: kg-lb-st
- Suddivisione massa grassa: 0,1%
- Suddivisione massa muscolare: 0,1%
- Intervallo di età per misurazione massa grassa: 10-80 anni
- Intervallo di altezza: 100-220 cm
- Intervallo percentuale massa grassa: 0-80 %
- Intervallo percentuale acqua: 20-80 %
- Unità di altezza: cm-ft-in
- Memoria: 10 utilizzatori
- Temperatura di utilizzo consigliata: fino a 40°, umidità relativa <85%
- Alimentazione: batterie al litio 1x3V CR2032

## 3. PRINCIPI DI FUNZIONAMENTO

### ■ Cos'è la percentuale di massa grassa?

La percentuale di massa grassa deriva dal rapporto tra peso e grasso corporeo. E' provato che se la percentuale di massa grassa è troppo elevata aumenta il rischio di ipertensione, disturbi cardiaci, diabete e di alcuni tipi di cancro.

**BMI (Body mass index) Indice massa grassa = peso kg / altezza m.quadr. %**

Struttura	Sottopeso	Normale	Sovrappeso	Obeso
BMI	<16.5%	16.5-25%	25-30%	>30%

## Percentuale massa grassa %

Età	Donne				Uomini			
	Sottopeso	Normale	Sovrappeso	Obeso	Sottopeso	Normale	Sovrappeso	Obeso
20-39	<21	21-33	33-39	>39	< 8	8-19	19-25	>25
40-59	<23	23-35	35-40	>40	<11	11-22	22-28	>28
60-79	<24	24-36	36-42	>42	<13	13-25	25-30	>30

## Percentuale acqua corporea (idratazione) %

Età	Donne			Uomini		
	Bassa	Normale	Alta	Bassa	Normale	Alta
10-15	<57	57-67	>67	<58	58-72	>72
15-30	<47	47-57	>57	<53	53-67	>67
30-60	<42	42-52	>52	<47	47-61	>61
60-80	<37	37-47	>47	<42	42-56	>56

## Percentuale % massa muscolare

Normale	Uomini	Donne
	>40%	>34%

### ■ Metodo di misurazione originale

La percentuale di massa grassa veniva misurata in vari modi:

**CALIBRO:** utilizzando un calibro manuale che eserciti una pressione costante viene misurato in varie punti del corpo lo spessore di una plica di pelle. **DEXA:** utilizzando uno scanner a raggi x a corpo intero, lo scanner raccoglie dati di misurazione passando sul corpo reclinato della persona. **PESATURA SOTTACQUA:** questo metodo misura la densità dell'intero corpo determinando il volume del corpo stesso. La tecnica richiede la pesatura di una persona prima fuori da una vasca e poi completamente immersa nell'acqua. La densità di ossa e muscoli è maggiore dell'acqua, mentre il grasso è meno denso dell'acqua. Per questo una persona con più ossa e muscoli peserà più nell'acqua rispetto a una persona con meno ossa e muscoli. Questi metodi presentano inconvenienti dovuti alle attrezzature richieste, al tempo necessario, al disagio delle persone e alla possibile variazione di lettura della massa grassa.

### ■ Il nostro metodo

**BIA:** il nostro metodo di misurazione della massa grassa è basato sulla BIA (analisi impedenza elettrica). L'impedenza corporea viene misurata grazie ad un piccolo ed innocuo impulso elettrico che passa attraverso il corpo. L'impedenza è maggiore in presenza di grasso, mentre una massa priva di grasso permette al segnale di passare più facilmente. Valutando le misurazioni di impedenza insieme ad altezza, peso, età e sesso è possibile calcolare la percentuale di massa grassa e acqua.

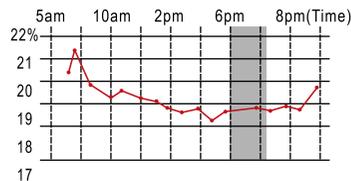


## ■ Fattori che influenzano la percentuale di massa grassa

La percentuale di massa grassa è influenzata dall'idratazione corporea nel corso della giornata. Per garantire l'accuratezza della misurazione della massa grassa consigliamo di effettuarla di sera. Ci sarà una leggera differenza nella lettura della massa grassa anche pesandosi in diverse ore della giornata. La misurazione in condizioni costanti (orario appropriato e stesse condizioni) permette di ottenere i migliori risultati con questo metodo.

Inoltre, la percentuale di massa grassa è influenzata dai seguenti fattori: tipo di dieta, consumo eccessivo di alcool, intenso esercizio fisico, alcuni farmaci o diuretici, malattia o ciclo mestruale.

Tabella giornaliera percentuale massa grassa



## 4.ISTRUZIONI

### ■ Definizione tasti

- Premete una volta per accendere la bilancia
- Durante l'impostazione premete per modificare i parametri; premete una volta per confermare il dato inserito.
- Durante l'impostazione premete per cambiare i parametri

### ■ Preparazione prima della pesatura

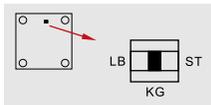
#### 1) Inserimento batteria

- capovolgete la bilancia, il vano batteria si trova sulla parte posteriore; aprite il vano e inserite la batteria.
- se la bilancia è alimentata con batteria la litio estraete il nastro isolante prima del primo uso.
- quando il display indica "Lo" aprite il vano batteria e sostituite la batteria.



**▲ Attenzione: inserite la batteria rispettando la corretta polarità.**

2) Scelta unità di misura: la bilancia è dotata di due scale di unità di misura. Sceglietene una tramite l'interruttore posto sul retro, come illustrato nella figura a lato.



3) Posizione bilancia: posizionate la bilancia su una superficie dura e piana, per evitare oscillazioni.

