

Garantía limitada por cinco (5) años

Taylor® garantiza este producto contra defectos en los materiales y en la mano de obra durante 5 (cinco) años para el comprador original, a partir de la fecha de compra original (exclusión de las baterías). No cubre daños ni desgastes que sean consecuencia de accidentes, uso inadecuado, abuso, uso comercial ni ajustes y/o reparaciones no autorizadas. No la devuelva al vendedor minorista. Si esta báscula requiere mantenimiento (o cambio a nuestro entender) mientras esté en garantía, sírvase empacar el artículo cuidadosamente y envíelo con el franqueo pagado, junto con el recibo de la tienda en el que aparezca la fecha de compra y una nota explicando el motivo de la devolución a:

**Taylor Precision Products
2220 Entrada Del Sol, Suite A
Las Cruces, New Mexico 88001 USA**

No existen garantías expresas excepto las enunciadas anteriormente. Esta garantía le otorga derechos legales específicos y es posible que usted tenga otros derechos que varíen de un estado a otro. Para obtener información adicional sobre el producto, o información de la garantía en otro sitio fuera de los EE.UU., sírvase contactarnos a través de www.taylorusa.com.

©2012 Taylor Precision Products y sus compañías afiliadas, todos los derechos reservados. HoMedics® es una marca comercial registrada de HoMedics, Inc., y Progress Tracker™ es una marca registrada de HoMedics, Inc. y sus compañías afiliadas. Todos los derechos reservados.

**Fabricado en China.
No es legal para uso comercial.**

Distribuido por
Taylor Precision Products, Inc.
Oak Brook, IL 60523, U.S.A.

HOMEDICS®

ProgressTracker™ Digital Scale



**Instruction Manual and
Warranty Information**

SC-373

El manual en
español empieza
a la página 9

5 Year
Limited Warranty

Thank you for your HoMedics Digital Scale purchase. This, like the entire HoMedics product line, is built with high-quality craftsmanship to provide years of dependable service. We hope you will find it to be the finest product of its kind.

First Time Setup

1. This scale operates on four AA batteries (included). Install batteries before proceeding. Be sure to observe proper +/- polarities as marked inside the battery compartment.
2. Some models have a static cling label on the lens to prevent scratching. Remove before use.
3. Set the "LB/KG/ST" unit of measure switch located on the back of the scale for pounds, kilograms or stones.
NOTE: The switch is pre-set to pounds.
4. The scale needs to be initialized before first use or after battery installation. Step lightly on the scale platform disregarding the reading and step off. Wait for the scale to automatically turn off. The scale is now ready for use.
NOTE: The scale may need to be initialized if it is moved or bumped.

Helpful Hints:

It is normal for your weight to fluctuate during the day and from one day to another. Slight changes in your weight are normal. For best results:

1. Weigh yourself without clothing whenever possible. Clothes can vary in weight.
2. Weigh yourself at the same time of day under the same conditions.
3. Allow for weight fluctuations due to food or drink in your system.

Getting Started - Setting "Starting Weight"

Place the scale on a flat, hard surface. Carpeted or uneven floors may affect accuracy. Decide what MEMORY Location you would like (1-4).

1. With scale off, press the SET BUTTON and use the ▼ or ▲ BUTTON to select MEMORY Location.
2. Press and hold SET button until 0.0 appears in the top display window.
3. Step on the scale. Use caution, so it does not tip. Be careful that the floor is not wet, or the scale may move. Place feet evenly on platform (Figure 1). Stand still while the scale measures CURRENT weight. Both CURRENT weight and LAST weight are displayed.
NOTE: 0.0 will show in LAST weight display window.
4. Scale turns off automatically.
5. Repeat steps 1-4 above to set the Starting Weight for other users.



Figure 1

To prevent accidentally deleting a Starting Weight, you can not set the Starting Weight if a user MEMORY location is already taken. Use a different MEMORY location or refer to the **Delete Starting Weight From Memory** section, on page 3.

Using the Scale – ProgressTracker Mode

1. With scale off, press the SET BUTTON.
2. Use the ▼ or ▲ BUTTON to find your personal Starting Weight MEMORY Location (1-4).
3. Press and hold SET button until 0.0 appears in the top display window.
4. Step on the scale.
5. CURRENT Weight and LAST Weight will show for 4 seconds (Figure 4).
6. Next, Pounds Lost Since LAST Weight and % of Pounds Lost Since LAST Weight will show for 4 seconds (Figure 5).
7. Finally, TOTAL Pounds Lost Since Starting Weight and TOTAL % of Pounds Lost Since Starting Weight will show for 4 seconds (Figure 6).

