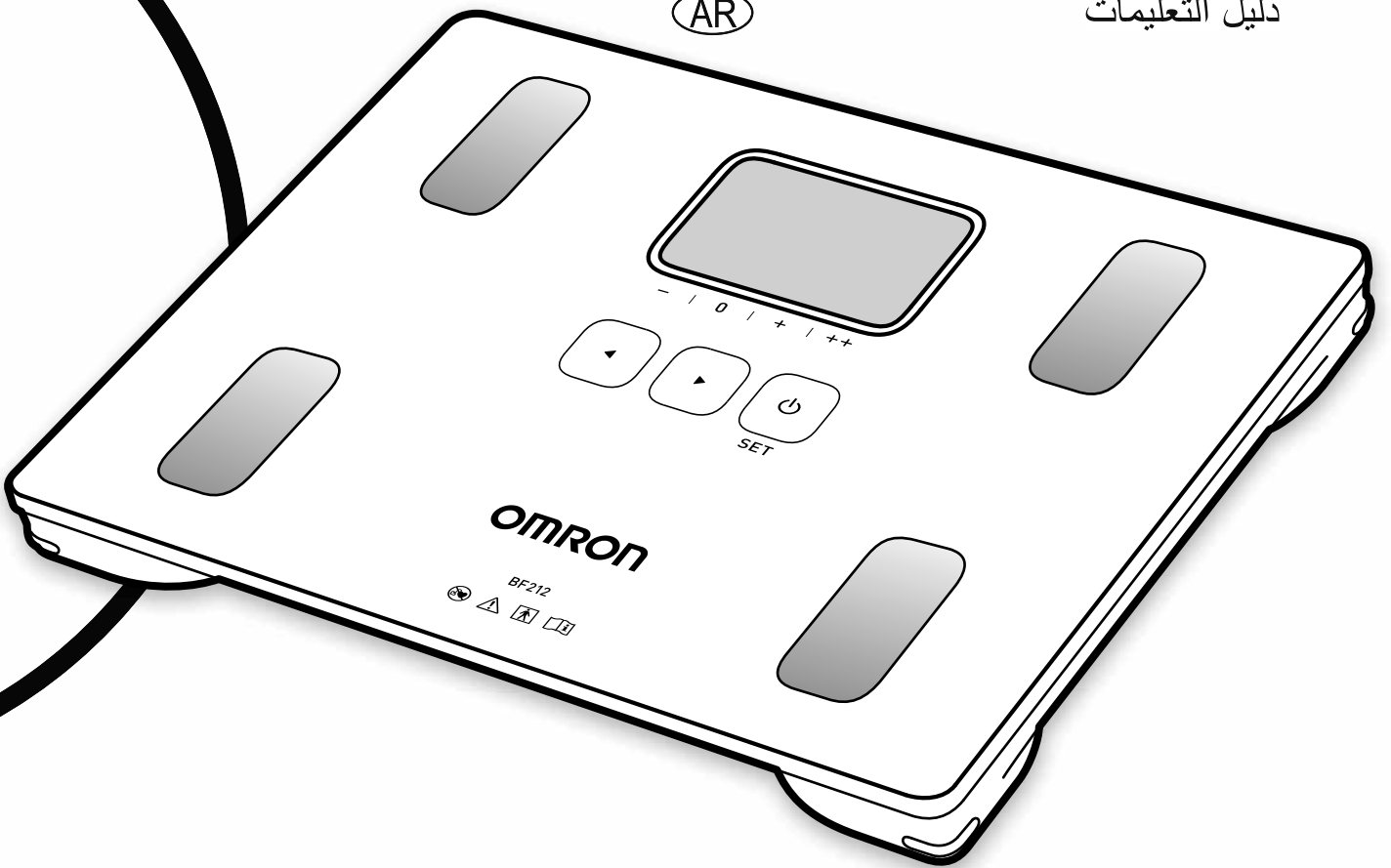


- ⓔ EN Instruction Manual
- ⓔ IT Istruzioni per l'uso
- ⓔ DE Gebrauchsanweisung
- ⓔ FR Mode d'emploi
- ⓔ NL Gebruiksaanwijzing
- ⓔ ES Manual de instrucciones
- ⓔ RU Руководство по эксплуатации
- ⓔ AR دليل التعليمات





**Body Composition Monitor**  
**BF212**

**Misuratore della composizione corporea**  
**Körperanalyse-Monitor**  
**Moniteur de composition corporelle**  
**Lichaamscompositiemeter**  
**Monitor de Composición Corporal**  
**Монитор состава тела**  
**جهاز مراقبة مكونات الجسم**


**All for Healthcare**


**EN** Thank you for purchasing this body composition monitor. It's intended to measure and display the following body composition parameters: body weight, body fat (in %) and Body Mass Index (BMI). The 4-sensor technology provides clinically validated body measurements.

 Please read this instruction manual carefully before use and for further information on the individual functions. Please keep this Instruction Manual at hand all the time for future reference.


 Please read all of the information in "11 Notes of safety" carefully.

**IT** Grazie per aver acquistato un misuratore della composizione corporea OMRON. Questo apparecchio è destinato alla misurazione e alla visualizzazione dei seguenti parametri relativi alla composizione corporea: peso corporeo, grasso corporeo (in %) e indice di massa corporea (BMI, Body Mass Index). La tecnologia a 4 sensori fornisce misurazioni corporee clinicamente validate.

 Leggere attentamente il presente manuale di istruzioni prima dell'uso e per ottenere ulteriori informazioni sulle singole funzioni. Tenere sempre a portata di mano il presente manuale di istruzioni per farvi riferimento in futuro.


 Leggere attentamente tutte le informazioni riportate nella sezione "11 Note relative alla sicurezza".

**DE** Vielen Dank, dass Sie sich für diesen Körperanalyse-Monitor entschieden haben. Er dient zum Messen und Anzeigen der folgenden Körperzusammensetzungsparameter: Körpergewicht, Körperfett (in %) und Body Mass Index (BMI). Die Technologie mit 4 Sensoren liefert klinisch validierte Körpermessungen.


 Lesen Sie diese Anleitung vor Gebrauch sorgfältig durch. Darin finden Sie weitere Informationen zu den einzelnen Funktionen. Bewahren Sie diese Gebrauchsanweisung jederzeit griffbereit zum späteren Nachschlagen auf.

 Lesen Sie sorgfältig die Informationen unter „11 Sicherheitshinweise“.


**FR** Merci d'avoir fait l'acquisition de ce moniteur de composition corporelle. Il est destiné à mesurer et à afficher les paramètres de composition corporelle suivants : poids corporel, graisse corporelle (en %) et indice de masse corporelle (IMC). La technologie à 4 capteurs fournit des mesures corporelles validées sur le plan clinique.


 Lisez attentivement le présent mode d'emploi avant l'utilisation ; vous y trouverez également des informations complémentaires sur chaque fonction.

Conservez ce mode d'emploi en permanence à portée de main pour vous y référer ultérieurement.


 Lisez attentivement toutes les informations contenues dans le chapitre « 11 Remarques sur la sécurité ».

**NL** Hartelijk dank voor de aanschaf van deze lichaamscompositiemeter. Deze is bedoeld voor het meten en weergeven van de volgende parameters van de lichaamssamenstelling: lichaamsgewicht, lichaamsvet (in %) en Body Mass Index (BMI). De viersensoren-technologie biedt klinisch gevalideerde lichaamsmetingen.


 Lees deze gebruiksaanwijzing zorgvuldig vóór gebruik en voor verdere informatie over de afzonderlijke functies. Houd de gebruiksaanwijzing altijd bij de hand, zodat u deze later kunt raadplegen.

 Lees alle informatie in "11 Veiligheid" zorgvuldig door.


**ES** Gracias por comprar este monitor de composición corporal. Su función es medir y mostrar los siguientes parámetros de composición corporal: peso, grasa (en %) e índice de masa corporal (IMC). Su tecnología de 4 sensores proporciona mediciones corporales con validez clínica.

 Lea atentamente este manual de instrucciones antes de utilizar el dispositivo y para obtener información adicional sobre cada una de las funciones.


Conserve el manual de instrucciones en caso de que necesite consultarlo en un futuro.

 Lea atentamente toda la información proporcionada en "11 Notas sobre la seguridad".


**RU** Благодарим вас за приобретение монитора состава тела. Монитор предназначен для измерения и отображения следующих параметров состава тела: масса тела, содержание жира в организме (в процентах) и индекс массы тела (ИМТ). Применение 4 датчиков позволяет выполнять клинически достоверные измерения состава тела.

 Внимательно прочитайте настоящее руководство перед тем, как приступить к использованию прибора, а также ознакомьтесь с информацией о его дополнительных функциях.


Держите руководство под рукой для получения справок в дальнейшем.

