

Moniteur de composition corporelle VIVA (HBF-222T-EBK)

- **Instruction Manual**
- **Gebrauchsanweisung**
- **Mode d'emploi**
- **Manual de instrucciones**
- **Manuale di istruzioni**
- **Gebruiksaanwijzing**
- **РУКОВОДСТВО ПО ЭКСПЛУАТАЦИИ**
- **Kullanım Kılavuzu**

• **كتيب الإرشادات**

Merci d'avoir acheté le Moniteur de composition corporelle OMRON.
Avant d'utiliser cette unité, lisez attentivement le présent mode d'emploi pour bien en comprendre le fonctionnement et l'utiliser en toute sécurité.
Conservez soigneusement ce mode d'emploi pour vous y référer ultérieurement.

VIVA

Moniteur de composition corporelle

Utilisation prévue

Merci d'avoir acheté ce moniteur de composition corporelle OMRON. Cette unité est conçue pour mesurer et afficher les valeurs de composition corporelle suivantes.

- Poids corporel
- Graisse corporelle (en %)
- Graisse viscérale (jusqu'à 30 niveaux)
- Muscle squelettique (en %)
- Métabolisme au repos (en kcal)
- IMC (indice de masse corporelle)

Elle est conçue pour être utilisée par des personnes adultes capables de comprendre le présent mode d'emploi. Elle n'est pas destinée à une utilisation professionnelle dans les hôpitaux ni dans toute autre installation médicale, mais uniquement à une utilisation domestique.



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

Table des matières

Avant d'utiliser l'unité	62
Remarques sur la sécurité	62
1. Familiarisation avec l'unité	64
2. Insertion et remplacement des piles	65
3. Synchronisation de l'unité avec votre appareil intelligent	66
4. Réglage de l'unité de mesure, de la date et de l'heure	67
5. Enregistrement des données personnelles	68
Mode d'emploi	69
6. Prendre des mesures correctes	69
6.1 Postures correctes pendant la mesure	69
6.2 À propos de la « correction 0 kg » (précaution pour le stockage)	70
6.3 Activation de la « correction 0 kg »	70
7. Réalisation d'une mesure	70
Utilisation de la fonction de mémoire	72
8. Visualisation des résultats de mesure sur votre appareil intelligent	72
Le cas échéant	73
9. Sélectionnez votre numéro personnel et effectuez une mesure	73
10. Mode Invité (mode non enregistré)	74
11. Mesure du poids uniquement	75
12. Modification ou suppression de vos données personnelles	76
13. Suppression des paramètres de communication	77
14. Maintenance et stockage	77
15. Dépannage	78
16. Données techniques	81
Informations sur la composition corporelle	84
17. Informations sur la composition corporelle	84
18. Diagrammes d'interprétation des résultats de mesure	86

Remarques sur la sécurité

Les symboles et leurs définitions sont présentés ci-dessous :

 Danger :	Une utilisation incorrecte peut mettre l'utilisateur en danger et provoquer la mort ou des blessures graves.
 Avertissement :	Une utilisation incorrecte de l'unité peut provoquer la mort ou des blessures graves.
 Attention :	Une utilisation incorrecte de l'unité peut provoquer des blessures ou endommager les équipements.

Danger :

- N'utilisez jamais cette unité avec des appareils électroniques médicaux tels que :
 - (1) Des implants électroniques médicaux (stimulateurs cardiaques, par exemple).
 - (2) Des équipements de survie électroniques (cœur/poumon artificiels, par exemple).
 - (3) Des appareils médicaux électroniques portables (électrocardiographe, par exemple).

Cette unité peut perturber le fonctionnement de ces appareils et ainsi poser un risque considérable pour la santé de leurs utilisateurs.



Avertissement :

- Conservez l'unité hors de portée des jeunes enfants. Contient de petites pièces qui peuvent présenter un risque d'étouffement en cas d'ingestion par de jeunes enfants.
- N'utilisez pas l'unité sur des surfaces glissantes (sol mouillé, par exemple).
- Ne sautez pas sur l'unité et ne faites pas de bonds dessus.
- N'utilisez pas cette unité lorsque votre corps et/ou vos pieds sont mouillés (après avoir pris un bain, par exemple).
- Montez pieds nus sur l'unité. Si vous montez en chaussettes sur l'unité, vous risquez de glisser et de vous blesser.
- Ne montez pas sur le bord ou sur la zone d'affichage de l'unité.
- Les personnes handicapées ou physiquement fragiles doivent toujours demander l'assistance d'une autre personne lorsqu'elles utilisent cette unité.
- Si vous recevez dans les yeux du liquide provenant des piles, rincez immédiatement et abondamment avec de l'eau pure. Consultez immédiatement un médecin.
- N'utilisez pas ce produit dans des hôpitaux, des avions ou dans d'autres environnements où l'utilisation d'ondes radio est interdite.
- Ce produit émet des fréquences radio dans la bande des 2,4 GHz. N'utilisez pas ce produit dans un endroit où les ondes radio sont interdites (par ex. dans un avion ou dans des hôpitaux).

Attention :

- Ne démontez pas, ne réparez pas et ne remaniez pas l'unité.
- Ne commencez pas un programme de réduction du poids ou d'exercice sans consulter au préalable un médecin ou un spécialiste de santé. Un auto-diagnostic risquerait de nuire à votre santé.
- Pendant les mesures, veillez à ce qu'aucun téléphone mobile ou autre appareil électrique émettant des champs électromagnétiques ne soit situé à moins de 30 cm. Cela risquerait de perturber le fonctionnement de l'appareil et/ou de fausser les données.
- Utilisez les piles recommandées pour cette unité. N'introduisez pas les piles en inversant les polarités.
- Remplacez immédiatement les piles usagées par des piles neuves.
- Ne jetez pas les piles au feu.

- Si vous recevez sur la peau ou les vêtements du liquide provenant des piles, rincez immédiatement et abondamment avec de l'eau pure.
- 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 différents types de pile simultanément.
- N'utilisez pas des piles neuves et usagées en même temps.
- Lavez-vous toujours les pieds avant d'utiliser l'unité. Si vous souffrez d'une infection au pied ou d'une autre maladie cutanée, vous risquez d'infecter d'autres personnes.
- Lorsque l'unité est utilisée par plusieurs personnes, essuyez-la, après utilisation, avec un chiffon humide humecté d'un détergent doux. Ensuite, séchez-la.
- N'utilisez pas cette unité à des fins autres que celles décrites dans ce manuel.
- Cette unité étant un instrument de précision, ne la laissez pas tomber et ne la soumettez pas à des vibrations ni à des chocs importants.

Transmission des données

- Ne remplacez pas les piles pendant le transfert de vos résultats de mesure vers votre appareil intelligent. Cela pourrait provoquer un mauvais fonctionnement de votre moniteur et empêcher le transfert de vos résultats de mesure.
- Ne placez pas de cartes à circuits imprimés, d'aimants, d'objets métalliques ou d'autres dispositifs émettant des champs électromagnétiques à proximité de ce moniteur pendant le transfert de vos résultats de mesure vers votre appareil intelligent. Cela pourrait provoquer un mauvais fonctionnement de votre unité et empêcher le transfert de vos résultats de mesure.

Mesure incorrecte

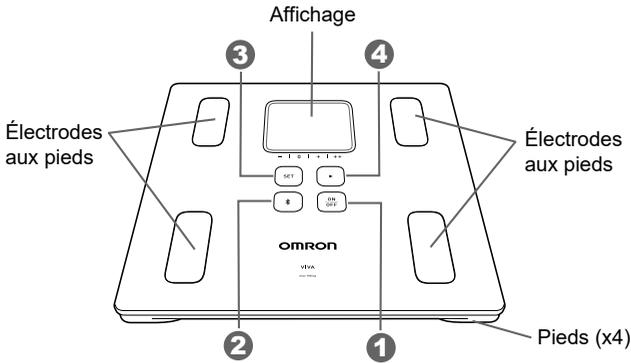
Les mesures peuvent être incorrectes chez les utilisateurs suivants :

Personnes âgées (de plus de 81 ans) / Personnes fiévreuses / Culturistes ou sportifs de haut niveau / Patients sous dialyse / Patients souffrant d'ostéoporose dont la densité osseuse est très basse / Femmes enceintes / Personnes présentant un gonflement.