NOTE: This step will only appear if you have weighed yourself at least twice since setting your Starting Weight.

8. Scale turns off automatically.

NOTE: Pounds lost and % of pounds lost will show as a negative number under the ▼ symbol. Pounds gained and % of pounds gained will show as a positive number under the ▲ symbol.

As the scale is used for an extended period of time, changes in weight will be displayed on three consecutive screens. See **Example 1** on Page 4.

Using the Scale – Weight-Only Mode

1. Step on the scale and stand still.
2. Weight will lock in, flash, and display for 10 seconds.
3. Scale turns off automatically.

Using the Scale – Delete Starting Weight From Memory

1. With scale off, press the SET, ▼ and ▲ BUTTONS at the same time until dE + USER 1 appears in the top display window (Figure 2).
2. To delete USER 1, press and hold the SET BUTTON until PASS appears in the display window (Figure 3).
3. If you do NOT want to delete USER 1, wait for the display to cycle through each MEMORY Location. When the MEMORY Location you want is shown on the display, press and hold the SET BUTTON until PASS shows on the display. PASS confirms the MEMORY location data has been deleted.
Scale will turn off automatically once all MEMORY locations have cycled through.
4. To set a new Starting Weight, see **Getting Started – Setting “Starting Weight”**.

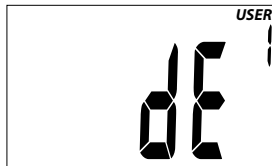


Figure 2



Figure 3

EXAMPLE 1: Three months ago, USER 3 had a Starting Weight of 145.6 lbs. She last weighed herself one week ago and weighed 131.4 lbs. Today, she weighs 127.2 lbs.

1. First, her CURRENT and LAST weight, in pounds, are shown on the screen (Figure 4).
2. Next, the amount of weight she has lost (indicated by the ▼ symbol) since she last weighed herself one week ago, is shown on the screen, as both pounds and percentage of weight lost (Figure 5).
3. Finally, the TOTAL amount of weight she has lost since Day 1, is shown on the screen, as both TOTAL pounds lost and TOTAL percentage of weight lost (Figure 6).

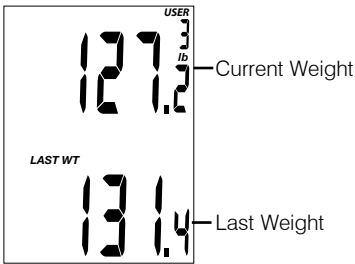
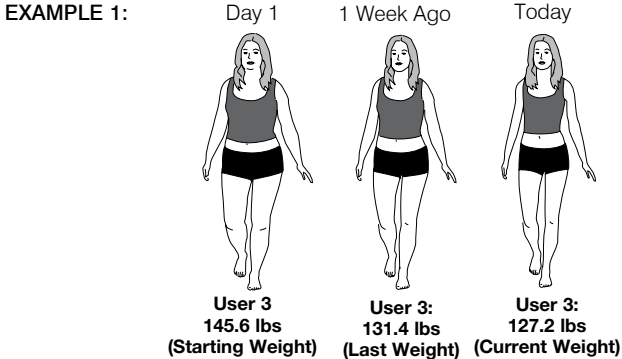


Figure 4

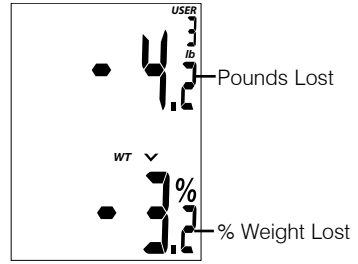


Figure 5

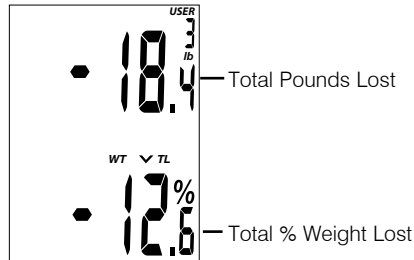


Figure 6

Reaching Target Weight

Maintaining proper weight is essential to healthy living. The Body Mass Index (BMI) is the most widely accepted measurement of weight according to health professionals. Use the chart below to determine your own BMI by matching your height in the left hand column with your weight in the top row. Your BMI is represented by the number that is a match between your height and your weight. Remember to eat right and exercise.