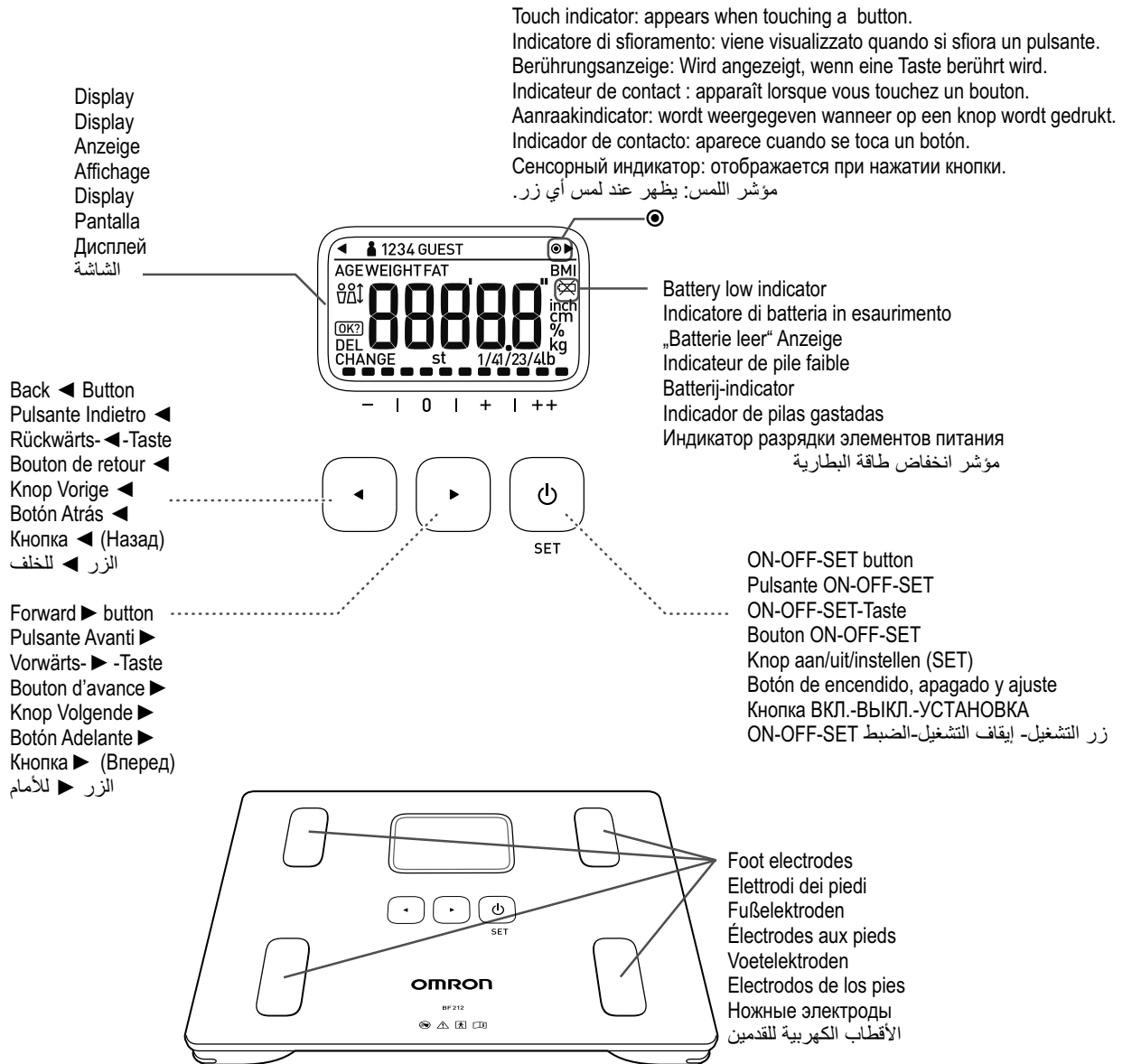
 Внимательно прочитайте все сведения в разделе «11. Примечания по безопасности».

**AR** شكراً لشراكتك جهاز مراقبة مكونات الجسم هذا. صمم هذا الجهاز لقياس وعرض خصائص مكونات الجسم التالية: وزن الجسم ونسبة الدهون في الجسم (بالنسبة المئوية) ومؤشر كتلة الجسم (BMI). وتوفر تقنية المجسات الأربعة قياسات سريرية صحيحة للجسم.

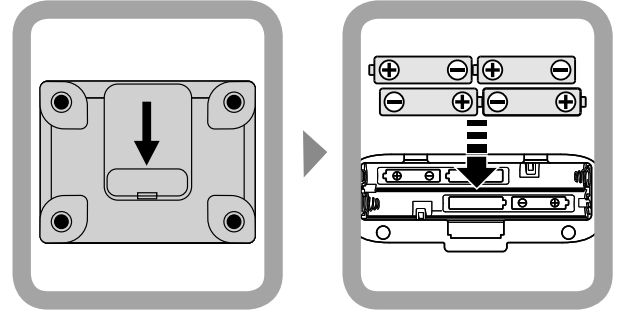
 يرجى قراءة كتيب الإرشادات هذا بعناية قبل الاستخدام وللإطلاع على مزيد من المعلومات حول الوظائف الفردية.

كما يرجى الاحتفاظ بكتيب الإرشادات هذا في متناول اليد للرجوع إليه في المستقبل.

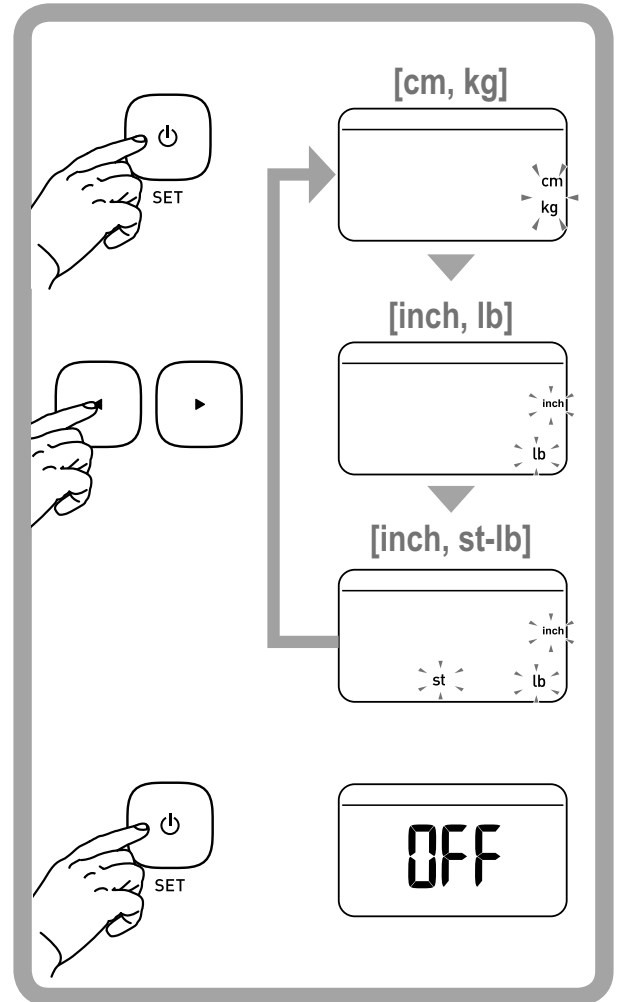
 كما يرجى قراءة كافة المعلومات الواردة في القسم 11 "إرشادات السلامة" بعناية.



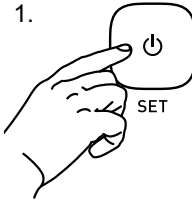
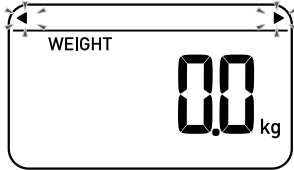
- (EN) Starting (Insert batteries)
- (IT) Avvio (inserire le batterie)
- (DE) Start (Batterien einlegen)
- (FR) Démarrage (introduction des piles)
- (NL) Starten (batterijen plaatsen)
- (ES) Inicio (colocar las pilas)
- (RU) Начало работы (установка элементов питания)
- (AR) بدء التشغيل (أدخل البطاريات)

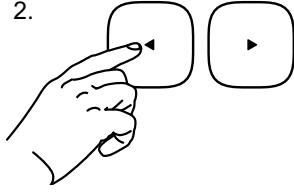
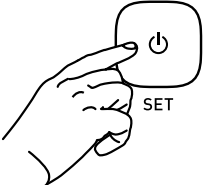
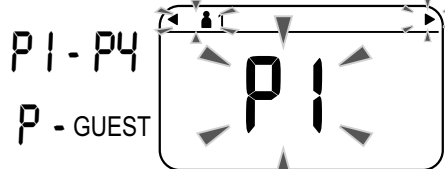