- En effet, la composition corporelle, par ex. la quantité d'eau dans le corps, peut s'écarter fortement de la valeur moyenne.

1. Familiarisation avec l'unité

Unité principale



1		Bouton ON/OFF <ul style="list-style-type: none"> • Appuyez sur ce bouton pour mettre l'unité sous tension. • Appuyez sur ce bouton (2 secondes ou plus) pour mettre l'unité hors tension.
2		Bouton Bluetooth <ul style="list-style-type: none"> • Appuyez sur ce bouton pour transmettre les données manuellement. • Appuyez sur ce bouton (2 secondes ou plus) pour synchroniser l'unité avec votre appareil intelligent. ※ Ce bouton peut également être utilisé lorsque l'unité est hors tension.
3		Bouton SET <ul style="list-style-type: none"> • Appuyez sur ce bouton pour définir ou confirmer les données.
4		Bouton Avance <ul style="list-style-type: none"> • Appuyez sur ce bouton pour avancer. • Appuyez sur ce bouton et maintenez-le enfoncé pour avancer rapidement pendant le réglage de la date, de l'heure et de la taille.

Affichage

Symbole Numéro personnel
S'allume lorsque le numéro personnel est affiché.

Symbole Poids
S'allume lorsque seul le poids corporel est mesuré.

Symbole Pile (faible/déchargée)

Symbole SYNC
Symbole Bluetooth

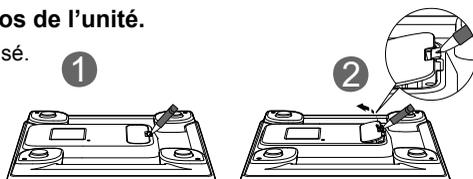
Pourcentage de graisse corporelle, niveau de graisse viscérale, pourcentage de muscle squelettique, indicateur de classification IMC

Display content: 8, GUEST, WEIGHT, FAT, VISCERAL FAT, MUSCLE, RMBMI, CHANGE DEL, AGE, cm, kcal, %o, kg, st, 1/4/23/4 inchlb, -, 0, +, ++

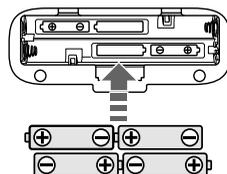
2. Insertion et remplacement des piles

1. Ouvrez le couvercle des piles situé au dos de l'unité.

Un objet dur, un stylo par exemple, peut être utilisé.



2. Installez les piles avec la polarité appropriée en suivant les indications fournies à l'intérieur du compartiment des piles.



3. Fermez le couvercle des piles.

Durée de vie et remplacement des piles

- Environ 6 mois (lorsque des piles alcalines AAA sont utilisées à raison de quatre mesures, quatre transferts de données et quatre personnes par jour à une température ambiante de 23 °C)
 - Comme les piles fournies ne sont destinées qu'à des fins d'essai, leur durée de vie peut être plus courte.
- Lorsque le symbole de pile déchargée  s'affiche, remplacez les quatre piles par des piles neuves.
 - Remplacez les quatre piles par des neuves (du même type) en même temps.
 - Lorsque le symbole de pile faible  clignote, il est recommandé de remplacer les piles par des piles neuves plus tôt que prévu.
- Mettez l'unité hors tension avant de remplacer les piles.
 - Les données personnelles enregistrées dans l'unité sont conservées même si les piles sont retirées.
 - La mise au rebut des piles usagées doit être effectuée conformément aux réglementations nationales relatives à la mise au rebut des piles.
- Après le remplacement des piles, vous devez réinitialiser l'unité de mesure, la date et l'heure. (Reportez-vous à la section 4.)
 - Si vous avez déjà effectué une synchronisation avec l'application « OMRON connect », appuyez sur le bouton  pour communiquer avec elle. Dans ce cas, la date et l'heure seront réglées automatiquement.

Symbole de pile déchargée



Mise hors tension

- Appuyez sur le bouton  (2 secondes ou plus) pour mettre l'unité hors tension.
- L'unité s'éteint automatiquement dans les conditions suivantes :
 - 10 secondes après l'affichage du message « Err » ;
 - lorsque l'unité n'est pas utilisée dans un délai de 1 minute après l'affichage de « 0.0 kg » ;
 - après 3 minutes d'inactivité.



3. Synchronisation de l'unité avec votre appareil intelligent

1. Activez la fonction Bluetooth sur votre appareil intelligent.
2. Téléchargez et installez l'application « OMRON connect » sur votre appareil intelligent.

Vous pouvez choisir l'une des 2 méthodes suivantes.

- Scannez le code QR pour accéder à l'adresse suivante.



Code QR

omronconnect.com/setup

- Cherchez l'application « OMRON connect » dans l'« App Store » ou sur « Google Play ».



FR

3. Ouvrez l'application sur votre appareil intelligent et suivez les instructions de configuration et de synchronisation.

Si vous disposez déjà de l'application « OMRON connect », sélectionnez :

Menu > Appareil > Ajouter un appareil

REMARQUES

- Un appareil intelligent gère les données d'un seul utilisateur.
- Si une application autre que « OMRON connect » est utilisée, il est possible que le transfert des données ne s'effectue pas correctement.
- Veuillez lire la méthode d'utilisation et le mode d'emploi dans l'application pour plus d'informations.

4. Réglage de l'unité de mesure, de la date et de l'heure

Il est nécessaire de régler l'unité de mesure, la date et l'heure avant d'effectuer une première mesure ou après avoir remplacé les piles.

- La date et l'heure peuvent également être réglées à partir de l'application « OMRON connect ».

1. Appuyez sur le bouton pour mettre l'unité sous tension.

« kg&cm » clignote à l'affichage.

2. Réglez l'unité de mesure.

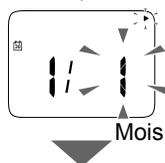
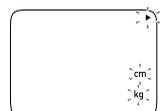
Appuyez sur le bouton  pour effectuer le réglage puis sur le bouton  pour confirmer.

- L'unité de mesure par défaut est « kg & cm ».
- Vous pouvez régler l'unité de mesure sur « lb & inch » ou « st-lb & inch ».

3. Réglez la date et l'heure sur l'unité.

Appuyez sur le bouton  pour effectuer le réglage puis sur le bouton  pour confirmer.

- Plage de réglage de l'année : 2017 à 2045
- L'heure s'affiche en mode 24 heures.
- Pendant le réglage de l'année, de la date, de l'heure et des minutes, maintenez le bouton  enfoncé pour avancer rapidement par pas de 10.



Après affichage de l'unité de mesure, de l'année, du mois, du jour, de l'heure et des minutes, dans cet ordre, l'unité s'éteint automatiquement.

REMARQUES

- Si vous commettez une erreur pendant la configuration, appuyez sur le bouton  pour éteindre l'unité et reprenez à partir de l'« Étape 1 ».
- L'unité s'éteint après 3 minutes d'inactivité. Réglez à nouveau l'unité de mesure, la date et l'heure.
- Pour modifier l'unité de mesure, la date ou l'heure, retirez les piles et attendez au moins 20 secondes. Remettez ensuite les piles en place et refaites les réglages.

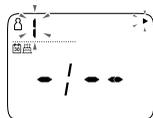
5. Enregistrement des données personnelles

Pour mesurer la composition corporelle, vous devez enregistrer vos données personnelles (date de naissance, sexe et taille). Il est possible d'enregistrer les données d'un maximum de 4 personnes.