Body Mass Index

		BODY WEIGHT (lbs.)																																						
		100	110	120	130	140	150	160	170	180	190	200	210	220	230	240	250	260	270	280	290	300	310	320	330	340	350	360	370	380	390	400								
HEIGHT (ft./in.)	5'0"	19	21	23	25	27	29	31	33	35	37	39	41	43	45	47	49	51	53	55	57	59	61	63	65	67	69	71	72	74	76	78								
	5'1"	18	20	22	24	26	28	30	32	34	36	37	39	42	44	45	47	49	51	53	55	57	59	61	63	64	66	68	70	72	74	76								
	5'2"	18	20	22	23	25	27	29	31	33	34	36	38	40	42	44	46	48	50	51	53	55	57	59	61	62	64	66	68	70	72	73								
	5'3"	17	19	21	23	24	26	28	30	32	33	35	37	39	41	43	44	46	48	50	52	53	55	57	59	60	62	64	66	67	69	71								
	5'4"	17	18	20	22	24	25	27	29	31	32	34	36	38	40	41	43	45	46	48	50	52	53	55	57	59	60	62	64	65	67	69								
	5'5"	16	18	20	21	23	25	26	28	30	31	33	35	37	38	40	42	43	45	47	48	50	52	53	55	57	58	60	62	63	65	67								
	5'6"	16	17	19	21	22	24	25	27	29	30	32	34	36	37	39	40	42	44	45	47	49	50	52	53	55	57	58	60	62	63	65								
	5'7"	15	17	18	20	22	23	25	26	28	29	31	33	35	36	38	39	41	42	44	46	47	49	50	52	53	55	57	58	60	61	63								
	5'8"	15	16	18	19	21	22	24	25	27	28	30	32	34	35	37	38	40	41	43	44	46	47	49	50	52	53	55	56	58	59	61								
	5'9"	14	16	17	19	20	22	23	25	26	28	29	31	33	34	36	37	39	40	41	43	44	46	47	49	50	52	53	55	56	58	59								
	5'10"	14	15	17	18	20	21	23	24	25	27	28	30	32	33	35	36	37	39	40	42	43	45	46	47	49	50	52	53	55	56	58								
	5'11"	14	15	16	18	19	21	22	23	25	26	28	29	31	32	34	35	36	38	39	41	42	43	45	46	48	49	50	52	53	55	56								
	6'0"	13	14	16	17	19	20	21	23	24	25	27	28	30	31	33	34	35	37	38	39	41	42	44	45	46	48	49	50	52	53	54								
	6'1"	13	14	15	17	18	19	21	22	23	25	26	27	29	30	32	33	34	36	37	38	39	41	42	44	45	46	48	49	50	52	53								
	6'2"	12	14	15	16	18	19	20	21	23	24	25	27	28	30	31	32	33	35	36	37	39	40	41	42	44	45	46	48	49	50	51								
	6'3"	12	13	14	16	17	18	19	21	22	23	24	26	28	29	30	31	33	34	35	36	38	39	40	41	43	44	45	46	48	49	50								
	6'4"	12	13	14	15	17	18	19	20	21	23	24	26	27	28	29	31	32	33	34	35	37	38	39	40	41	43	44	45	46	48	49								
	6'5"	11	13	14	15	16	17	19	20	21	22	24	25	26	27	29	30	31	32	33	34	36	37	38	39	40	42	43	44	45	46	48								

BMI Ranges

(For adults 20 yrs. & older)

- Underweight: Less than 18.5
- Normal: 18.5-24.9
- Overweight: 25.0-29.9
- Obese: 30.0-39.9
- Extremely Obese: Greater than 40.0

NOTE: BMI has some limitations. It can overestimate body fat in people who are very muscular, and it can underestimate body fat in people who have lost muscle mass, such as the elderly. Consult your physician to determine what is most ideal for you.

Low Battery

This scale is equipped with a low battery indicator. Replace the batteries when “Lo” is displayed or readings grow dim or become irregular.

Battery Replacement

1. Use 4 AA batteries only.
2. Open battery compartment on bottom of unit by pushing tab in direction of “open” arrow and lifting up hinged lip.
3. Remove old batteries from compartment.
4. When installing batteries, observe proper +/- polarities as marked inside the battery compartment. Incorrect battery installation may cause damage to the unit. Do not mix different types of batteries together (e.g. alkaline with carbon-zinc or old batteries with new).
5. Close the battery cover. Be sure it clicks shut.



BATTERY PRECAUTIONS

- Do not mix old and new batteries.
- Do not mix alkaline, standard (carbon-zinc), or rechargeable (ni-cad, ni-mh, etc) batteries.
- Clean the battery contacts and also those of the device prior to battery installation.
- Remove used batteries promptly.
- If the unit is not going to be used for a long period of time, remove batteries to prevent damage due to possible battery leakage.