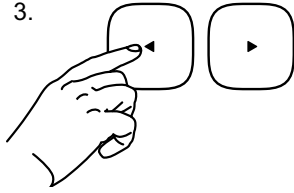
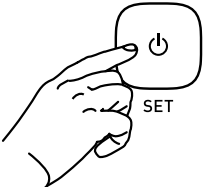
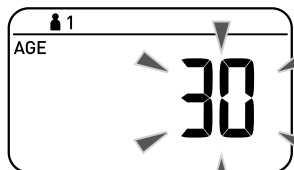
- (EN) Setup measurement units [cm, kg] → [inch, lb] → [inch, st-lb]  
(to reset after initial set up: take the batteries out and re-insert)
- (IT) Impostare le unità di misura [cm, kg] → [inch, lb] → [inch, st-lb]  
(per modificare il parametro dopo l'impostazione iniziale, estrarre e reinserire le batterie)
- (DE) Maßeinheiten einrichten [cm, kg] → [inch, lb] → [inch, st-lb]  
(zum Zurückstellen nach der ersten Einrichtung: Batterien herausnehmen und wieder einlegen)
- (FR) Configuration des unités de mesure [cm, kg] → [inch, lb] → [inch, st-lb]  
(pour réinitialiser après la configuration initiale : enlevez les piles et réintroduisez-les)
- (NL) Meeteenheden instellen [cm, kg] → [inch, lb] → [inch, st-lb]  
(opnieuw instellen na eerste instelling: neem de batterijen uit en plaats deze terug)
- (ES) Ajuste de las unidades de medición [cm, kg] → [pulgadas, lb] → [pulgadas, st-lb]  
(para volver a ajustarlas tras el ajuste inicial: saque las pilas y vuelva a colocarlas)
- (RU) Настройка единиц измерения [см, кг] → [дюймы, фунты] → [дюймы, стоуны-фунты]  
(сброс после начальной настройки: извлеките элементы питания и затем вставьте их на место)
- (AR) إعداد وحدات القياس [cm, kg] → [inch, lb] → [inch, st-lb]  
(لإعادة ضبط الإعدادات: انزع البطاريات ثم أعد إدخالها مرة أخرى)

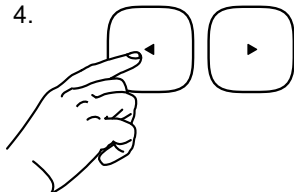
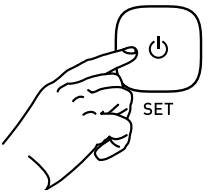
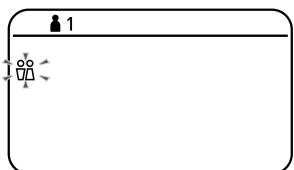


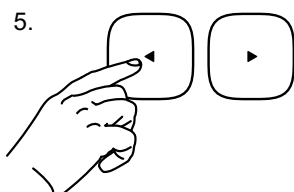
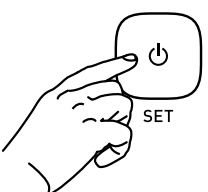
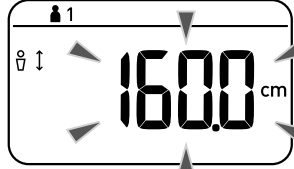
- (EN) Setting personal data (P- = Guest mode: data will not be stored / P1 - P4 = Personal profile number).
- (IT) Impostazione dei dati personali (P- = Modalità Ospite: i dati non vengono memorizzati / P1 - P4 = Numeri dei profili personali).
- (DE) Persönliche Daten einstellen (P- = Gast-Modus: Daten werden nicht gespeichert / P1 - P4 = persönliche Profilnummer).
- (FR) Définition des données personnelles (P- = mode Invité : les données ne sont pas stockées / P1 - P4 = numéro de profil personnel).
- (NL) Persoonlijke gegevens instellen (P- = gastmodus: gegevens worden niet opgeslagen / P1 - P4 = persoonlijk profielnummer).
- (ES) Introducción de datos personales (P- = Modo invitado; no se guardarán los datos / P1 - P4 = Número de perfil personal).
- (RU) Установка личных данных (P- = гостевой режим: данные не будут храниться в памяти прибора / P1 - P4 = номер личного профиля).
- (AR) ضبط البيانات الشخصية (P- = وضع الضيف Guest: لن يتم تخزين البيانات / P4 - P1 = رقم ملف التعريف الشخصي).

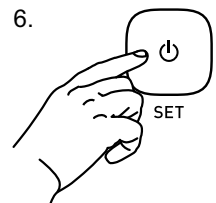
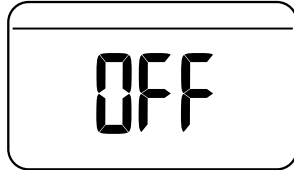
1.  

2.    P1 - P4  
P - GUEST

3.    AGE  
ETÀ  
ALTER  
ÂGE  
LEEFTIJD  
EDAD  
ВОЗРАСТ  
الفئة العمرية

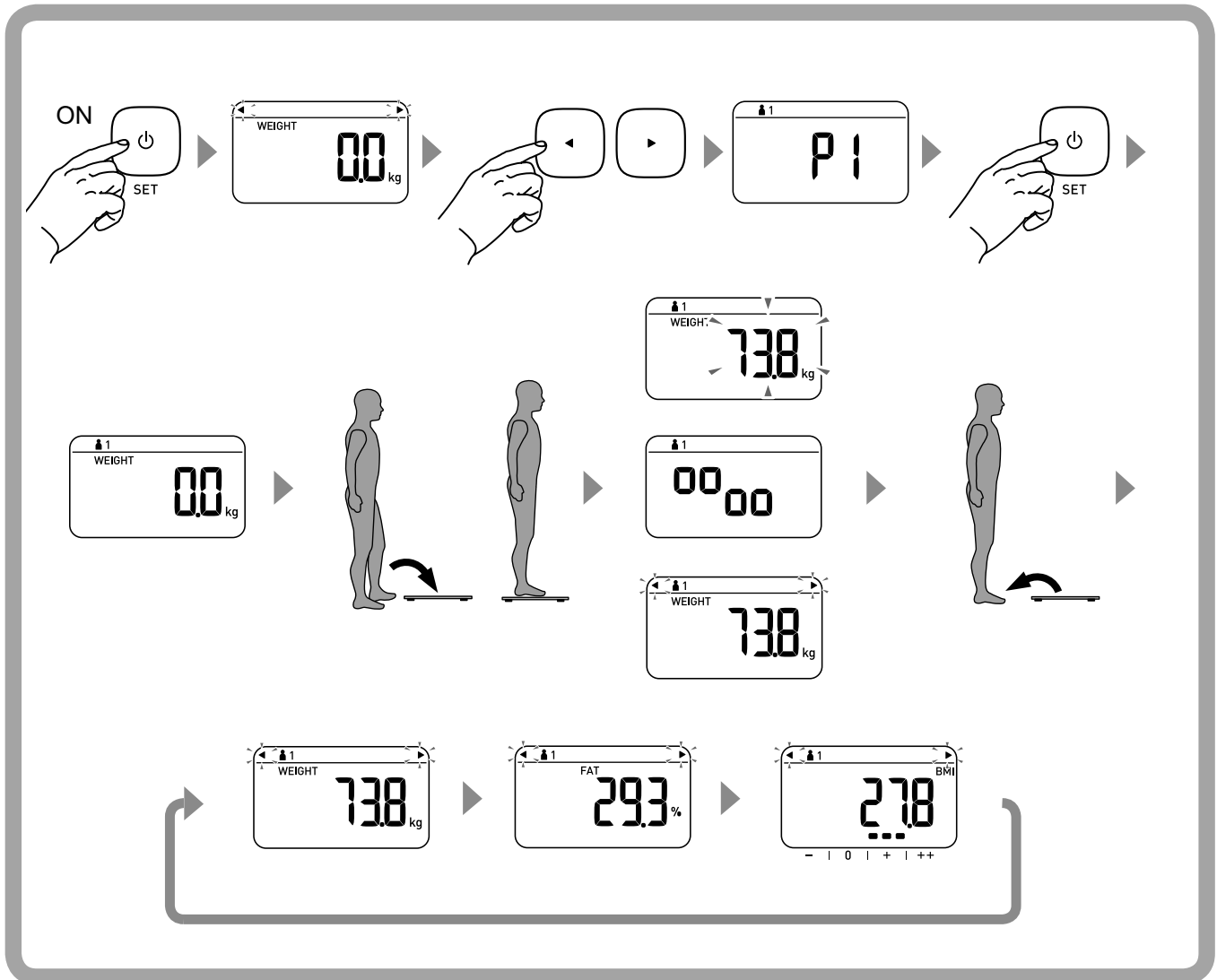
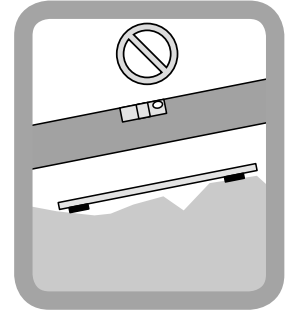
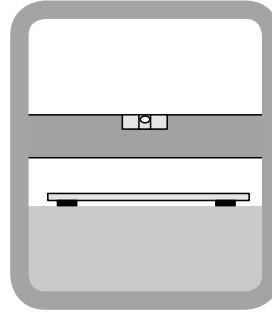
4.   

5.   

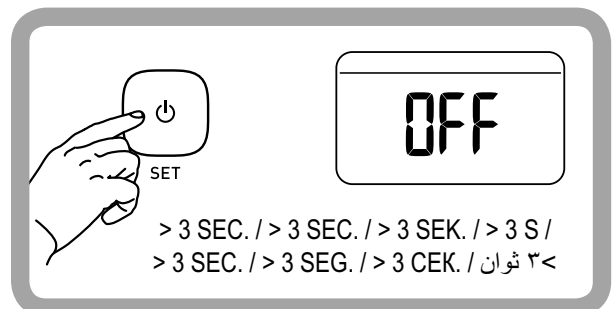
6.  