- La données personnelles peuvent également être enregistrées à partir de l'application « OMRON connect ».

1. Appuyez sur le bouton pour mettre l'unité sous tension.

L'unité s'allume. Le numéro personnel « 1 » clignote. La date de naissance (- / - -) s'affiche.



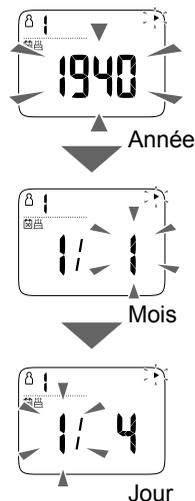
2. Sélectionnez et confirmez votre numéro personnel.

Appuyez sur le bouton  pour sélectionner votre numéro personnel puis sur le bouton  pour confirmer.

3. Réglez la date de naissance.

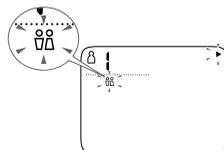
Appuyez sur le bouton  pour régler la date de naissance puis sur le bouton  pour confirmer.

- Plage de réglage de l'année : 1900 à 2045
- Pendant le réglage de l'année et de la date, maintenez le bouton  enfoncé pour avancer rapidement par pas de 10.



4. Réglez le sexe

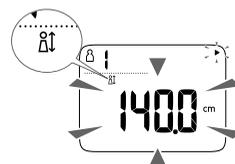
Appuyez sur le bouton  pour définir le sexe  (HOMME) ou  (FEMME) puis sur le bouton  pour confirmer.



5. Réglez la taille.

Appuyez sur le bouton  pour régler la taille puis sur le bouton  pour confirmer.

- Appuyez en continu pour avancer rapidement par pas de 10 cm (ou 1 pouce).
- Lorsque tous les réglages sont affichés afin que vous les confirmiez, « 0.0 kg » apparaît sur l'affichage.



6. Montez sur l'unité pour mesurer le poids lorsque « 0.0 kg » est affiché.

Les données de poids corporel et de composition corporelle sont enregistrées dans l'unité aux fins de reconnaissance automatique.

Après un moment, les résultats de mesure sont indiqués de la manière suivante.



7. Descendez de l'unité après que les résultats de mesure sont affichés.

L'enregistrement des données personnelles est terminé.

8. Appuyez sur le bouton **ON/OFF** (2 secondes ou plus) pour mettre l'unité hors tension.

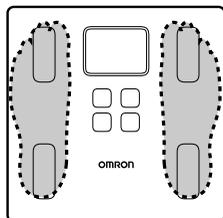
Pour ajouter de nouvelles données personnelles, commencez à l'« Étape 1 ».

Mode d'emploi

6. Prendre des mesures correctes

6.1 Postures correctes pendant la mesure

Montez pieds nus sur l'unité.
Placez la voûte des pieds au centre de l'unité.



Remarque

- Si vous montez sur l'unité avec des chaussettes ou des chaussures, les mesures seront inexactes.



Ne pliez pas les genoux pendant la mesure.

Prenez les mesures sur un sol dur et plat.

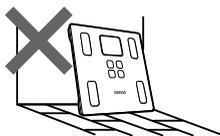
Remarque

- Une surface de sol rembourrée (tapis ou moquette, par exemple) peut altérer la précision des mesures.

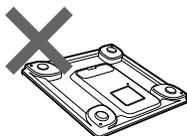
6.2 À propos de la « correction 0 kg » (précaution pour le stockage)

L'unité corrige automatiquement sa précision lorsqu'elle n'est pas utilisée.

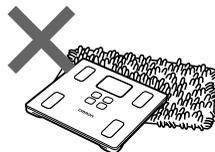
- Si l'unité est placée comme sur les images ci-dessous, cette correction de la précision ne fonctionne pas. Activez la « correction 0 kg » avant d'effectuer la mesure.



L'unité est appuyée contre le mur ou d'autres objets



L'unité est placée à l'envers



L'unité est placée sur un objet



Un objet est placé sur l'unité

6.3 Activation de la « correction 0 kg »

1. Placez l'unité sur un sol dur et plat.

2. Appuyez sur le bouton  pour mettre l'unité sous tension.

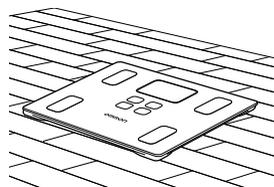
3. Sélectionnez votre numéro personnel ou « 00 ».

Sélectionnez votre numéro personnel ou « 00 » à l'aide du bouton

 puis appuyez sur le bouton  pour confirmer.

4. Lorsque l'affichage indique « 0.0 kg », appuyez sur le bouton  (2 secondes ou plus) pour mettre l'unité hors tension.

Ceci termine la « correction 0 kg ». Attendez 5 secondes puis effectuez une mesure.



Mode d'emploi

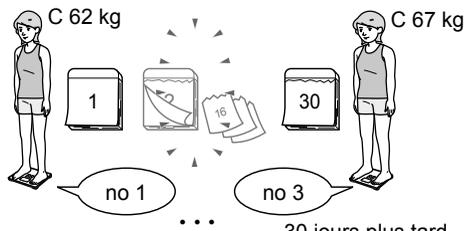
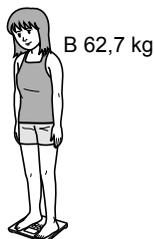
7. Réalisation d'une mesure

Lorsqu'une personne monte sur l'unité, celle-ci s'allume pour reconnaître automatiquement le numéro personnel et démarrer la mesure.

FR

Il est possible qu'un mauvais numéro personnel s'affiche dans les cas suivants :

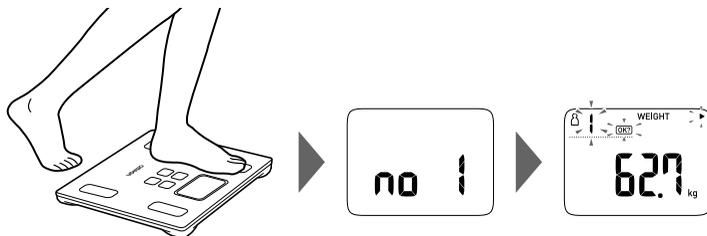
- Des utilisateurs ayant un type et un poids corporels similaires utilisent l'unité.
- Votre poids corporel a changé depuis la dernière mesure.



Si l'erreur de reconnaissance continue à se produire, sélectionnez votre numéro personnel pour effectuer une mesure. (Reportez-vous à la section 9.)

1. Effectuez une mesure lorsque l'unité est hors tension.

Lorsque vous montez sur l'unité, elle s'allume automatiquement.



2. Lorsque le numéro personnel et les résultats de mesure s'affichent, la mesure est terminée.

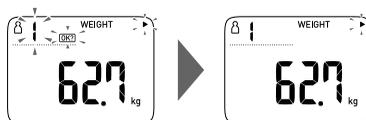
Descendez de l'unité.

3. Confirmez votre numéro personnel.

■ Si votre numéro personnel est correct...

Appuyez sur le bouton **SET** pour confirmer votre numéro personnel. **OK?** disparaît.

Même si vous éteignez l'unité alors que **OK?** clignote, les résultats sont enregistrés dans l'unité et associés au numéro personnel affiché.



■ Si votre numéro personnel est incorrect...

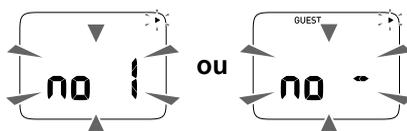
Avant que l'unité ne s'éteigne, sélectionnez votre numéro personnel à l'aide du bouton **▶**, puis appuyez sur le bouton **SET** pour confirmer.



■ Si vous avez confirmé un numéro personnel qui n'est pas le vôtre...