NOTE: Please recycle or dispose of batteries per local regulations.

WARNING: Batteries may pose a choking hazard. Do not let children handle batteries.

Trouble Shooting

In Case of Difficulty...

1. Move scale to a location where it will not be bumped. If scale is bumped while being activated or while in use, an inaccurate reading may occur. Initialize the scale as described in **First Time Setup #4**.
2. Make sure the batteries are properly installed.

Note: Special Displays

Err	Weight Mode: Unstable weight, begin again
OL	Weight over load; remove weight immediately
Lo	Low battery; Replace batteries

Precautions

1. Clean exposed parts with a soft, slightly damp cloth. To remove stains, use a mild soap. Never use detergents, excess water, treated cloths, harsh cleaning agents, or sprays.
2. Do not immerse the scale in water.
3. Do not attempt to lubricate or open the scale casing as this will void warranty.
4. Treat the scale with care. It contains sensitive electronic parts. Avoid rough treatment. Do not jump on, drop or kick the scale. Treat it with care to ensure the best performance.
5. This scale is designed to read weights between 25 - 400 lbs, 12 - 180 kgs and 1 st 11 lbs - 28 st 8 lbs in graduations of 0.2 lbs or 0.1 kgs. To prevent damage, do not place more than 400 lbs, 180 kgs or 28 st 8 lb (stones) on it.
6. Do not store the scale where you store cleaning chemicals. The vapors from some household products may affect the electronic components of the scale. Do not store the scale resting on its side.
7. This scale is an extremely sensitive weighing device. In order to prevent run down of the batteries, do not store anything on the scale.
8. Remove the batteries if the scale will not be used for a long period of time.
9. Use care when stepping on the scale so it does not tip.
10. Be careful that the floor is not wet, or the scale may move.

NOTE: This scale is designed for personal use only, not for professional, commercial or industrial use.

This device complies with Part 15 of the FCC Rules. Operation is subject to the following two conditions: (1) this device may not cause harmful interference, and (2) this device must accept any interference received, including interference that may cause undesired operation.

Note: The manufacturer is not responsible for any radio or TV interference caused by unauthorized modifications to this equipment. Such modifications could void the user authority to operate the equipment.

Note: This equipment has been tested and found to comply with the limits for a Class B digital device, pursuant to Part 15 of the FCC Rules. These limits are designed to provide reasonable protection against harmful interference in a residential installation. This equipment generates, uses, and can radiate radio frequency energy and, if not installed and used in accordance with the instructions, may cause harmful interference to radio communications. However, there is no guarantee that interference will not occur in a particular installation. If this equipment does cause harmful interference to radio or television reception, which can be determined by turning the equipment off and on, the user is encouraged to try to correct the interference by one or more of the following measures:

- Reorient or relocate the receiving antenna.
- Increase the separation between the equipment and receiver.
- Connect the equipment into an outlet on a circuit different from that to which the receiver is connected.
- Consult the dealer or an experienced radio/TV technician for help.



Five (5) Year Limited Warranty

This scale is warranted against defects in materials of workmanship five (5) years of the original purchaser from date of retail purchase (excluding batteries). It does not cover damages or wear resulting from accident, misuse, abuse, commercial use, or unauthorized adjustment and/or repair. Do not return to retailer. Should this scale require service (or replacement at our option) while under warranty, please pack the item in the original packaging and return it prepaid, along with store receipt showing date of purchase and a note explaining reason for return to:

**Taylor Precision Products
2220 Entrada Del Sol, Suite A
Las Cruces, New Mexico 88001 USA**

There are no express warranties except as listed above. This warranty gives you specific legal rights, and you may have other rights which vary from state to state. For additional product information, or warranty information outside the USA, please contact us through www.taylorusa.com.

©2012 Taylor Precision Products, Inc. and its affiliated companies, all rights reserved. HoMedics® is a registered trademark, and Progress Tracker™ is a trademark of HoMedics, Inc. and its affiliated companies. All rights reserved.

Made in China.

Not legal for trade.

Distributed by
Taylor Precision Products, Inc.
Oak Brook, IL 60523, U.S.A.

HOMEDICS®

Balanza Digital ProgressTracker™



**Manual de instrucciones e
información de garantía**

SC-373

Garantía limitada de
5 años

Gracias por su compra de la Balanza Digital de HoMedics. Este producto, al igual que toda la línea de productos HoMedics, está fabricado con mano de obra de alta calidad para brindarle años de servicio confiable. Esperamos que lo encuentre como el mejor producto de su clase.

