

# **balmak**<sup>®</sup>

evolução. revolução.

## **ACTLIFE**

### **MANUAL DO USUÁRIO**



## **myFit**

Balança inteligente de análise corporal, com bluetooth e APP para smartphone



# Certificado de garantia



Modelo: \_\_\_\_\_ Opcionais inclusos: \_\_\_\_\_ Nro de série: \_\_\_\_\_

Data da compra (consumidor final): \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_ Nro da nota fiscal de venda: \_\_\_\_\_

Nome do comprador (consumidor final): \_\_\_\_\_

CPF: \_\_\_\_\_ Cidade: \_\_\_\_\_ UF: \_\_\_\_\_ CEP: \_\_\_\_\_

Este equipamento é garantido contra eventuais vícios de qualidade de materiais e/ou fabricação, se consideradas as condições estabelecidas no Manual do Usuário, pelo período de 12 meses, a partir da data da Nota Fiscal de venda ao consumidor final e compreenderá a substituição de peças e mão-de-obra no reparo de vícios de qualidade devidamente constatados como sendo de origem na fabricação. Tanto a constatação dos vícios de qualidade, como os reparos necessários serão providos por um ATAB ou ATAB AVANÇADO (Assistente Técnico Autorizado Balmak) que se encontre mais próximo do local de instalação do equipamento.

## Termos e condições

### Tipo da Garantia

**GARANTIA TIPO BALCÃO!** Caso o equipamento necessite de algum reparo durante o período de garantia, o consumidor final estará isento de quaisquer despesas com serviços (mão de obra) e materiais necessários ao perfeito funcionamento do equipamento, exceto despesas provenientes de transporte do mesmo, bem como deslocamentos técnicos.

### Uso da Garantia

Para efeito de garantia, apresente o Certificado de Garantia devidamente preenchido e a Nota Fiscal de compra do equipamento contendo – obrigatoriamente – o número de série do produto adquirido, constante da nota fiscal de compra. Caso não conste, exija do vendedor para assegurar o seu direito.

### A garantia fica automaticamente inválida se:

- O equipamento não for instalado e utilizado conforme as instruções contidas neste manual.
- O equipamento tiver sofrido danos por acidentes ou agentes da natureza, maus tratos, descuido, ligação à rede elétrica imprópria, exposição a agentes químicos e/ou corrosivos, presença de água ou insetos no seu interior, utilização em desacordo as instruções deste manual ou ainda por alterações, modificações ou consertos feitos por pessoas ou entidades não credenciadas pela Balmak.
- Houver substituição de peças originais por não originais (similares), incluindo a fonte externa (conversor AC/DC).
- Houver remoção e/ou alteração do número de série ou da placa de identificação, bem como lacre e selos do IPEM e INMETRO, presentes no equipamento.
- Constatada adulteração ou rasuras no Certificado de Garantia ou espirada a vigência do período de garantia.

### A garantia não cobre:

- Despesas com instalação do equipamento realizada pela Balmak ou ATAB (Assistente Técnico Autorizado Balmak).
- Despesas com mão-de-obra, materiais, peças e adaptações necessárias à preparação do local para a instalação do equipamento, ou seja, rede elétrica, tomadas, cabos de comunicação, conectores, suportes mecânicos, aterramento, etc.
- Reposição de peças pelo desgaste natural, como teclado, prato de pesagem, painéis, gabinete, bem como

a mão-de-obra utilizada na aplicação das peças e as consequências advindas destas ocorrências.

Equipamentos ou peças que tenham sido danificadas em consequência de acidentes de transporte ou manuseio, amassamentos, riscos, trincas ou atos e efeitos de catástrofe da natureza.

- Falhas no funcionamento do equipamento decorrentes de problemas no abastecimento elétrico.
- Remoção, embalagem, transporte e seguro do equipamento para conserto.

Despesas relativas ao atendimento no local de instalação do equipamento, tais como, transporte de ida e volta; deslocamento, tempo de viagem, refeições e estada do(s) técnico(s), acrescidas dos impostos incidentes e taxas de administração.