Avant que l'unité ne s'éteigne, appuyez sur le bouton **SET** pour pouvoir sélectionner à nouveau votre numéro personnel.

Si « no 1 » à « no 4 » clignote sur l'affichage, ou que **GUEST** est affiché, vos données personnelles n'ont pas été enregistrées dans l'unité. Enregistrez vos données personnelles. Vous pouvez également utiliser le mode Invité.



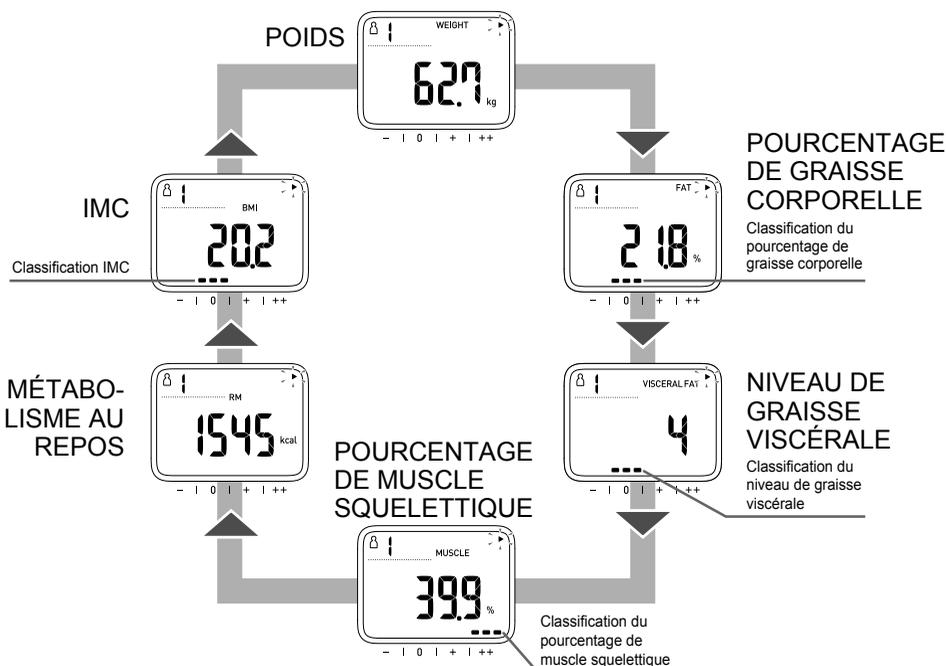
4. Contrôlez les résultats des mesures.

L'affichage des résultats pivote automatiquement comme illustré ci-dessous.

Après avoir confirmé votre numéro personnel, vous pouvez passer au résultat de mesure que vous souhaitez voir à l'aide du bouton .

Remarque

- Utilisez le pourcentage de graisse corporelle, le niveau de graisse viscérale, le pourcentage de muscle squelettique et l'indicateur de classification IMC comme guide de mesure.
- Pour mieux comprendre vos résultats de mesure, reportez-vous aux informations et diagrammes des sections 17 et 18.



5. Appuyez sur le bouton (2 secondes ou plus) pour mettre l'unité hors tension.

L'unité s'éteint après 3 minutes d'inactivité.

Utilisation de la fonction de mémoire

8. Visualisation des résultats de mesure sur votre appareil intelligent

Suivez les instructions de l'application « OMRON connect » pour visualiser vos résultats de mesure.

Vous pourrez ensuite confirmer la variation de vos paramètres de poids et de composition corporelle sur votre appareil intelligent.

Remarque

- L'application « OMRON connect » doit être installée sur votre appareil intelligent. (Reportez-vous à la section 3.)

Le cas échéant

9. Sélectionnez votre numéro personnel et effectuez une mesure

S'il arrive souvent que votre numéro personnel ne soit pas reconnu, vous pouvez sélectionner votre numéro personnel et effectuer la mesure de la manière suivante.

1. Appuyez sur le bouton pour mettre l'unité sous tension.

L'unité s'allume. Le numéro personnel « 1 » clignote.

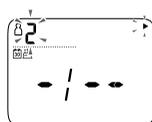


2. Sélectionnez votre numéro personnel.

Sélectionnez votre numéro personnel à l'aide du bouton .

Si la date de naissance (- / - -) est affichée, vos données personnelles n'ont pas été enregistrées dans votre numéro personnel.

Enregistrez vos données personnelles. (Reportez-vous à la section 5.)



3. Appuyez sur le bouton pour confirmer votre numéro personnel.

« 0.0 kg » s'affiche.

4. Effectuez une mesure lorsque « 0.0 kg » est affiché.

Montez sur l'unité.



5. Contrôlez les résultats des mesures.

L'affichage des résultats pivote automatiquement.

6. Appuyez sur le bouton (2 secondes ou plus) pour mettre l'unité hors tension.

L'unité s'éteint après 3 minutes d'inactivité.

10. Mode Invité (mode non enregistré)

Lorsque ce mode est utilisé, les résultats de mesure ne sont pas enregistrés.

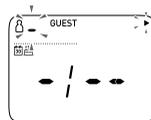
1. Appuyez sur le bouton pour mettre l'unité sous tension.

L'unité s'allume. Le numéro personnel « 1 » clignote.



2. Sélectionnez et confirmez « ».

Sélectionnez « GUEST » à l'aide du bouton , puis appuyez sur le bouton  pour confirmer.

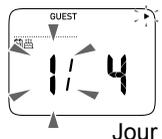
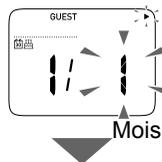


3. Entrez les données personnelles.

3.1 Réglez la date de naissance

Appuyez sur le bouton  pour régler la date de naissance, puis appuyez sur le bouton  pour confirmer.

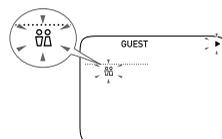
- Plage de réglage de l'année : 1900 à 2045
- Pendant le réglage de l'année et de la date, maintenez le bouton  enfoncé pour avancer rapidement par pas de 10.



FR

3.2 Réglez le sexe

Appuyez sur le bouton  pour définir le sexe  (HOMME) ou  (FEMME) puis appuyez sur le bouton  pour confirmer.



3.3 Réglez la taille

Appuyez sur le bouton  pour régler la taille, puis sur le bouton  pour confirmer.

- Appuyez en continu pour avancer rapidement par pas de 10 cm (1 pouce).

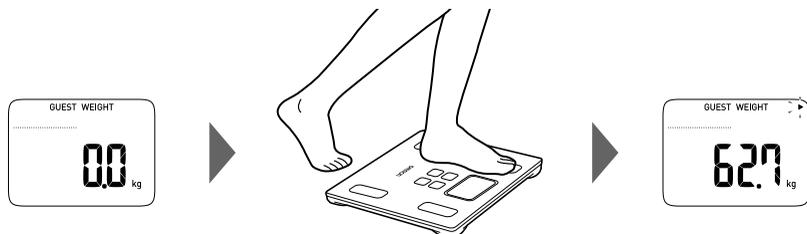


Lorsque tous les réglages sont affichés afin que vous les confirmiez, « 0.0 kg » apparaît sur l'affichage.

L'unité s'éteint si elle n'est pas utilisée dans un délai de 1 minute après affichage de « 0.0 kg ».

4. Démarrez la mesure lorsque « 0.0 kg » est affiché.

Montez sur l'unité.



5. Contrôlez les résultats des mesures.

L'affichage des résultats pivote automatiquement.

6. Appuyez sur le bouton (2 secondes ou plus) pour mettre l'unité hors tension.

L'unité s'éteint après 3 minutes d'inactivité.

Le cas échéant

11. Mesure du poids uniquement

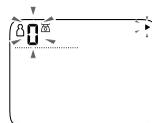
Lorsque ce mode est utilisé, le résultat de mesure n'est pas enregistré.