Configuración para el primer uso

1. Esta balanza funciona con cuatro baterías AA (incluidas). Instale las baterías antes de proceder. Asegúrese de respetar la posición correcta de las polaridades +/- como se indica dentro del compartimiento de las baterías.
2. Algunos modelos tienen una etiqueta de adherencia por estática en el lente, para evitar rasguños. Quítela antes de usar.
3. Ajuste el interruptor de la unidad de medida "LB/KG/ST" ubicado al respaldo de la unidad, para libras, kilos o stones.
ATENCIÓN: El interruptor viene preajustado de fábrica para libras.
4. La balanza debe inicializarse antes del primer uso o después de instalar las baterías. Párese con cuidado en la balanza, ignore la lectura, y vuelva a bajarse de ella. Espere hasta que la balanza se apague automáticamente. La balanza está ahora lista para usar.
ATENCIÓN: Puede que la balanza deba inicializarse nuevamente si se mueve o se golpea.

Sugerencias Útiles:

Es normal que su peso fluctúe durante el día y de un día para otro. Unos cambios pequeños de su peso son normales. Para lograr los mejores resultados:

1. Pésese sin ropa cuando sea posible. El peso de la ropa puede variar.
2. Pésese a la misma hora del día y bajo las mismas condiciones.
3. Permita un margen de fluctuación en el peso debido a comidas o bebidas en su organismo.

Para Empezar – Ajuste del “Starting Weight” (Peso inicial)

Coloque la balanza en una superficie firme y plana. Los pisos dispares o con alfombras pueden afectar la precisión. Decida cuál ubicación en MEMORIA usted desea usar (de 1 a 4).

1. Con la balanza apagada, presione el BOTÓN SET (ajuste) y use los BOTONES ▼ o ▲ para seleccionar la ubicación de MEMORIA.
2. Presione y sostenga el botón SET hasta que 0.0 aparezca en la ventana superior de la pantalla.
3. Súbase a la balanza. Ponga cuidado para que la balanza no se vuelque. Cerciérese que el suelo no esté mojado, o la balanza podría moverse. Coloque los pies parejos sobre la plataforma (Figura 1). Quédese quieto mientras la balanza calcula su peso ACTUAL (current). La pantalla muestra ambos, el peso ACTUAL (current) y el MÁS RECIENTE (last).
ATENCIÓN: 0.0 aparece en la ventana del peso MÁS RECIENTE (last).
4. La balanza se apaga automáticamente.
5. Repita los pasos de 1 a 4 de arriba para ingresar el Peso Inicial de otros usuarios.



Figura 1

Para prevenir la cancelación accidental de un Peso Inicial, usted no puede ingresar el Peso Inicial si la posición de MEMORIA de un usuario ya está tomada. Use una ubicación de MEMORIA diferente o refiérase a la sección **Borrar Peso Inicial de la Memoria**, en la página 11.

Uso de la Balanza – Modo ProgressTracker (registro de progreso)

1. Con la balanza apagada, presione el BOTÓN SET.
2. Use los BOTONES ▼ o ▲ para encontrar su ubicación de MEMORIA del Peso Inicial personal (1-4).
3. Presione y sostenga el botón SET hasta que 0.0 aparezca en la ventana superior de la pantalla.
4. Súbase a la balanza.
5. El Peso ACTUAL (current) y MÁS RECIENTE (last) aparecen durante 4 segundos (Figura 4).
6. Luego, Libras perdidas desde el Peso MÁS RECIENTE y el % de libras perdidas desde el Peso MÁS RECIENTE (last) aparecen por 4 segundos (Figura 5).
7. Finalmente, el TOTAL de libras perdidas desde el Peso Inicial y el % TOTAL de libras perdidas desde el Peso Inicial aparecen por 4 segundos (Figura 6).

ATENCIÓN: Este paso sólo aparece si usted se ha pesado al menos dos veces desde que ha ingresado su Peso Inicial.

8. La balanza se apaga automáticamente.

ATENCIÓN: Las libras perdidas y el % de libras perdidas aparecen como números negativos bajo el símbolo ▼. Las libras ganadas y el % de libras ganadas aparecen como números positivos bajo el símbolo ▲.

Cuando la escala se usa durante un largo período de tiempo, los cambios de peso aparecen en tres pantallas consecutivas. Vea **el ejemplo 1** en la página 12.

Uso de la balanza – Modo de Peso Solamente

1. Súbase a la balanza y permanezca quieto.
2. El peso queda fijo, destella y queda en pantalla por 10 segundos.
3. La balanza se apaga automáticamente.