**▲ Attenzione: Non appoggiate i piedi sul bordo della bilancia, per evitare cadute.**

## Per misurare peso, percentuale massa grassa e acqua

### Nota:

- Selezionate un numero personale (P0-P9) e inserite i vostri parametri (sexo, altezza, età) prima di salire sulla bilancia, altrimenti potrete solo misurare il peso ma non la corretta percentuale di grasso e acqua.
- Dovete inserire i parametri solo una volta, la bilancia li memorizzerà. Ricordatevi il vostro numero personale per la successiva misurazione.



Premete il tasto Su per entrare in modalità impostazione



Premete i tasti o per passare tra i numeri personali 0-9, premete per confermare



Premete i tasti o per selezionare maschio o femmina, premete per confermare



Premete i tasti o per indicare l'altezza, premete per confermare



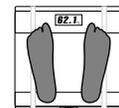
Premete i tasti o per indicare l'età, premete per confermare



Il parametro lampeggerà e verrà registrato.



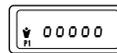
Quando appare "0.0" salite sulla bilancia



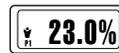
I piedi devono posarsi sui 4 elettrodi come illustrato nella figura



Per prima cosa viene registrato il peso.



Quando appare "0" significa che la bilancia sta analizzando. Non scendete



Una volta terminato, "peso", "percentuale corporea" e "percentuale acqua" appariranno alternativamente per 4 volte prima di spegnersi automaticamente. Confrontate le letture effettuate a quelle indicate nella tabella Rapporto grasso corporeo.

Questa tabella ha un valore puramente indicativo.

**▲ Attenzione:** per ottenere letture più accurate salite sulla bilancia a piedi nudi. I piedi devono essere puliti, asciutti e bene a contatto con le lamine di metallo.

Le linee lampeggianti sotto la percentuale di massa grassa indicano al vostra condizione: Sottopeso (-), Normale (0), Sovrappeso (+), Obeso (++)

## Display



Indica che la batteria si sta scaricando, sostituirla.



Indica che la portata massima è stata superata.



Indica un'errata misurazione della percentuale di massa grassa

## 5. AVVERTENZE DI SICUREZZA

- ▲ La bilancia non può essere usata da portatori di pacemaker o di altri impianti. L'impedenza che passa attraverso il corpo disturberebbe il normale funzionamento di questi apparecchi.
- ▲ La bilancia è ad uso domestico, non può svolgere le funzioni di un apparecchiatura medica.
- ▲ Non utilizzatela su superfici bagnate e scivolose, non rimanete sul bordo della bilancia per evitare cadute.
- ▲ Disabili, donne incinte e anziani devono utilizzare la bilancia con un'assistenza.

### Avvertenze di utilizzo:

La lettura della massa grassa varierà in funzione dell'acqua corporea e dei seguenti fattori: abitudini alimentari, eccesso di alcool, allenamento intenso, alcuni farmaci o diuretici, malattia, ciclo mestruale.

- Toglietevi le scarpe ed assicuratevi che i vostri piedi siano puliti ed asciutti.
- Consigliamo di salire sulla bilancia senza vestiti, perché quello che indossate potrebbe influire sull'accuratezza della lettura.
- La lettura non è attendibile se ci si sta sottoponendo ad una dieta drastica o in caso
- La lettura non è attendibile in caso si stia facendo intensa attività fisica. Letture instabili o errate sono causate da un cattivo appoggio sulle lamine di metallo. Pulite la bilancia e salitevi seguendo le istruzioni.
- Restate fermi durante la lettura, eventuali oscillazioni causeranno una rilevazione imprecisa del peso.
- La bilancia non può essere utilizzata da queste categorie di persone:
  1. Bambini sotto i 10 anni o anziani oltre gli 80 anni.
  2. Atleti o body builder
  3. Donne incinte, persone con idropisia.

Per queste categorie la lettura della bilancia è solo indicativa.

## 6. MANUTENZIONE

- Appoggiate la bilancia su una superficie pulita e piana.
- Non utilizzate la bilancia in condizioni di temperatura molto alta o molto bassa.
- Non saltate sulla bilancia e non fatela cadere, è uno strumento elettronico di alta precisione.
- Per prevenire graffi sulla base di vetro consigliamo di utilizzarla a piedi nudi.
- Per pulire la bilancia utilizzate un normale panno senza l'aggiunta di detergenti chimici che potrebbero danneggiare la bilancia.
- La bilancia è destinata ad esclusivo uso domestico. La tabella Rapporto grasso corporeo ha un valore puramente indicativo.
- Togliete la batteria se la bilancia non viene usata per lungo tempo.

## 7. DOMANTE FREQUENTI

- **La bilancia si spegne dopo pochi secondi?**  
Controllate la batteria e assicuratevi che sia nuova ed inserita con la polarità corretta. Assicuratevi che i piedi siano bene a contatto con le lamine di metallo.
- **Qualcosa non funziona e appare "-----" sul display?**
  - a. La bilancia è impostata sull'azzeramento automatico, aspettate un secondo e apparirà "0".
  - b. La bilancia non ha rilevato parametri, inserite i vostri parametri personali.
- **La bilancia indica solo il peso e non la percentuale di massa grassa?**  
L'oscillazione disturba la rilevazione della percentuale di massa grassa, restate fermi durante la misurazione e assicuratevi di avere i piedi nudi bene a contatto con le lamine di metallo sulla bilancia.
- **La percentuale di massa grassa è molto più alta del normale?**  
Controllate i vostri parametri personali, sesso, altezza ed età, assicurandovi di avere i piedi nudi puliti e asciutti, bene a contatto con le lamine di metallo. Disidratazione, condizioni di eccitazione o calli sui piedi influenzano la lettura della massa grassa.