> 3 SEC. / > 3 SEC. / > 3 SEK. / > 3 S /  
> 3 SEC. / > 3 SEG. / > 3 CEK. / > 3 ثوان

- Ⓔ Body analysis (Always take your measurements barefoot)
- Ⓘ Analisi corporea (eseguire sempre la misurazione a piedi nudi)
- Ⓓ Körperanalyse (Messungen stets barfuß vornehmen)
- Ⓕ Analyse corporelle (effectuez systématiquement vos mesures pieds nus)
- Ⓖ Lichaamsanalyse (metingen altijd met blote voeten uitvoeren)
- Ⓔ Análisis corporal (siempre debe realizar sus mediciones descalzo)
- Ⓒ Анализ тела (всегда выполняйте измерения босым)
- Ⓐ تحليل الجسم (احرص دائماً على أخذ القياسات وأنت حافي القدمين)





- Ⓔ Switch off (press > 3 sec.) / Auto Off  $\geq$  3 min.
- Ⓘ Spegnimento (premere > 3 sec.) / Spegnim. automatico  $\geq$  3 min.
- Ⓓ Ausschalten (> 3 Sek. drücken) /  $\geq$  3 Min. automatisches Ausschalten
- Ⓕ Mise hors tension (appuyez > 3 s) / Arrêt auto  $\geq$  3 min
- Ⓖ Uitschakelen (> 3 sec. indrukken) / automatische uitschakeling  $\geq$  3 min.
- Ⓔ Apagado (pulse > 3 seg.) / Apagado automático  $\geq$  3 min.
- Ⓒ Выключение (нажимайте > 3 сек.) / автовыключение  $\geq$  3 минуты.
- Ⓐ إيقاف التشغيل (اضغط على > 3 ثوان) / إيقاف تلقائي  $\leq$  3 دقيقة.



Interpretation of your measurement results / Analisi dei risultati della misurazione / Interpretation Ihrer Messergebnisse /  
 Interprétation des résultats de vos mesures / Interpretatie van meetresultaten / Interpretación de los resultados de sus mediciones /  
 Интерпретация результатов измерений / شرح نتائج القياسات الخاصة بك

Body Fat / Grasso corporeo / Körperfett / Graisse corporelle / Lichaamsvet / Grasa corporal / Содержание жира / نسبة الدهون في الجسم

	AGE ETÀ ALTER ÂGE LEEF TIJD EDAD ВОЗРАСТ الفئة العمرية	low basso niedrig bas laag bajo низкое منخفض	normal normale normal normal normaal normal нормальное طبيعي	high alto hoch haut hoog alto высокое ارتفاع	very high molto alto sehr hoch très haut zeer hoog muy alto очень высокое عالية جدا
	10	< 16.1%	16.1 - 32.2%	32.3 - 35.2%	≥ 35.3%
	11	< 16.3%	16.3 - 33.1%	33.2 - 36.0%	≥ 36.1%
	12	< 16.4%	16.4 - 33.5%	33.6 - 36.3%	≥ 36.4%
	13	< 16.4%	16.4 - 33.8%	33.9 - 36.5%	≥ 36.6%
	14	< 16.3%	16.3 - 34.0%	34.1 - 36.7%	≥ 36.8%
	15	< 16.1%	16.1 - 34.2%	34.3 - 36.9%	≥ 37.0%
	16	< 15.8%	15.8 - 34.5%	34.6 - 37.1%	≥ 37.2%
	17	< 15.4%	15.4 - 34.7%	34.8 - 37.3%	≥ 37.4%
	18 - 39	< 21.0%	21.0 - 32.9%	33.0 - 38.9%	≥ 39.0%
	40 - 59	< 23.0%	23.0 - 33.9%	34.0 - 39.9%	≥ 40.0%
60 - 80	< 24.0%	24.0 - 35.9%	36.0 - 41.9%	≥ 42.0%	
	10	< 12.8%	12.8 - 27.9%	28.0 - 31.8%	≥ 31.9%
	11	< 12.6%	12.6 - 28.5%	28.6 - 32.6%	≥ 32.7%
	12	< 12.3%	12.3 - 28.2%	28.3 - 32.4%	≥ 32.5%
	13	< 11.6%	11.6 - 27.5%	27.6 - 31.3%	≥ 31.4%
	14	< 11.1%	11.1 - 26.4%	26.5 - 30.0%	≥ 30.1%
	15	< 10.8%	10.8 - 25.4%	25.5 - 28.7%	≥ 28.8%
	16	< 10.4%	10.4 - 24.7%	24.8 - 27.7%	≥ 27.8%
	17	< 10.1%	10.1 - 24.2%	24.3 - 26.8%	≥ 26.9%
	18 - 39	< 8.0%	8.0 - 19.9%	20.0 - 24.9%	≥ 25.0%
	40 - 59	< 11.0%	11.0 - 21.9%	22.0 - 27.9%	≥ 28.0%
60 - 80	< 13.0%	13.0 - 24.9%	25.0 - 29.9%	≥ 30.0%	

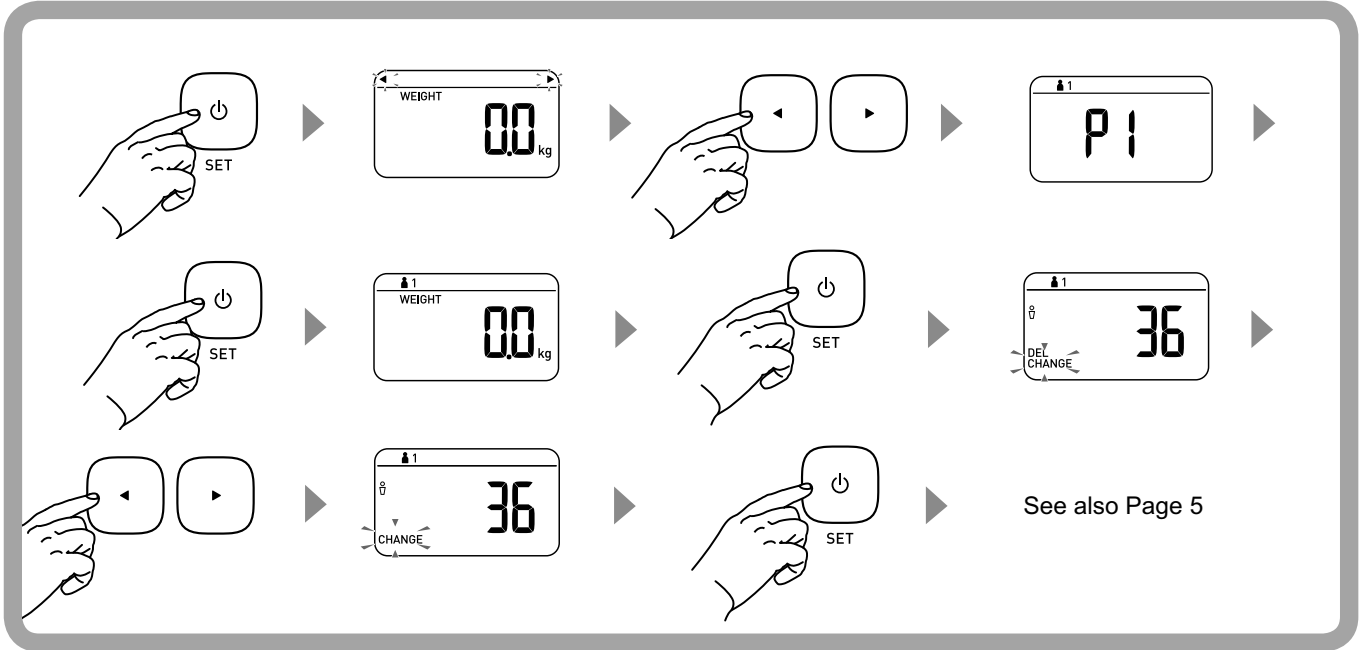
HD McCarthy et al, in the International Journal of Obesity, Vol. 30, 2006, and by Gallagher et al., American Journal of Clinical Nutrition, Vol. 72, Sept. 2000, and classified into four levels by Omron Healthcare.