Uso de la balanza – Para borrar el Peso Inicial (Starting Weight) de la memoria

1. Con la balanza apagada, presione los BOTONES SET, ▼ y ▲ al mismo tiempo hasta que dE + USER 1 aparece en la ventana superior (Figura 2).
2. Para borrar el USER 1 (usuario 1), presione y sostenga el BOTÓN SET hasta que PASS aparezca en la ventana de la pantalla (Figura 3).
3. Si NO desea borrar el USER 1, espere que la pantalla pase por cada ubicación de MEMORIA. Cuando la ubicación de MEMORIA que usted desea aparece en pantalla, presione y sostenga el BOTÓN SET hasta que PASS aparezca en pantalla. PASS confirma que los datos en la ubicación de MEMORIA han sido borrados. La balanza se apaga automáticamente una vez que ha pasado por todas las ubicaciones de MEMORIA.
4. Para ingresar un Nuevo Peso inicial (starting weight), vea **Para Empezar – Ajuste del “Starting Weight” (peso inicial)**.

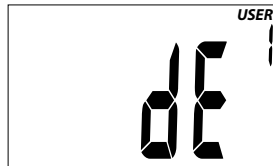


Figura 2

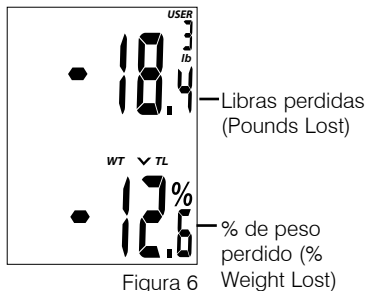
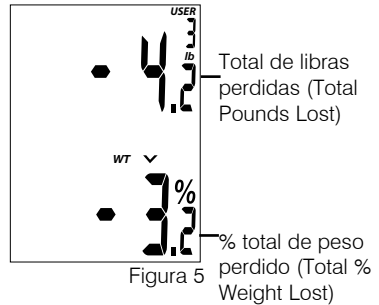
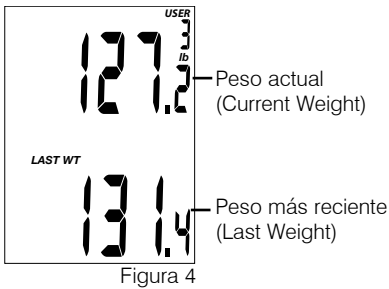
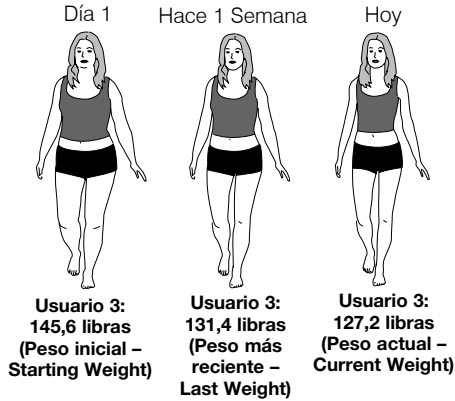


Figura 3

EJEMPLO 1: Hace tres meses, el USUARIO 3 tenía un Peso inicial de 145,6 lbs. Ella se pesó la última vez hace una semana y su peso fue de 131,4 lbs. Hoy, su peso es de 127,2 lbs.

1. Primero aparecen en pantalla su peso ACTUAL (current) y MÁS RECIENTE (last), en libras (Figura 4).
2. Después, aparece en pantalla la cantidad de peso que ella ha perdido (indicado por el símbolo ∇) desde la última vez que ella se pesó hace una semana, en libras y en porcentaje de peso perdido (Figura 5).
3. Finalmente, aparece en pantalla la cantidad TOTAL de peso que ella ha perdido desde el Día 1, como TOTAL de libras perdidas y porcentaje TOTAL de peso perdido (Figura 6).

EJEMPLO 1:



Logrando el Peso Deseado

Mantener el peso apropiado es fundamental para una vida saludable. El Índice de Masa Corporal (BMI) es la medida del peso más comúnmente aceptada según los profesionales de la salud. Use la tabla que aparece debajo para determinar su propio BMI haciendo corresponder su altura en la columna de la izquierda con su peso en la línea de arriba. Su BMI está representado por el número que corresponde entre su altura y su peso. Recuerde comer adecuadamente y hacer ejercicio.