1. Appuyez sur le bouton pour mettre l'unité sous tension.

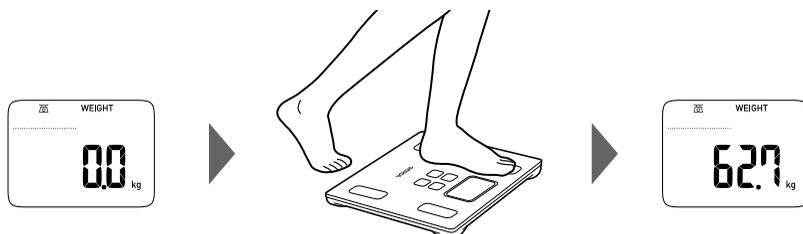
L'unité s'allume. Le numéro personnel « 1 » clignote.

2. Sélectionnez et confirmez « ».

Sélectionnez «  » à l'aide du bouton , puis appuyez sur le bouton  pour confirmer.



3. Lorsque « 0.0 kg » s'affiche, montez sur l'unité.



4. Contrôlez le résultat de mesure.

Votre poids est affiché et clignote pour indiquer la fin de la mesure.

5. Appuyez sur le bouton (2 secondes ou plus) pour mettre l'unité hors tension.

L'unité s'éteint après 3 minutes d'inactivité.

12. Modification ou suppression de vos données personnelles

1. Appuyez sur le bouton pour mettre l'unité sous tension.

L'unité s'allume. Le numéro personnel « 1 » clignote.

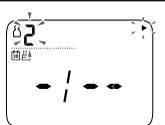


2. Sélectionnez votre numéro personnel

Appuyez sur le bouton  pour sélectionner le numéro personnel.



Si la date de naissance (- / - -) est affichée, vos données personnelles ne sont pas enregistrées dans votre numéro personnel. Enregistrez vos données personnelles. (Reportez-vous à la section 5.)



3. Appuyez sur le bouton pour confirmer le numéro personnel.

« 0.0 kg » s'affiche.

4. Appuyez sur le bouton .

« CHANGE » et « DEL » clignotent.



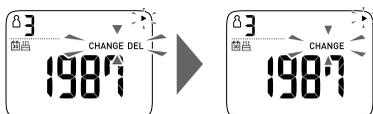
5. Sélectionnez « CHANGE » (Modifier) pour modifier les données personnelles ou « DELETE » (Supprimer) pour les supprimer

- Même si les données personnelles sont modifiées, les résultats de mesure ne sont ni modifiés ni supprimés. Si vous utilisez un numéro personnel qui a été utilisé par une autre personne, supprimez les données personnelles puis enregistrez les nouvelles données personnelles.

Modifier vos données personnelles

(Les résultats de mesure ne seront pas supprimés)

1. Appuyez sur le bouton pour sélectionner « CHANGE »



2. Appuyez sur le bouton

L'année clignote.



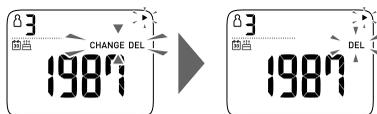
3. Modifiez la « date de naissance », le « sexe » et la « taille » comme indiqué dans les étapes 3 à 5 de la section 5.

- Pour arrêter toute modification en cours, appuyez sur le bouton  (2 secondes ou plus) pour mettre l'unité hors tension.
- Les résultats de mesure ne seront pas modifiés.

Supprimer vos données personnelles

(Les résultats de mesure seront également supprimés)

1. Appuyez sur le bouton pour sélectionner « DEL »

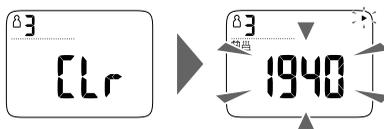


2. Appuyez sur le bouton

 clignote.



3. Appuyez une nouvelle fois sur le bouton



Le cas échéant

13. Suppression des paramètres de communication

Si vous souhaitez cesser d'utiliser l'application « OMRON connect » ou supprimer les paramètres de communication de votre appareil intelligent, veuillez procéder de la manière suivante. Tous les paramètres de communication enregistrés dans l'unité seront supprimés.

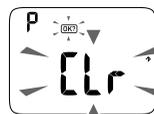
1. Appuyez sur le bouton  et maintenez-le enfoncé pendant plus de 2 secondes.

« P » et le symbole Bluetooth clignotent.



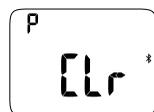
2. Appuyez une nouvelle fois sur le bouton  et maintenez-le enfoncé pendant plus de 2 secondes.

« OK? » et « CLr » clignotent.



3. Appuyez sur le bouton  pour confirmer.

L'unité s'éteint si elle n'est pas utilisée dans un délai de 10 secondes après affichage de « CLr ».



Le cas échéant

14. Maintenance et stockage

Nettoyage de l'unité

- Veillez à la propreté de l'unité avant utilisation.
- Essuyez l'unité à l'aide d'un chiffon doux et sec. Si nécessaire, utilisez un chiffon humecté d'eau ou de détergent et essorez-le bien avant d'essuyer l'unité, puis essuyez cette dernière à l'aide d'un chiffon sec.
- N'utilisez pas de benzène ou de diluant, ni d'autres solvants volatils, pour nettoyer l'unité.
- Ne lavez pas l'unité avec de l'eau.

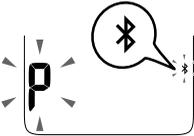
Entretien et stockage

- Ne rangez pas l'unité dans les conditions suivantes :
 - Humidité, avec risque de pénétration d'humidité ou d'eau dans l'unité
 - Températures élevées, exposition directe au soleil ou endroits poussiéreux
 - Endroits présentant un risque de chocs soudains ou de vibrations
 - Endroits où sont rangés des produits chimiques ou dans lesquels des gaz corrosifs sont présents
- N'effectuez pas de réparations de quelque nature que ce soit par vous-même. Ce produit est étalonné au moment de la fabrication. Si vous doutez à un moment quelconque de la précision des mesures, veuillez-vous adresser à votre revendeur OMRON agréé. Il est généralement recommandé de faire inspecter l'appareil tous les 2 ans afin de garantir son bon fonctionnement et sa précision.

15. Dépannage

Si l'un des problèmes ci-dessous se produit pendant la mesure, vérifiez avant tout qu'aucun autre appareil électrique ne se trouve à moins de 30 cm. Si le problème persiste, reportez-vous au tableau ci-dessous.

Affichage des erreurs	Cause	Solution
Err 1	Vous êtes descendu du plateau pendant la mesure de la composition corporelle.	Ne descendez pas du plateau avant que la mesure de la composition corporelle soit terminée. (Reportez-vous à la section 6.)
	Vos plantes de pieds ne sont pas bien en contact avec les électrodes.	Veillez à vous positionner correctement sur le plateau, en plaçant bien les plantes des pieds sur les électrodes lors de la réalisation d'une mesure. (Reportez-vous à la section 6.)
Err 2	Votre position n'est pas correcte pour une mesure, vos plantes de pieds ne sont pas bien en contact avec les électrodes ou vos plantes de pieds étaient sèches.	Tenez-vous avec le dos et les genoux bien droits. Gardez les pieds bien en contact avec les électrodes et ne bougez pas les pieds lors de la réalisation d'une mesure. (Reportez-vous à la section 6.) Humidifiez légèrement vos plantes de pieds à l'aide d'un linge humide et essayez à nouveau.
Err 5	Après le réglage de la date et de l'heure, l'unité a été touchée ou a été utilisée avant la désactivation automatique de l'affichage.	Retirez puis réinsérez les piles. Redémarrez l'appareil en commençant depuis la section « Synchronisation de l'unité avec votre appareil intelligent ». (Reportez-vous à la section 3.) • Lorsque la date et l'heure sont affichées, ne touchez pas l'appareil avant sa mise hors tension automatique.
	Erreur liée à l'appareil.	Retirez puis réinsérez les piles. Une fois cette opération terminée, redémarrez l'appareil. Si cette erreur continue à s'afficher, consultez votre représentant technique OMRON.
Err 6	Erreur de communication.	Éteignez l'unité et essayez de communiquer à nouveau. Si cette erreur s'affiche à nouveau, prenez contact avec votre représentant technique OMRON.
Err	Vous avez bougé pendant la mesure.	Restez immobile pendant la mesure.
	Votre poids corporel était en dehors de la plage de mesure admissible.	
 Err	Erreur de communication.	Vérifiez l'affichage de votre appareil intelligent et suivez les instructions de l'application « OMRON connect ». Reportez-vous à l'« Aide » de l'application « OMRON connect ».
	Les piles sont faibles.	Il est recommandé de remplacer les piles usagées par des piles neuves plus tôt que prévu. (Reportez-vous à la section 2.)
	Les piles sont déchargées.	Remplacez les piles. (Reportez-vous à la section 2.)