BMI (Body Mass Index / Indice di massa corporea / Körpermassenindex / Indice de masse corporelle / Body Mass Index /  
 Índice de masa corporal / Индекс массы тела / مؤشر كتلة الجسم)

BMI	Classifications (by the WHO) / Classificazioni (dell'OMS) / Klassifikation (nach WHO) / Classifications (par l'OMS) / Classificaties (door de WHO) / Clasificaciones (según la OMS) / Классификации (по данным ВОЗ) / التصنيفات (من قبل منظمة الصحة العالمية)	
< 18.5	Underweight / Sottopeso / Untergewicht / Poids insuffisant / Ondergewicht / Peso inferior al normal / Недостаточная масса тела / وزن ناقص	-
18.5 - 24.9	Normal / Normale / Normal / Normal / Normaal gewicht / Normal / Нормально / طبيعي	0
25 - 29.9	Overweight / Sovrappeso / Übergewicht / Excédent de poids / Overgewicht / Sobrepeso / Тучность / وزن زائد	+
≥ 30	Obese / Obeso / Adipös / Obésité / Obesitas / Obesidad / Ожирение / بدانة	++

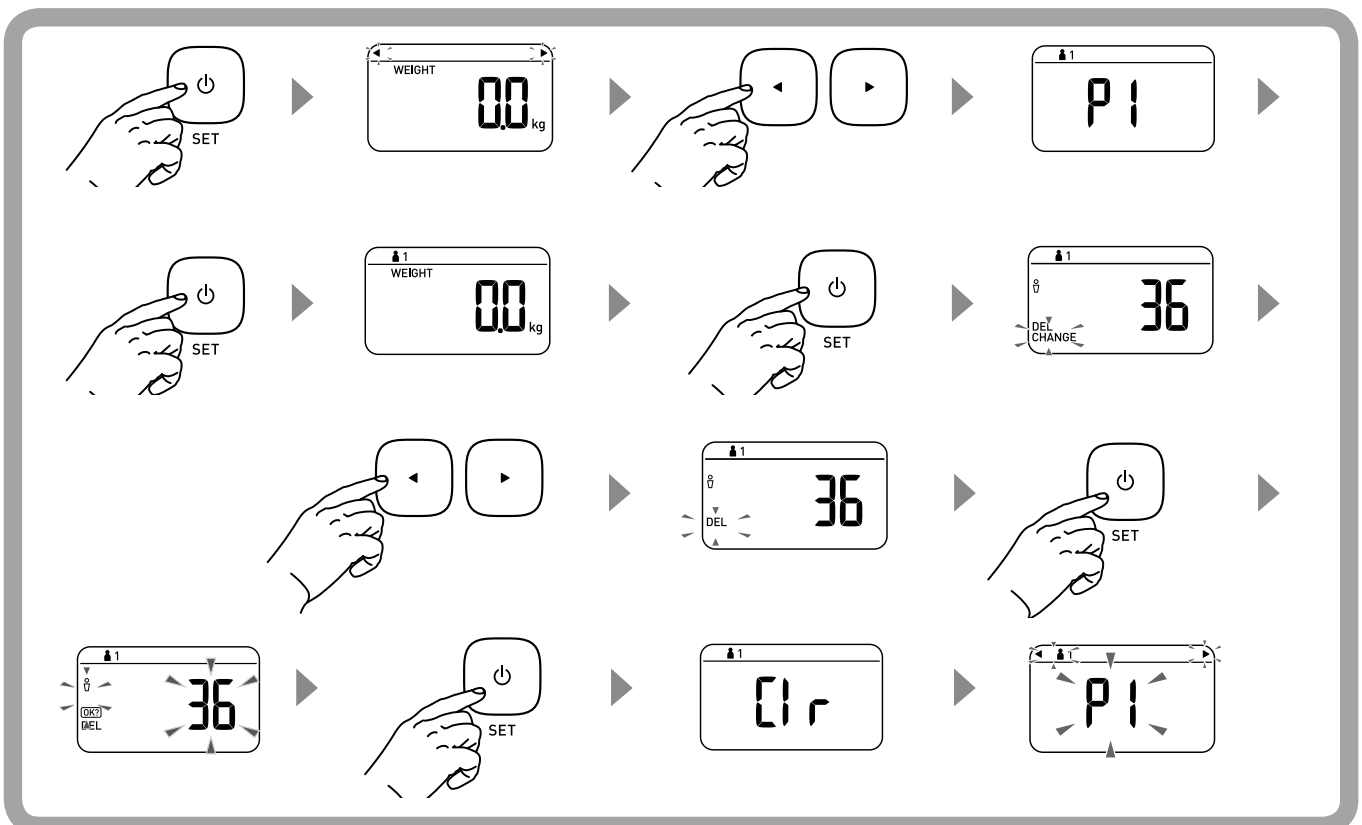
- (EN) Changing personal data
- (IT) Modifica dei dati personali
- (DE) Persönliche Daten ändern
- (FR) Modification des données personnelles

- (NL) Persoonlijke gegevens wijzigen
- (ES) Modificación de los datos personales
- (RU) Изменение личных данных
- (AR) تغيير البيانات الشخصية



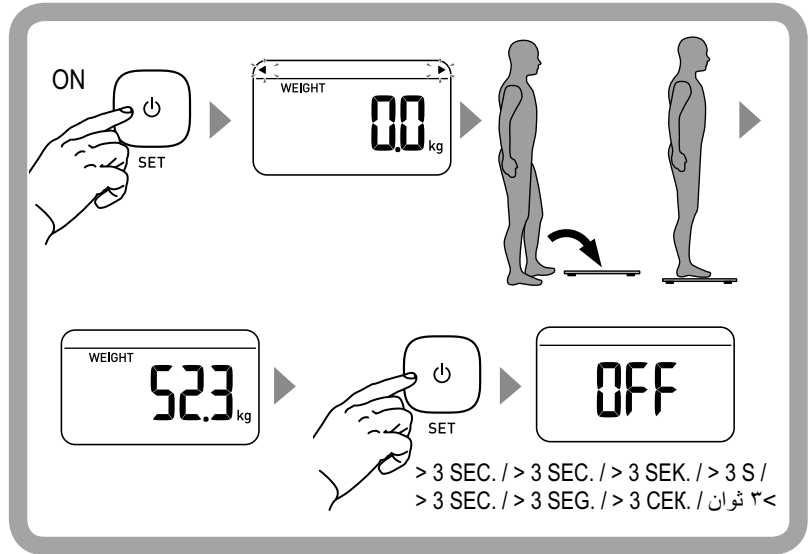
- (EN) Deleting personal data
- (IT) Eliminazione dei dati personali
- (DE) Persönliche Daten löschen
- (FR) Suppression des données personnelles

- (NL) Persoonlijke gegevens verwijderen
- (ES) Eliminación de los datos personales
- (RU) Удаление личных данных
- (AR) حذف البيانات الشخصية

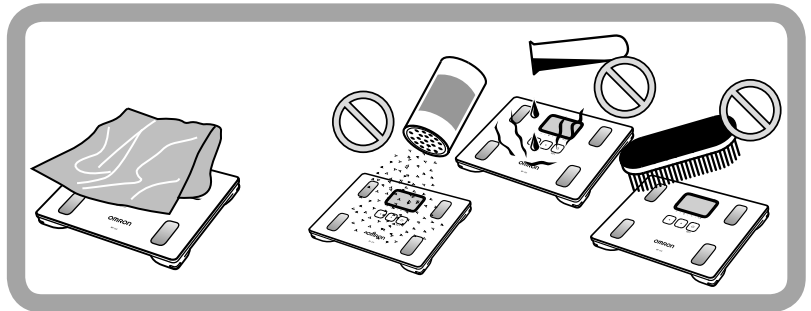




- (EN) Weighing only
- (IT) Solo pesatura
- (DE) Nur wiegen
- (FR) Pesée uniquement
- (NL) Alleen wegen
- (ES) Sólo peso
- (RU) Только взвешивание
- (AR) الوزن فقط



- (EN) Cleaning\*
- (IT) Pulizia\*
- (DE) Reinigen\*
- (FR) Nettoyage\*
- (NL) Reinigen\*
- (ES) Limpieza\*
- (RU) Очистка\*
- (AR) التنظيف\*



\*Wipe the unit with a soft dry cloth. Do not wipe the unit with benzene or paint thinner.

\*Pulire l'unità con un panno soffice asciutto. Non pulire l'unità con benzene o solvente per vernici.

\*Wischen Sie das Gerät mit einem weichen trockenen Tuch ab. Wischen Sie das Gerät nicht mit Benzol oder Farbverdünner ab.

\*Essuyez l'unité à l'aide d'un chiffon doux et sec. N'essuyez pas l'unité avec un produit à base de benzène ou de diluant.

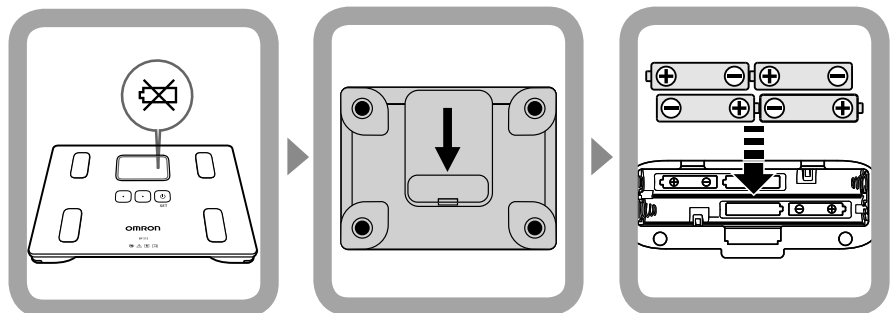
\*Neem het apparaat af met een droge, zachte doek. Neem het apparaat niet af met benzene of verfverdunner.

\*Limpie la unidad con un paño seco suave. No limpie la unidad con benceno o disolvente para pintura.

\*Протирайте прибор мягкой сухой тканью. Не протирайте прибор бензолом или растворителем для краски.

\*امسح الجهاز بقطعة قماش جافة ناعمة. لا تمسح الجهاز باستخدام البنزين أو مرقق الدهان.

- (EN) Batteries replacement
- (IT) Sostituzione delle batterie
- (DE) Batterien austauschen
- (FR) Remplacement des piles
- (NL) Batterijen vervangen
- (ES) Sustitución de las pilas
- (RU) Замена элементов питания
- (AR) استبدال البطاريات



**EN Principle of body composition calculation****Body fat has low electric conductivity**

The BF212 measures the body fat percentage by the Bioelectrical Impedance (BI) method. Muscles, blood vessels and bones are body tissues with a high water content that conducts electricity easily. Body fat is tissue that has little electric conductivity. The BF212 sends an extremely weak electrical current of 50 kHz and less than 500 µA through your body to determine the amount of fat tissue. This weak electrical current is not felt while operating the BF212.