Índice de Masa Corporal (BMI)

PESO CORPORAL (libras)

		100	110	120	130	140	150	160	170	180	190	200	210	220	230	240	250	260	270	280	290	300	310	320	330	340	350	360	370	380	390	400
ALTURA (ft./in.)	5'0"	19	21	23	25	27	29	31	33	35	37	39	41	43	45	47	49	51	53	55	57	59	61	63	65	67	69	71	72	74	76	78
	5'1"	18	20	22	24	26	28	30	32	34	36	37	39	42	44	45	47	49	51	53	55	57	59	61	63	64	66	68	70	72	74	76
	5'2"	18	20	22	23	25	27	29	31	33	34	36	38	40	42	44	46	48	50	51	53	55	57	59	61	62	64	66	68	70	72	73
	5'3"	17	19	21	23	24	26	28	30	32	33	35	37	39	41	43	44	46	48	50	52	53	55	57	59	60	62	64	66	67	69	71
	5'4"	17	18	20	22	24	25	27	29	31	32	34	36	38	40	41	43	45	46	48	50	52	53	55	57	59	60	62	64	65	67	69
	5'5"	16	18	20	21	23	25	26	28	30	31	33	35	37	38	40	42	43	45	47	48	50	52	53	55	57	58	60	62	63	65	67
	5'6"	16	17	19	21	22	24	25	27	29	30	32	34	36	37	39	40	42	44	45	47	49	50	52	53	55	57	58	60	62	63	65
	5'7"	15	17	18	20	22	23	25	26	28	29	31	33	35	36	38	39	41	42	44	46	47	49	50	52	53	55	57	58	60	61	63
	5'8"	15	16	18	19	21	22	24	25	27	28	30	32	34	35	37	38	40	41	43	44	46	47	49	50	52	53	55	56	58	59	61
	5'9"	14	16	17	19	20	22	23	25	26	28	29	31	33	34	36	37	39	40	41	43	44	46	47	49	50	52	53	55	56	58	59
	5'10"	14	15	17	18	20	21	23	24	25	27	28	30	32	33	35	36	37	39	40	42	43	45	46	47	49	50	52	53	55	56	58
	5'11"	14	15	16	18	19	21	22	23	25	26	28	29	31	32	34	35	36	38	39	41	42	43	45	46	48	49	50	52	53	55	56
	6'0"	13	14	16	17	19	20	21	23	24	25	27	28	30	31	33	34	35	37	38	39	41	42	44	45	46	48	49	50	52	53	54
	6'1"	13	14	15	17	18	19	21	22	23	25	26	27	29	30	32	33	34	36	37	38	39	41	42	44	45	46	48	49	50	52	53
	6'2"	12	14	15	16	18	19	20	21	23	24	25	27	28	30	31	32	33	35	36	37	39	40	41	42	44	45	46	48	49	50	51
	6'3"	12	13	14	16	17	18	19	21	22	23	24	26	28	29	30	31	33	34	35	36	38	39	40	41	43	44	45	46	48	49	50
	6'4"	12	13	14	15	17	18	19	20	21	23	24	26	27	28	29	31	32	33	34	35	37	38	39	40	41	43	44	45	46	48	49
	6'5"	11	13	14	15	16	17	19	20	21	22	24	25	26	27	29	30	31	32	33	34	36	37	38	39	40	42	43	44	45	46	48

Rangos de BMI

(Para adultos de 20 años y más)

- Peso insuficiente:** Menos de 18,5
- Normal:** 18.5 - 24.9
- Sobrepeso:** 25.0 - 29.9
- Obeso:** 30.0 - 39.9
- Obeso mórbido:** Más de 40,0

Atención: El BMI tiene algunas limitaciones. Puede sobreestimar la grasa corporal en personas que son muy musculosas. Puede subestimar la grasa corporal en personas que han perdido masa muscular, como los ancianos. Consulte a su médico para determinar cuál es lo ideal para usted.

Baterías bajas

Esta balanza está equipada con un indicador de baterías bajas. Reemplace las baterías cuando aparece "Lo" (bajo), o las lecturas son poco claras o irregulares.

Cambio de las baterías

1. Use sólo 4 baterías AA.
2. Abra el compartimiento de las baterías, que se encuentra en la parte inferior de la balanza, empujando la lengüeta en dirección de la flecha "open" (abrir) y levantando la pestaña en bisagra.
3. Retire las baterías viejas del compartimiento.
4. Cuando instala las baterías, respete la posición correcta de las polaridades +/- como se indica dentro del compartimiento de las baterías. La instalación incorrecta de las baterías puede dañar la unidad. No combine diferentes tipos de baterías (p. ej. alcalinas con cinc-carbono o baterías viejas con nuevas).
5. Cierre la tapa del compartimiento de las baterías. Asegúrese de que cierre con un chasquido.