Problème	Cause	Solution
 clignote	entre 24 et 29 jeux de résultats de mesure ont été enregistrés.	Transférez les résultats de mesure dans l'application « OMRON connect », le symbole disparaîtra.
	30 jeux de résultats de mesure ont été enregistrés.	Si le nombre dépasse 30, les résultats les plus anciens sont supprimés. Transférez les résultats de mesure dans l'application « OMRON connect », le symbole disparaîtra.
	Vous avez appuyé sur le bouton  et l'avez maintenu enfoncé pendant plus de 2 secondes.	Ceci s'affiche lorsque vous synchronisez votre unité avec votre appareil intelligent. Suivez les instructions de l'application « OMRON connect ». Appuyez sur le bouton  (2 secondes ou plus) pour arrêter la synchronisation.
	Vous avez appuyé sur le bouton  .	Ceci s'affiche lorsque les données sont transférées vers votre appareil intelligent. Suivez les instructions de l'application « OMRON connect ». Appuyez sur le bouton  (2 secondes ou plus) pour arrêter la transmission.
	Vous avez appuyé sur le bouton  et l'avez maintenu enfoncé pendant plus de 2 secondes alors que « P » et le symbole Bluetooth clignotaient.	Ceci s'affiche lorsque vous supprimez les paramètres de communication. (Reportez-vous à la section 13.) Appuyez sur le bouton  (2 secondes ou plus) pour arrêter l'opération.
Rien ne s'affiche lorsque vous mettez l'unité sous tension. Rien ne s'affiche lorsque vous montez sur l'unité.	L'unité ne contient pas de piles.	Insérez les piles.
	Les piles sont insérées dans le mauvais sens.	Insérez les piles dans le bon sens.
Après remplacement des piles, rien ne s'affiche lorsque l'on monte sur l'unité.	Vous n'avez pas réglé l'unité de mesure, la date et l'heure après avoir remplacé les piles.	Réglez l'unité de mesure, la date et l'heure. (Reportez-vous à la section 4.)
	Votre poids corporel est trop faible. (Moins de 12 kg.)	Sélectionnez un numéro personnel avant d'effectuer une mesure.
« - - - - » s'affiche pour certains résultats.	Les données ou valeurs de composition corporelle enregistrées ne se trouvaient pas dans la plage mesurable.	Vérifiez si la date de naissance, le sexe et la taille sont corrects. Même si ces paramètres sont corrects, « - - - - » s'affiche s'ils ne se situent pas dans la tranche d'âge pouvant être affichée ou prise en charge.

Problème	Cause	Solution
Le résultat de mesure est supérieur ou inférieur au résultat réel. Le résultat varie fortement à chaque mesure.	Votre posture est incorrecte durant la mesure.	Effectuez une mesure en prenant une posture correcte.
	Vous effectuez une mesure sur un tapis ou sur une surface rembourrée, ou sur un sol inégal.	Prenez les mesures sur un sol dur et plat.
	Vos plantes de pieds et votre corps sont froids, ce qui gêne la circulation sanguine.	Réchauffez votre corps afin de ramener la circulation sanguine à la normale avant d'effectuer une mesure.
	Les électrodes aux pieds sont très froides.	Laissez l'unité dans une pièce chaude pendant un moment avant d'effectuer une mesure.
	Vos plantes de pieds sont sèches.	Humidifiez légèrement vos plantes de pieds à l'aide d'un linge humide avant d'effectuer une mesure.
	La « correction 0 kg » n'a pas été exécutée correctement.	Exécutez la « correction 0 kg ». (Reportez-vous à la section 6,3.)
Vous n'êtes pas reconnu(e) correctement.	Votre poids corporel a fortement changé depuis la dernière mesure.	Sélectionnez un numéro personnel avant d'effectuer une mesure. (Reportez-vous à la section 9.)
	Votre type corporel est similaire à celui d'une autre personne enregistrée.	
	Les résultats de mesure d'un autre utilisateur ont été enregistrés.	
Vous voulez mesurer la composition corporelle, mais seul le poids corporel s'affiche.	Le numéro personnel ou GUEST n'est pas sélectionné. (Le numéro personnel ou GUEST n'est pas affiché.)	Sélectionnez un numéro personnel ou GUEST avant d'effectuer une mesure.
Un bouton ne réagit pas.	Vous avez appuyé sur un bouton alors que vous vous trouviez sur l'unité.	Descendez de l'unité et pressez un bouton.
	Le bouton est humide ou contaminé.	Éliminez l'eau ou la tache avant d'effectuer une mesure.
	Vous avez appuyé sur deux boutons ou plus simultanément.	Appuyez sur un seul bouton à la fois.
Même si vous ne faites rien, l'unité s'éteint.	Reportez-vous à la section « Mise hors tension ». (Reportez-vous à la section 2.)	
Échec de l'émission de données	Reportez-vous à l'« Aide » de l'application « OMRON connect ».	

16. Données techniques

Catégorie de produit	Analyseurs de composition corporelle	
Description du produit	Moniteur de composition corporelle	
Modèle (réf.)	VIVA (HBF-222T-EBK)	
Affichage*	Poids corporel :	2,0 à 150,0 kg par pas de 0,1 kg (4,4 à 330,0 lb par pas de 0,2 lb) (0 st 4,4 lb à 23 st 8,0 lb par pas de 0,2 lb)
	Pourcentage de graisse corporelle :	5,0 à 60,0 % par pas de 0,1 %
	Pourcentage de muscle squelettique :	5,0 à 50,0 % par pas de 0,1 %
	IMC :	7,0 à 90,0 par pas de 0,1
	Métabolisme au repos :	385 à 3999 kcal par pas de 1 kcal
	Niveau de graisse viscérale :	30 niveaux par pas de 1 niveau
	Pourcentage de graisse corporelle, pourcentage de muscle squelettique et classification IMC : – (Faible) / 0 (Normal) / + (Élevé) / ++ (Très élevé) 4 niveaux	
	Classification du niveau de graisse viscérale : 0 (Normal) / + (Élevé) / ++ (Très élevé) 3 niveaux	
	* La tranche d'âge pour le pourcentage de graisse corporelle et la classification du pourcentage de graisse corporelle est de 10 à 80 ans.	
	* La tranche d'âge pour le pourcentage de muscle squelettique, la classification du pourcentage de muscle squelettique, le niveau de graisse viscérale, la classification du taux de graisse viscérale et le métabolisme au repos est de 18 à 80 ans.	
Protocole de transmission	Technologie Bluetooth® à basse consommation	
Communication sans fil	Plage de fréquences :	2,4 GHz (2400 - 2483,5 MHz)
	Modulation :	GFSK
	Puissance apparente rayonnée :	<20 dBm
Réglage des éléments*	Il est possible d'enregistrer les informations suivantes pour un maximum de 4 personnes.	
	Unité de mesure	kg&cm / lb&inch / st-lb&inch
	Date de naissance	1er janvier 1900 au 31 décembre 2045
	Sexe	Homme / Femme
	Taille	100,0 à 199,5 cm par pas de 0,5 cm (3' 4" à 6' 6 1/2" par pas de 1/4")
	* Lorsqu'une personne mesure moins de 100,0 cm ou plus de 199,5 cm : le calcul de l'IMC et la mesure de la composition corporelle ne sont présentés qu'à titre de référence.	
Précision du poids	2,0 kg à 40,0 kg : ± 0,4 kg (4,4 lb à 88,2 lb : ± 0,88 lb) (4,4 lb à 6 st 4,2 lb : ± 0,88 lb)	
	40,0 kg à 150,0 kg : ± 1 % (88,2 lb à 330,0 lb : ± 1 %) (6 st 4,2 lb à 23 st 8,0 lb : ± 1 %)	
Précision (S.E.E.)	Pourcentage de graisse corporelle :	3 %
	Pourcentage de muscle squelettique :	3,5 %
	Niveau de graisse viscérale :	2 niveaux
Durée de conservation	5 ans	