In order for the scale to determine body composition, it uses the electrical impedance, along with your height, weight, age and gender information to generate results based on OMRON's data of body composition.

**Recommended measurement times**

During the course of a day, the amount of water in the body tends to gradually shift to the lower limbs. This is why there is a tendency for the legs and ankles to swell in the evening or at night. The ratio of water in the upper body and lower body is different in the morning and evening, and this means that the electrical impedance of the body also varies. Being aware of the times when the body fat percentages shift within your own daily schedule will assist you in obtaining an accurate trending of your body fat. It is recommended to use this unit in the same environment and daily circumstances. We recommend to do the measurement always in the morning after getting up with an empty bladder.

Avoid taking measurements under the following conditions:

- Immediately after vigorous exercise, after a bath or sauna.
- After drinking alcohol or a large amount of water, after a meal (about 2 hours)

If a measurement is taken under these physical conditions, the calculated body composition may differ significantly from the actual one because the water content in the body is changing.

**What is BMI (Body Mass Index)?**

BMI uses the following simple formula to indicate the ratio between weight and height of a person.  
 $BMI = \text{weight (kg)} / \text{height (m)} / \text{height (m)}$  or  $BMI = \text{weight (lb)} / \text{height (inches)} / \text{height (inches)} \times 703$   
 The OMRON BF212 uses the height information stored in your personal profile number or when information in the Guest Mode to calculate your BMI classification.

**What is Body Fat Percentage?**

Body fat percentage refers to the amount of body fat mass in regards to the total body weight expressed as a percentage.

$$\text{Body fat percentage (\%)} = \{\text{Body fat mass (kg)} / \text{Body weight (kg)}\} \times 100$$

**The reason calculated results may differ from actual body composition.**

The body composition measured by this unit may significantly differ from the actual body composition in the following situations:

- Elderly people (over 81 years old) / People with a fever / Body builders or highly trained athletes / Patients undergoing dialysis / Patients with osteoporosis who have very low bone density / Pregnant women / People with swelling

These differences may be related to changing ratios of body fluid and/or body composition.

**IT Principi di calcolo della composizione corporea****Bassa conducibilità elettrica del grasso corporeo**

L'unità BF212 misura la percentuale di grasso corporeo mediante il metodo dell'impedenza bioelettrica (BI). Muscoli, vasi sanguigni e ossa sono tessuti organici che presentano un elevato contenuto di acqua, un buon conduttore di elettricità. Al contrario, il grasso corporeo (tessuto adiposo) ha una scarsa conducibilità elettrica. L'unità BF212 invia attraverso il corpo una corrente elettrica estremamente debole (meno di 500 µA alla frequenza di 50 kHz) per calcolare la quantità di tessuto adiposo. Questa debole corrente elettrica non viene avvertita durante il funzionamento dell'unità BF212.

Il misuratore della composizione corporea utilizza l'impedenza elettrica, unita alle informazioni relative ad altezza, peso, età e sesso, per ottenere un risultato basato sul modello di composizione corporea elaborato da OMRON.

**Orari consigliati per effettuare la misurazione**

Nell'arco della giornata, l'acqua presente nel corpo tende a spostarsi gradualmente verso gli arti inferiori. Per questo motivo, le gambe e le caviglie tendono a gonfiarsi di sera e di notte. La percentuale di acqua presente nella parte superiore e inferiore del corpo è diversa tra mattina e sera; ciò significa che anche l'impedenza elettrica del corpo tende a variare. Conoscere in quali orari si verificano le variazioni della percentuale di grasso corporeo in base alle attività quotidiane è utile nel valutare correttamente l'evoluzione del proprio grasso corporeo nel corso del tempo. Si consiglia di usare l'unità, per quanto possibile, nello stesso ambiente e nelle stesse situazioni quotidiane. È consigliabile eseguire la misurazione sempre al mattino dopo il risveglio e dopo aver vuotato la vescica.

Evitare l'esecuzione di misurazioni nei casi elencati di seguito:

- Immediatamente dopo un'attività fisica intensa, dopo il bagno o la sauna.
- Dopo aver assunto alcol o bevuto molta acqua, dopo i pasti (circa 2 ore).

Le misurazioni effettuate in queste condizioni fisiche possono dare luogo a un calcolo della composizione corporea che si discosta molto da quella reale, a causa delle variazioni nel contenuto di acqua nell'organismo.

**Che cos'è il BMI (Body Mass Index - Indice di massa corporea)?**

Il BMI viene calcolato mediante una semplice formula e indica il rapporto tra il peso e l'altezza di una persona.

$$BMI = \text{peso (kg)} / \text{altezza (m)} / \text{altezza (m)} \quad \text{o} \quad BMI = \text{peso (lb)} / \text{altezza (pollici)} / \text{altezza (pollici)} \times 703$$

Per calcolare la classificazione del BMI dell'utilizzatore, l'unità OMRON BF212 impiega i dati relativi all'altezza memorizzati nel numero di profilo personale dell'utente o immessi in modalità Ospite.

**Che cos'è la percentuale di grasso corporeo?**

La percentuale di grasso corporeo si riferisce alla quantità di massa corporea grassa, espressa in percentuale rispetto al peso corporeo totale.

$$\text{Percentuale di grasso corporeo (\%)} = \{\text{Massa grassa corporea (kg)} / \text{Peso corporeo (kg)}\} \times 100$$

**Motivi per cui i risultati della misurazione possono differire dalla composizione corporea effettiva.**

La composizione corporea misurata dall'unità può risultare sensibilmente diversa rispetto alla composizione corporea reale nei casi elencati di seguito:

- Persone anziane (di età superiore a 81 anni) / Persone febbricitanti / Body builder o atleti sottoposti a intensi allenamenti / Pazienti sottoposti a dialisi / Pazienti affetti da osteoporosi, che presentano una densità ossea estremamente ridotta / Donne incinte / Persone che presentano gonfiori

Queste differenze potrebbero essere legate alle variazioni nel rapporto tra i fluidi corporei e/o nella composizione corporea.

**DE Prinzip der Berechnung der Körperzusammensetzung****Körperfett hat eine geringe elektrische Leitfähigkeit**

Das BF212 ermittelt den Körperfettanteil mithilfe der bioelektrischen Impedanzanalyse (BIA). Muskeln, Blutgefäße und Knochen sind Körpergewebe mit einem hohen Wassergehalt, die Strom gut leiten. Körperfett ist ein Gewebe mit einer geringen elektrischen Leitfähigkeit. Das BF212 sendet einen sehr schwachen elektrischen Strom von 50 kHz und weniger als 500 µA durch Ihren Körper, um den Anteil des Fettgewebes zu bestimmen. Diesen schwachen elektrischen Strom beim Betrieb des BF212 nehmen Sie nicht wahr. Die Waage bestimmt die Körperzusammensetzung über den elektrischen Widerstand, zusammen mit Größe, Gewicht, Alter und Geschlecht. Die Ergebnisse werden basierend auf den Daten von OMRON zur Körperzusammensetzung ermittelt.

**Empfohlene Messzeiten**

Im Laufe des Tages sammelt sich das Wasser im Körper langsam in den unteren Extremitäten. Darum tendieren die Beine und Knöchel dazu, gegen Abend oder in der Nacht anzuschwellen. Das Verhältnis von Wasser im oberen und unteren Körper unterscheidet sich morgens und abends. Dies bedeutet, dass sich auch der elektrische Widerstand (Impedanz) des Körpers unterscheidet. Die Trends Ihres Körperfetts schätzen Sie richtig ab, wenn Sie wissen, zu welchen Zeiten sich der Körperfettanteil in Ihrem Tagesrhythmus ändert. Es empfiehlt sich, dieses Gerät immer in derselben Umgebung und unter denselben Alltagsbedingungen zu verwenden. Wir empfehlen, die Messung morgens nach dem Aufstehen mit leerer Blase vorzunehmen.

Nehmen Sie unter den folgenden Bedingungen keine Messungen vor:

- Unmittelbar nach starker körperlicher Betätigung, nach dem Baden oder einem Saunagang
- Nach dem Genuss von Alkohol oder dem Trinken einer großen Menge an Wasser, nach einer Mahlzeit (ca. 2 Stunden)

Wenn unter den nachfolgend genannten physikalischen Bedingungen eine Messung durchgeführt wird, kann die ermittelte Körperzusammensetzung erheblich vom tatsächlichen Wert abweichen, weil der Wassergehalt im Körper verändert ist.

**Was bedeutet BMI (Body Mass Index)?**

Der BMI gibt mithilfe der folgenden einfachen Formel das Verhältnis zwischen Gewicht und Körpergröße eines Menschen an.

$$BMI = \text{Gewicht (kg)} / \text{Größe (m)} / \text{Größe (m)} \quad \text{oder} \quad BMI = \text{Gewicht (lb)} / \text{Größe (inch)} / \text{Größe (inch)} \times 703$$

Das OMRON BF212 berechnet Ihre BMI-Klassifikation unter Verwendung Ihrer in der persönlichen Profildaten gespeicherten oder in der Betriebsart GUEST eingegebenen Körpergröße.