PRECAUCIONES SOBRE LA BATERÍAS

- No mezcle baterías usadas y baterías nuevas.
- No mezcle baterías alcalinas, estándar (carbón-zinc) o recargables (níquel-cadmio, níquel-metal hidruro, etc.).
- Limpie los contactos de las baterías al igual que los del dispositivo antes de instalar las baterías.
- Retire las baterías usadas rápidamente.
- Si la unidad no se va a usar durante un período de tiempo prolongado, retire las baterías para evitar daños debido a posibles pérdidas de las baterías.

ATENCIÓN: Por favor recicle o deseche las baterías de acuerdo a las normas locales.

ADVERTENCIA: Las baterías pueden causar un riesgo de sofocamiento. No deje que los niños manejen las baterías.

Diagnóstico y resolución de problemas

En Caso de Problemas...

1. Coloque la balanza en un lugar donde no reciba golpes. Si la balanza se golpea mientras está activada o en uso, puede dar lecturas incorrectas. Para el primer uso de la balanza, vea **Configuración para el primer uso #4**.
2. Asegúrese de que las baterías estén instaladas correctamente.

Atención: Símbolos especiales

Err	Modo de Peso: Peso inestable, vuelva a empezar
OLd	Exceso de peso; retire el peso de inmediato
Lo	Baterías bajas; Sustituya las baterías

Precauciones

1. Limpie las partes expuestas con un paño suave, apenas húmedo. Para quitar manchas, use un jabón suave. No use nunca detergentes, agua en exceso, paños tratados, productos de rociado por aerosol o agentes de limpieza muy agresivos.
2. No sumerja la balanza en el agua.
3. No trate de lubricar o abrir la cubierta de la báscula porque esto anularía la garantía.
4. Trate la balanza con cuidado. Contiene piezas electrónicas delicadas. Evite el manejo descuidado. No la deje caer, no la patee ni salte sobre ella. Trátela con cuidado para asegurar el mejor funcionamiento.
5. Esta balanza está diseñada para lecturas de peso entre 25 - 400 lbs., 12 – 180 kgs y 1 stone 11 lbs. - 28 st 8 lbs., en graduaciones de 0,2 lbs. o 0,1 kgs. Para evitar daños, no coloque más de 400 lbs., 180 kgs. o 28 stones 8 lbs. sobre ella.
6. No guarde la balanza en el mismo lugar donde guarda productos químicos. Los vapores de algunos productos domésticos pueden afectar a los componentes electrónicos de la balanza. No guarde la balanza sobre su lado.
7. Esta balanza es un dispositivo para pesar extremadamente sensible. Para evitar el agotamiento de las baterías, no guarde nada sobre la balanza.
8. Retire las baterías si la balanza no se va a utilizar por un largo tiempo.
9. Ponga cuidado cuando se para en la balanza para que ésta no se vuelque.
10. Cerciórese que el suelo no esté mojado, o la balanza podría moverse.

ATENCIÓN: Esta balanza ha sido diseñada para uso personal solamente, no para uso profesional, comercial o industrial.

Este dispositivo cumple con la Parte 15 de las Normas FCC. El funcionamiento está sujeto a las dos condiciones siguientes: (1) este dispositivo no puede causar interferencia dañina y (2) este dispositivo debe aceptar cualquier interferencia recibida, incluyendo interferencia que pueda causar un funcionamiento no deseado.

Nota: el fabricante no se responsabiliza por ninguna interferencia de radio o TV causada por modificaciones no autorizadas a este equipo. Tales modificaciones podrían anular la autoridad del usuario para operar el equipo.

Nota: este equipo ha sido probado y se ha determinado que cumple con los límites de un dispositivo digital Clase B de acuerdo con la Parte 15 de las Normas FCC. Estos límites están diseñados para proporcionar protección razonable contra la interferencia dañina en una instalación residencial. Este equipo genera, usa y puede emitir energía de radiofrecuencia y, si no se instala y utiliza de acuerdo con las instrucciones, puede causar interferencia dañina a las comunicaciones de radio. Sin embargo, no existe garantía de que la interferencia no ocurrirá en una instalación en particular. Si este equipo causa interferencia dañina a la recepción de radio o televisión, lo cual puede determinarse encendiendo y apagando el equipo, se anima al usuario a intentar corregir la interferencia a través de una o más de las siguientes medidas:

- Cambie la orientación o ubicación de la antena de recepción.
- Aumente la separación entre el equipo y el receptor.
- Conecte el equipo a un tomacorriente en otro circuito, donde no esté conectado el receptor.
- Consulte al distribuidor o a un técnico de radio/TV experimentado para obtener ayuda.