Classification IP	IP21* * La classification IP est le classement des degrés de protection assurés par les enveloppes, conformément à la norme CEI 60529. Cet appareil est protégé contre les corps étrangers solides de diamètre supérieur ou égal à 12,5 mm, comme par exemple un doigt de la main. Cet appareil est protégé contre les chutes verticales de gouttes d'eau susceptibles de provoquer des problèmes pendant un fonctionnement normal.
Alimentation électrique	4 piles alcalines AAA (LR03)
Durée de vie des piles	Environ 6 mois (lorsque des piles alcalines AAA sont utilisées à raison de quatre mesures, quatre transferts de données et quatre personnes par jour à une température ambiante de 23 °C)
Température/humidité/Pression atmosphérique de fonctionnement	+5 °C à +40 °C, 30 % à 85 % HR (sans condensation), 860 hPa - 1060 hPa
Température/humidité/pression atmosphérique de stockage et de transport	-20 °C à +60 °C, 10 % à 95 % HR (sans condensation), 860 hPa - 1060 hPa
Poids	Environ 1,6 kg (avec les piles)
Dimensions externes	Environ 285 (L) × 28 (H) × 280 mm (P) (Environ 11 1/5" (L) × 1 1/10" (H) × 11" (P))
Table des matières	Moniteur de composition corporelle, 4 piles alcalines AAA (LR03), instructions de configuration, mode d'emploi

Remarque

- Soumis à des modifications techniques sans préavis.

CE 0197

Ce dispositif répond aux dispositions de la Directive CE 93/42/CEE (directive relative aux dispositifs médicaux).



Ce produit fonctionne dans la bande ISM sans licence à 2,4 GHz. Si ce produit est utilisé à proximité d'autres dispositifs sans fil, y compris un four à micro-ondes et un réseau LAN sans fil, qui utilisent la même bande de fréquences que ce produit, des interférences peuvent se produire entre ce produit et ces autres dispositifs. Si des interférences se produisent, veuillez cesser d'utiliser les autres dispositifs ou déplacez ce produit avant de l'utiliser, ou n'utilisez pas ce produit à proximité des autres dispositifs sans fil.



La marque verbale et les logos **Bluetooth**® sont des marques déposées détenues par Bluetooth SIG, Inc. et l'utilisation de ces marques par OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. se fait sous licence.

OMRON HEALTHCARE Co., Ltd., déclare par la présente que le type d'équipement radio VIVA (HBF-222T-EBK) est conforme à la directive 2014/53/UE.

Le texte intégral de la déclaration de conformité UE peut être consulté à l'adresse Internet suivante : www.omron-healthcare.com.

Apple et le logo Apple sont des marques commerciales de Apple Inc., enregistrées aux États-Unis et dans d'autres pays.

App Store est une marque de service de Apple Inc.

Android, le logo Google Play sont des marques commerciales de Google Inc.

Informations importantes sur la compatibilité électromagnétique (CEM)

HBF-222T-EBK fabriqué par OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. est conforme à la norme EN60601-1-2:2015 Compatibilité électromagnétique (CEM). D'autres documents relatifs à la norme CEM sont disponibles auprès d'OMRON HEALTHCARE EUROPE à l'adresse indiquée dans le présent mode d'emploi ou sur www.omron-healthcare.com. Se reporter aux informations relatives à la norme CEM pour HBF-222T-EBK, disponibles sur le site Web.

FR

Garantie

OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V. garantit ce produit 3 ans à compter de la date d'achat. La garantie ne couvre pas les piles, l'habillage et/ou les dommages, quels qu'ils soient, résultant d'une utilisation incorrecte (comme une chute ou un choc physique) par l'utilisateur. Les produits faisant l'objet d'une réclamation ne seront remplacés que s'ils sont accompagnés de la facture/du ticket de caisse d'origine.

Mise au rebut correcte de ce produit

(Déchets d'équipements électriques et électroniques)



Ce symbole sur le produit ou sa documentation indique qu'il ne doit pas être éliminé 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. Vous favoriserez ainsi la réutilisation durable des ressources matérielles.

Les particuliers sont invités à contacter le distributeur leur ayant vendu le produit ou à se renseigner auprès de leur mairie pour savoir où et comment ils peuvent se débarrasser de ce produit afin qu'il soit recyclé en respectant l'environnement.

Les entreprises sont invitées à contacter leurs fournisseurs et à consulter les conditions de leur contrat de vente. Ce produit ne doit pas être éliminé avec les autres déchets commerciaux.

Ce produit ne contient aucune substance dangereuse.

La mise au rebut des piles usagées doit être effectuée conformément aux réglementations nationales relatives à la mise au rebut des piles.

Description des symboles pouvant figurer, en fonction du modèle, sur le produit même, le conditionnement de vente du produit ou dans le ME.

	Pièce appliquée - Type BF Degré de protection contre les chocs électriques (courant de fuite)		Numéro de série
IP XX	Indice de protection donné par la norme CEI 60529		Limitation de température
	Marquage CE		Limitation d'humidité
	Symbole GOST-R		Limitation de pression atmosphérique
	Symbole de conformité eurasienne		Courant continu
	L'utilisateur doit consulter le mode d'emploi		Ce produit ne peut pas être utilisé par des personnes portant des implants médicaux tels que stimulateurs cardiaques, cœur/poumon artificiels ou autres équipements de survie électroniques.

La date de production du produit est intégrée dans un numéro de série figurant sur le conditionnement de vente : les 4 premiers chiffres indiquent l'année de production, les 2 suivants le mois de production.



17. Informations sur la composition corporelle

Principe du calcul de la composition corporelle

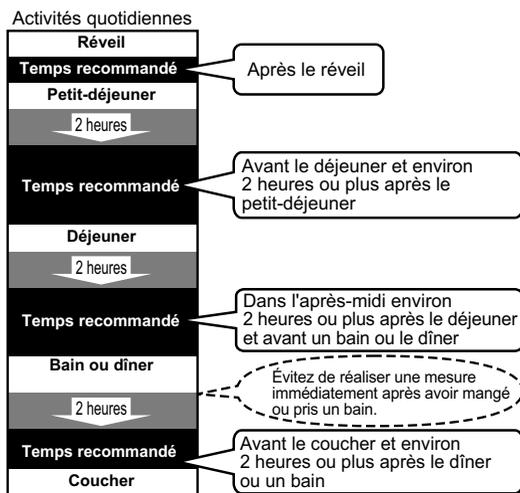
La graisse corporelle a une faible conductivité électrique

L'unité VIVA 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 VIVA envoie un courant électrique extrêmement faible de 50 kHz et inférieur à 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 VIVA.