**Was ist der Körperfettanteil?**

Unter Körperfettanteil versteht man den in Prozent ausgedrückten Anteil der Fettmasse des Körpers am Gesamtkörpergewicht.

$$\text{Körperfettanteil (\%)} = \{\text{Körperfettmasse (kg)} / \text{Körpergewicht (kg)}\} \times 100$$

**Gründe, weshalb die berechneten Ergebnisse gegenüber der tatsächlichen Körperzusammensetzung abweichen können.**

Die mit diesem Gerät gemessene Körperzusammensetzung kann in den folgenden Situationen sehr von der tatsächlichen Körperzusammensetzung abweichen:

- Ältere Menschen (über 81 Jahre) / Menschen mit Fieber / Bodybuilder oder durchtrainierte Sportler / Patienten, die ein Dialyse erhalten / Patienten mit Osteoporose mit sehr geringer Knochendichte / Schwangere Frauen / Menschen mit Schwellungen

Diese Abweichungen können durch wechselnde Anteile der Körperflüssigkeit und/oder Körperzusammensetzung bedingt sein.

**FR Principe du calcul de la composition corporelle****La graisse corporelle a une faible conductivité électrique**

L'unité BF212 détermine le pourcentage de graisse corporelle par la méthode de mesure de l'impédance bioélectrique (IB). Les muscles, les vaisseaux sanguins et les os sont des tissus corporels à forte teneur en eau, conduisant facilement l'électricité. La graisse corporelle est un tissu dont la conductivité électrique est faible. L'unité BF212 envoie un courant électrique extrêmement faible de 50 kHz et de moins de 500 µA dans votre corps afin de déterminer la quantité de tissu graisseux. Vous ne ressentirez pas ce faible courant électrique lorsque vous utiliserez l'unité BF212.

Pour déterminer la composition corporelle, la balance utilise l'impédance électrique ainsi que vos informations de taille, poids, âge et sexe pour générer des résultats basés sur les données OMRON relatives à la composition corporelle.

**Périodes de mesure recommandées**

Au cours de la journée, la quantité d'eau dans le corps tend à se déplacer progressivement vers les membres inférieurs. C'est pourquoi les jambes et les chevilles ont tendance à enfler le soir ou la nuit. La proportion d'eau dans les parties supérieure et inférieure du corps est différente le matin et le soir, ce qui signifie que l'impédance électrique du corps varie également. Connaître les périodes où les pourcentages de graisse corporelle évoluent dans votre activité quotidienne vous permettra de suivre avec précision l'évolution de votre graisse corporelle. Il est recommandé d'utiliser cette unité dans le même environnement et dans les mêmes conditions quotidiennes. Nous vous recommandons d'effectuer systématiquement la mesure le matin avec la vessie vide.

Évitez de réaliser des mesures dans les conditions suivantes :

- immédiatement après un exercice intense, un bain ou une séance de sauna,
- après l'absorption d'alcool ou d'une grande quantité d'eau, ou après un repas (environ 2 heures).

Si une mesure est réalisée dans ces conditions physiques, la composition corporelle calculée peut différer considérablement de la composition corporelle réelle en raison de la modification de la teneur en eau dans le corps.

**Qu'est-ce que l'IMC (indice de masse corporelle) ?**

L'IMC utilise la formule simple suivante pour indiquer le rapport entre le poids et la taille d'une personne.

$$IMC = \text{poids (kg)} / \text{taille (m)} / \text{taille (m)} \quad \text{ou} \quad IMC = \text{poids (lb)} / \text{taille (po.)} / \text{taille (po.)} \times 703$$

L'unité OMRON BF212 utilise les informations relatives à la taille qui sont stockées dans votre numéro de profil personnel ou lors de la saisie d'informations en mode Invité afin de calculer votre classification IMC.

**Qu'est-ce que le pourcentage de graisse corporelle ?**

Le pourcentage de graisse corporelle est la quantité de masse graisseuse corporelle rapportée au poids corporel total, exprimée sous forme de pourcentage.

$$\text{Pourcentage de graisse corporelle (\%)} = \{\text{masse graisseuse corporelle (kg)} / \text{poids corporel (kg)}\} \times 100$$

**Raison pour laquelle les résultats calculés peuvent différer de la composition corporelle réelle.**

La composition corporelle mesurée par cette unité peut différer considérablement de la composition corporelle réelle dans les cas suivants :

- Personnes âgées (plus de 81 ans) / Personnes fiévreuses / Culturistes ou athlètes de haut niveau / Patients sous dialyse / Patients souffrant d'ostéoporose dont la densité osseuse est très basse / Femmes enceintes / Personnes souffrant de gonflements

Ces différences peuvent être liées à des changements des rapports entre le liquide corporel et/ou la composition corporelle.

## Remarques sur la sécurité

Lisez attentivement le présent mode d'emploi avant d'utiliser l'unité, vous y trouverez également des informations complémentaires sur chaque fonction.

### Danger :

- N'utilisez jamais cette unité avec les appareils électroniques médicaux suivants.
  - Des implants électroniques médicaux (stimulateurs cardiaques, par exemple).
  - Des équipements de survie électroniques (cœur/poumon artificiels, par exemple).
  - Des appareils médicaux électroniques portables (électrocardiographe, par exemple).
- Cette unité peut perturber le fonctionnement des appareils électroniques médicaux susmentionnés et ainsi poser un risque considérable pour la santé de leurs utilisateurs.



### Avertissement :

- Ne commencez jamais un traitement axé sur la réduction du poids ou l'effort physique uniquement en vous fondant sur votre propre jugement. Veillez à suivre les instructions d'un médecin généraliste ou d'un médecin spécialiste.
- N'utilisez pas l'unité sur du carrelage ou sur d'autres surfaces susceptibles d'être glissantes, telles qu'un sol mouillé.
- Ne soumettez pas l'unité à des chocs excessifs (vibrations ou chute de l'unité sur le sol, par exemple).
- Ne sautez pas et ne bondissez pas sur l'unité.
- N'utilisez pas cette unité après avoir pris un bain ou lorsque votre corps, vos mains ou vos pieds sont mouillés.
- Ne montez pas sur le bord de l'unité.
- Ne laissez pas une personne handicapée physiquement utiliser cette unité sans assistance. Utilisez une barre d'appui ou un autre soutien pour monter sur l'unité.

### Attention :

- Cette unité est uniquement destinée à un usage personnel. Elle n'est pas conçue pour un usage professionnel dans les hôpitaux ou dans d'autres établissements médicaux.
- Cette unité ne répond pas aux normes requises pour un usage professionnel.
- Montez pieds nus sur l'unité.
- N'utilisez pas de téléphone cellulaire à proximité de l'unité.
- Ne démontez pas, ne réparez pas et ne remaniez pas l'unité.
- N'utilisez pas des piles non recommandées pour cette unité. N'introduisez pas les piles en inversant les polarités.

- Remplacez immédiatement les piles usagées par des piles neuves.
- Retirez les piles de cette unité lorsque vous prévoyez de ne pas l'utiliser pendant une longue période (environ trois mois ou plus).
- N'utilisez pas des piles d'une catégorie différente ensemble.
- N'utilisez pas des piles neuves et usagées en même temps.
- Conservez cette unité hors de portée des jeunes enfants.

### Conseil général :

- Ne placez pas cette unité sur un sol recouvert d'une moquette ou d'un tapis. Cela risquerait de fausser la mesure.
- Ne montez pas sur les boutons de fonctionnement. Cela risque de perturber le fonctionnement de l'unité.
- Ne placez pas cette unité dans un environnement fortement humide, dans un endroit dans lequel il y a un risque d'éclaboussures, sous la lumière directe du soleil, dans un lieu où elle reçoit directement le souffle de la climatisation ou à proximité d'un feu.
- N'utilisez pas cette unité à des fins autres que la mesure du poids corporel et la détermination du pourcentage de graisse corporelle.
- La mise au rebut de ce produit et des piles usagées doit être effectuée conformément aux réglementations nationales relatives à la mise au rebut des produits électroniques.
- Veillez à maintenir l'unité propre avant utilisation.
- Nettoyez la balance avant d'utiliser l'unité avec des personnes souffrant d'une maladie de la peau ou des pieds.
- Ne lavez pas l'unité avec de l'eau.
- N'essayez pas l'unité avec un produit à base de benzène ou de diluant.
- Lorsque vous nettoyez l'unité, veillez à ne pas toucher les boutons pour ne pas modifier ni supprimer les données personnelles.
- Si vous rangez l'unité en position verticale, veillez à la fixer solidement afin qu'elle ne tombe pas.
- Ne rangez pas l'unité dans les conditions suivantes :
  - risque de pénétration d'eau,
  - température et humidité extrêmement élevées, sous la lumière directe du soleil et endroit poussiéreux,
  - chocs ou vibrations soudains,
  - endroits où sont présents des produits chimiques ou des gaz corrosifs.
- Ne placez pas d'objets sur l'unité et ne la rangez pas à l'envers.

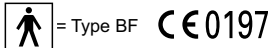


## Dépannage

Affichage des erreurs	Cause possible	Solution
Err 1	Vous êtes descendu de l'unité pendant la mesure.	Ne descendez pas de l'unité tant que la mesure n'est pas terminée.
	Vos pieds ne sont pas positionnés correctement sur les électrodes.	Vérifiez que vous vous tenez correctement sur l'unité, puis réessayez.
Err 2	La position de mesure n'est pas stable ou vos pieds ne sont pas positionnés correctement.	Restez immobile et ne bougez pas lors de la mesure.
	Vos pieds sont trop secs.	Humidifiez légèrement la plante de vos pieds avec une serviette humide et recommencez.
Err 5	L'unité n'est pas configurée correctement.	Retirez les piles. Attendez une minute. Réinstallez les piles. Touchez le bouton ON-OFF-SET et mettez l'unité sous tension. Reprenez la mesure.
Err	Vous êtes monté sur l'unité avant que 0,0 kg (0,0 lb) ne soit affiché.	Patiencez jusqu'à ce que 0,0 kg (0,0 lb) apparaisse avant de monter sur l'unité.
	L'unité a bougé avant que 0,0 kg (0,0 lb) ne s'affiche.	Ne bougez pas l'unité tant que 0,0 kg (0,0 lb) n'apparaît pas.
	Mouvement lors d'une mesure.	Ne bougez pas tant que la mesure n'est pas terminée.
	Votre poids est supérieur à 150,0 kg (330,0 lb ou 23 st 8,0 lb).	Cette unité ne peut être utilisée que par des personnes pesant moins de 150,0 kg (330,0 lb ou 23 st 8,0 lb).

## Données techniques

Description du produit	Moniteur de composition corporelle
Nom du produit	BF212
Modèle	HBF-212-EW
Affichage	Poids corporel : 2 à 150 kg par incréments de 0,1 kg / 4,4 à 330,0 lb par incréments de 0,2 lb / 4,4 lb à 23 st 8,0 lb par incréments de 0,2 lb Pourcentage de graisse corporelle : 5,0 à 60,0 % par incréments de 0,1 % IMC : 7,0 à 90,0 par incréments de 0,1 Classification IMC : - (Poids insuffisant) / 0 (Normal) / + (Excédent de poids) / ++ (Obèse) • La tranche d'âge pour l'IMC, la classification IMC et le pourcentage de graisse corporelle va de 10 à 80 ans.
Données personnelles (éléments réglés) :	Il est possible de stocker les informations suivantes pour 4 personnes maximum. Taille : 100,0 à 199,5 cm, 3'4" à 6'6 3/4" (par incréments de 1/4") Âge : 10 à 80 ans Sexe : Homme/Femme
Précision du poids	2,0 kg à 40,0 kg : ± 0,4 kg, 40,0 kg à 150,0 kg : ± 1 % / 4,4 lb à 88,2 lb : ± 0,88 lb, 88,2 lb à 330,0 lb : ± 1 % / 4,4 lb à 6 st 4,2 lb : ± 0,88 lb, 6 st 4,2 lb à 23 st 8,0 lb : ± 1 %
Précision (S.E.E.)	2,0 kg à 40,0 kg : ± 0,4 kg, 40,0 kg à 150,0 kg : ± 1 % / 4,4 lb à 88,2 lb : ± 0,88 lb, 88,2 lb à 330,0 lb : ± 1 % / 4,4 lb à 6 st 4,2 lb : ± 0,88 lb, 6 st 4,2 lb à 23 st 8,0 lb : ± 1 %
Alimentation électrique	4 piles AAA (R03) (Vous pouvez également utiliser des piles alcalines AAA (LR03).)
Durée de vie des piles	Environ un an (en cas d'utilisation de piles au manganèse AAA et à raison de quatre mesures par jour à une température ambiante de 23 °C)
Température/Humidité de fonctionnement	+10 °C à +40 °C, 30 à 85 % HR
Température/Humidité/Pression atmosphérique de stockage	-20 °C à +60 °C, 10 % à 95 % HR, 700 hPa - 1 060 hPa
Poids	Environ 1,3 kg (avec les piles)
Dimensions externes	Environ 285 (L) × 28 (H) × 210 (P) mm
Contenu de l'emballage	Moniteur de composition corporelle, 4 piles au manganèse AAA (R03), mode d'emploi
Remarque :	Soumis à des modifications techniques sans préavis.
Cet appareil répond aux dispositions de la directive CE 93/42/CEE (directive relative aux appareils médicaux).	



OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V. garantit ce produit pendant 3 ans à compter de la date d'achat. La garantie ne couvre pas les piles, l'emballage et/ou les dommages de quelque nature que ce soit dus à une mauvaise utilisation (chute ou utilisation inadéquate, par exemple) par l'utilisateur. Les produits faisant l'objet d'une réclamation seront remplacés uniquement sur présentation de la facture/du ticket de caisse d'origine.

## Informations importantes sur la compatibilité électromagnétique (CEM)

Avec l'accroissement du nombre d'appareils électroniques comme les PC et les téléphones mobiles (cellulaires), les appareils médicaux en fonctionnement peuvent être sensibles aux interférences électromagnétiques dégagées par d'autres appareils. Les interférences électromagnétiques peuvent perturber le fonctionnement de l'appareil médical et créer une situation potentiellement dangereuse.

Les appareils médicaux ne doivent pas non plus interférer avec d'autres appareils.

Afin de réglementer les exigences relatives à la CEM (compatibilité électromagnétique) dans le but de prévenir toute situation dangereuse causée par le produit, la norme EN60601-1-2:2007 a été mise en œuvre. Cette norme définit les niveaux d'immunité aux interférences électromagnétiques ainsi que les niveaux maximum d'émissions électromagnétiques pour les appareils médicaux.

Cet appareil médical fabriqué par OMRON HEALTHCARE est conforme à cette norme EN60601-1-2:2007 aussi bien en matière d'immunité que d'émissions. Néanmoins, des précautions spéciales doivent être prises :

- N'utilisez pas de téléphones mobiles (cellulaires) et d'autres appareils générant des champs électriques ou électromagnétiques puissants aux alentours de l'appareil médical. Cela risquerait de perturber le fonctionnement de l'appareil et de créer une situation potentiellement dangereuse. Il est

recommandé de maintenir une distance minimum de 7 m. Vérifiez le bon fonctionnement de l'appareil si la distance est inférieure.

Une documentation complémentaire conforme à la norme EN60601-1-2:2007 est disponible auprès d'OMRON HEALTHCARE EUROPE à l'adresse mentionnée dans le présent mode d'emploi. Une documentation est également disponible sur le site [www.omron-healthcare.com](http://www.omron-healthcare.com).

## Mise au rebut appropriée de ce produit (déchets d'équipements électriques et électroniques)

Ce symbole sur le produit ou sa documentation indique qu'il ne doit pas être mis au rebut en fin de vie avec les autres déchets ménagers. La mise au rebut incontrôlée des déchets pouvant porter préjudice à l'environnement ou à la santé humaine, veuillez séparer ce produit des autres types de déchets et le recycler de façon responsable afin de favoriser la réutilisation durable des ressources matérielles.

Les particuliers sont invités à contacter le distributeur leur ayant vendu ce produit ou leur administration locale pour savoir où et comment ils peuvent retourner ce produit afin qu'il soit recyclé en respectant l'environnement.

Les entreprises sont invitées à contacter leur fournisseur et à consulter les conditions de leur contrat de vente. Ce produit ne doit pas être mis au rebut avec les autres déchets commerciaux.



**Manufacturer**  
Produttore  
Hersteller  
Fabricant  
Fabrikant  
Fabricante  
Производитель

الشركة المُصنعة

**OMRON HEALTHCARE Co., Ltd.**  
53, Kunotsubo, Terado-cho, Muko, Kyoto,  
617-0002 JAPAN



**EU-representative**  
Rappresentante per l'UE  
EU-Repräsentant  
Mandataire dans l'UE  
Vertegenwoordiging in de EU  
Representante en la UE  
Представитель в ЕС

جهة التمثيل بالاتحاد الأوروبي

**OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V.**  
Scorpius 33, 2132 LR Hoofddorp, THE NETHERLANDS  
[www.omron-healthcare.com](http://www.omron-healthcare.com)

**Subsidiary**  
**Consociata**  
**Niederlassung**  
**Succursale**  
**Dochteronderneming**  
**Empresa filial**  
**Филиал**

الشركات التابعة

**OMRON HEALTHCARE UK LTD.**  
Opal Drive, Fox Milne, Milton Keynes, MK 15 0DG, U.K.

**OMRON MEDIZINTECHNIK HANDELSGESELLSCHAFT mbH**  
John-Deere-Str. 81a, 68163 Mannheim, GERMANY  
[www.omron-medizintechnik.de](http://www.omron-medizintechnik.de)

**OMRON SANTÉ FRANCE SAS**  
14, rue de Lisbonne, 93561 Rosny-sous-Bois Cedex, FRANCE  
Uniquement pour le marché française:  
OMRON Service Après Vente  
N° Vert 0 800 91 43 14  
[consommateurs@omron-sante.fr](mailto:consommateurs@omron-sante.fr)  
[www.omron-sante.fr/contact](http://www.omron-sante.fr/contact)

Made in China  
Prodotto in Cina  
Hergestellt in China  
Fabriqué en Chine  
Geproduceerd in China  
Fabricado en China  
Сделано в Китае

صنع في الصين