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

Périodes de mesure recommandées

Comprendre les changements normaux de votre pourcentage de graisse corporelle peut vous aider à prévenir ou à réduire l'obésité. 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. (Voir le tableau)



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.

$$\text{IMC} = \text{poids (kg)} / \text{taille (m)} / \text{taille (m)}$$

L'unité OMRON VIVA utilise les informations relatives à la taille qui sont stockées dans votre numéro personnel ou lors de la saisie d'informations en mode Invité afin de calculer votre classification IMC. Si le niveau de graisse révélé par l'IMC est supérieur à la norme internationale, la probabilité que vous contractiez des maladies communes est plus élevée. L'IMC ne révèle toutefois pas tous les types de graisse.

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

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

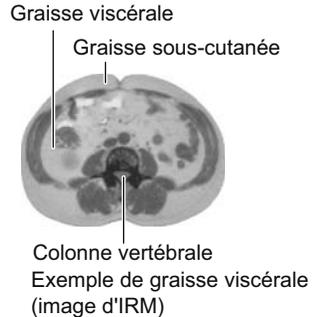
$$\text{Pourcentage de graisse corporelle (\%)} = \left\{ \frac{\text{masse grasseuse corporelle (kg)}}{\text{poids corporel (kg)}} \right\} \times 100$$

L'unité VIVA utilise la méthode IB pour estimer votre pourcentage de graisse corporelle. Selon les endroits où elle se loge dans le corps, la graisse est classée comme graisse viscérale ou comme graisse sous-cutanée.

Qu'est-ce que le niveau de graisse viscérale ?

Graisse viscérale = graisse entourant les organes internes

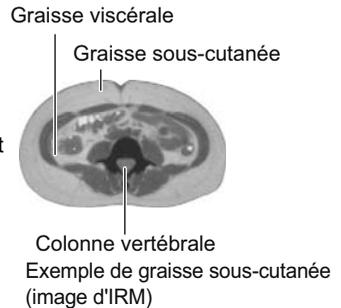
Il est estimé qu'une trop grande quantité de graisse viscérale est étroitement liée à des niveaux accrus de graisse dans le flux sanguin, qui peut être cause de maladies communes telles que l'hyperlipidémie et le diabète, qui affectent la capacité de l'insuline à transférer l'énergie depuis le flux sanguin et à l'utiliser dans les cellules. Pour prévenir ou améliorer les conditions des maladies communes, il est important de réduire à un niveau acceptable les niveaux de graisse viscérale. Les personnes présentant des niveaux élevés de graisse viscérale ont souvent un ventre proéminent. Ceci n'est toutefois pas toujours le cas et des niveaux élevés de graisse viscérale peuvent donner naissance à une obésité métabolique. L'obésité métabolique (obésité viscérale avec un poids normal) correspond à des niveaux de graisse plus élevés que la moyenne, même si le poids d'une personne est inférieur ou égal au poids normal pour sa taille.



Qu'est-ce que la graisse sous-cutanée ?

Graisse sous-cutanée = graisse située sous la peau

La graisse sous-cutanée ne s'accumule pas seulement autour de l'estomac, mais aussi au niveau des bras, des hanches et des cuisses, et peut altérer les proportions du corps. Bien qu'elle ne soit pas directement liée à une augmentation du risque de maladie, il est estimé qu'elle augmente la pression sur le cœur et qu'elle est source d'autres complications. La graisse sous-cutanée n'est pas affichée par cette unité, mais elle est incluse dans le pourcentage de graisse corporelle.



Qu'est-ce que le muscle squelettique ?

Le muscle est divisé en deux types : le muscle des organes internes, comme le cœur, et le muscle squelettique fixé aux os servant à mouvoir le corps. Il est possible d'augmenter le muscle squelettique par l'exercice et d'autres activités. L'augmentation du taux de muscle squelettique signifie que le corps peut brûler de l'énergie plus facilement, diminuant ainsi la probabilité qu'elle se transforme en graisse et facilitant par là même un mode de vie énergétique.

Qu'est-ce que le métabolisme au repos ?

Quel que soit votre niveau d'activité, un niveau minimum d'apport calorique est requis pour subvenir aux fonctions quotidiennes de l'organisme. Ce niveau, appelé métabolisme au repos, indique la quantité de calories que vous devez ingérer pour fournir à votre corps suffisamment d'énergie pour son fonctionnement.

18. Diagrammes d'interprétation des résultats de mesure

Interprétation du résultat du pourcentage de graisse corporelle

	Âge	- (Faible)	0 (Normal)	+ (Élevé)	++ (Très élevé)
Femme	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 %	
Homme	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 %	

FR

HD McCarthy et al, International Journal of Obesity, Vol. 30, 2006, et Gallagher et al., American Journal of Clinical Nutrition, Vol. 72, Sept. 2000, la graisse corporelle étant classée en quatre niveaux par OMRON HEALTHCARE.

Interprétation du résultat du niveau de graisse viscérale

Niveau de graisse viscérale	Classification du niveau
1 - 9	0 (Normal)
10 - 14	+ (Élevé)
15 - 30	++ (Très élevé)

D'après les chiffres obtenus par OMRON HEALTHCARE.

Interprétation du résultat du pourcentage de muscle squelettique

	Âge	- (Faible)	0 (Normal)	+ (Élevé)	++ (Très élevé)
Femme	18 - 39	< 24,3 %	24,3 - 30,3 %	30,4 - 35,3 %	≧ 35,4 %
	40 - 59	< 24,1 %	24,1 - 30,1 %	30,2 - 35,1 %	≧ 35,2 %
	60 - 80	< 23,9 %	23,9 - 29,9 %	30,0 - 34,9 %	≧ 35,0 %
Homme	18 - 39	< 33,3 %	33,3 - 39,3 %	39,4 - 44,0 %	≧ 44,1 %
	40 - 59	< 33,1 %	33,1 - 39,1 %	39,2 - 43,8 %	≧ 43,9 %
	60 - 80	< 32,9 %	32,9 - 38,9 %	39,0 - 43,6 %	≧ 43,7 %

D'après les chiffres obtenus par OMRON HEALTHCARE.

Interprétation du résultat de l'IMC

IMC	IMC (désignation selon l'OMS)
< 18,5	- (Poids insuffisant)
18,5 - 24,9	0 (Normal)
25 - 29,9	+ (Excédent de poids)
≧ 30	++ (Obésité)

<p>Fabricant</p> 	<p>OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. 53, Kunotsubo, Terado-cho, Muko, KYOTO, 617-0002 JAPON</p>		
<p>Mandataire dans l'UE</p> <table border="1" data-bbox="90 922 199 967"> <tr> <td data-bbox="90 922 141 967">EC</td> <td data-bbox="141 922 199 967">REP</td> </tr> </table>	EC	REP	<p>OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V. Scorpius 33, 2132 LR Hoofddorp, PAYS-BAS www.omron-healthcare.com</p>
EC	REP		
<p>Site de production</p>	<p>Krell Precision (Yangzhou) Co., Ltd. No.28, Xingyang Road, Economic Development Zone, Yangzhou Jiangsu 225009, Chine</p>		
<p>Succursales</p>	<p>OMRON HEALTHCARE UK LTD. Opal Drive, Fox Milne, Milton Keynes, MK15 0DG, ROYAUME-UNI www.omron-healthcare.com</p>		
	<p>OMRON MEDIZINTECHNIK HANDELSGESELLSCHAFT mbH Konrad-Zuse-Ring 28, 68163 Mannheim, ALLEMAGNE www.omron-healthcare.com</p>		
	<p>OMRON SANTÉ FRANCE SAS 14, rue de Lisbonne, 93561 Rosny-sous-Bois Cedex, FRANCE Uniquement pour le marché français : OMRON Service Après Vente N° Vert 0 800 91 43 14 www.omron-healthcare.com</p>		

Fabriqué en Chine