### Observações:

- Em nenhum caso a Balmak poderá ser responsabilizada por perda de produtividade ou dados, danos diretos ou indiretos, reclamações de terceiros, paralisações ou ainda quaisquer outras perdas ou despesas, incluindo lucros cessantes, provenientes do fornecimento. Se, em razão de lei ou acordo, a Balmak vier a ser responsabilizada por danos causados ao cliente, o limite global de tal responsabilidade será equivalente a 5% do valor do equipamento, ou da parte do equipamento que tiver causado o dano, à vista das características especiais do fornecimento.
- A Balmak não autoriza nenhuma pessoa ou entidade a assumir, por sua conta, qualquer outra responsabilidade relativa à garantia de seus produtos além das aqui explicitadas.
- Peças e/ou acessórios que forem substituídos em garantia serão de propriedade da Balmak.
- Quando houver bateria interna, a garantia da bateria será de 180 dias.
- Este Certificado de Garantia é válido para equipamentos vendidos e instalados no território brasileiro.
- Em caso de necessidade de reparo, utilize apenas a Rede de Suporte Técnico Autorizado Balmak. Encontre nossos ATABs e ATABs AVANÇADOS no guia que segue dentro da embalagem do produto, ou, em nosso site através do menu suporte.
- Eventuais dúvidas quanto às condições de garantia deverão ser tratadas diretamente com a Balmak.

Declaro ter recebido todas as informações e conteúdos acima descritos.

**Balmak Indústria e Comércio Ltda**  
CNPJ 66.835.281/0001-00  
0800 771 79 81 | cti@balmak.com.br  
www.balmak.com.br

Assinatura Cliente

Nome do Cliente

Data

Parabéns!

Você, respeitável consumidor, acaba de adquirir sua Balança inteligente de análise corporal, com bluetooth e APP para smartphone, myFIT.

A evolução da **BALMAK** está baseada nas demandas do cliente. Nosso objetivo é ser a melhor indústria brasileira de pesagem, levando até pessoas e empresas produtos que fazem a diferença e agregam valor ao seu cotidiano.

Dados técnicos

Modelo: myFit

Suprimento de tensão: 4,5V (3 x 1,5 V, tipo AAA)

Perfis de usuário: até 24 perfis

Faixa de pesagem: Min 6kg    Max 180kg

                                  Min 13,2lb    Max 396lb

                                  Min 0,9st    Max 28st

Divisões de peso: 100g / 0,2lb / 0,015st

Unidades de peso: kg, lb, st

A Balmak tem a solução que você precisa!

A Balmak sempre está onde sua empresa necessita!

Grato e atenciosamente,



**Hugo Della Rosa**  
Diretor de Operações (COO)

## APLICAÇÃO

Este instrumento destina-se a ser usado para determinar o peso corporal e analisar a proporção de água e gordura corporal, bem como a proporção de massa muscular e óssea no corpo e para o cálculo do índice de massa corporal (IMC).

A análise do corpo não é adequada para pessoas com idade inferior a 10 ou com mais de 80 anos. Recomendamos que essas pessoas com 10 ou mais de 80 anos de idade usem o modo de pesagem convencional.

A função de IMC só é adequada para calcular o peso ideal para adultos com idade igual ou superior a 18 anos. O aplicativo não consegue exibir esta função para aqueles menores de 18 anos.

Por favor, note que, por razões técnicas, as tolerâncias de medição são possíveis ou de uso médico. Os resultados que são calculados são apenas valores de referência e atuam como uma diretriz. Além disso, diferentes valores podem ocorrer no caso de atletas de desempenho ou pessoas que estão sendo tratadas com medicamentos. Você é responsável por usar os resultados como base para qualquer tipo de tratamento médico ou dieta.

Você deve consultar seu médico se você tiver alguma dúvida sobre seu peso, um tratamento médico ou uma dieta.

O instrumento é para uso pessoal e não se destina a aplicações comerciais.

Use o dispositivo apenas conforme descrito nas instruções. Qualquer outro uso é considerado impróprio.

O processo análise corporal não é adequado para as seguintes pessoas:

- Pessoas com marcapasso ou outro implante médico com componentes eletrônicos. O funcionamento correto do implante pode ser prejudicado ou ameaçado.
- Pessoas com sintomas de febre, edema ou osteoporose
- Pessoas submetidas a tratamento de diálise
- Pessoas que estão tomando medicação cardiovascular
- Mulheres grávidas

O dispositivo pode suportar um peso corporal máximo de 180 kg. Um peso maior pode danificar o instrumento.



## **CUIDADOS / MANUTENÇÃO**

### **Perigos de ferimento**

- Perigo de asfixia! Mantenha o material de embalagem longe de crianças e animais.
- Isso não é um brinquedo! Não deixe crianças e animais sem supervisão com o dispositivo.
- Não fique na balança com os pés molhados e certifique-se de que a superfície de medição e a superfície embaixo estão secas. Você poderia escorregar.
- As baterias podem ser fatais se forem engolidas. Portanto, mantenha as baterias e o dispositivo fora do alcance de crianças e animais. Se uma bateria for engolida, procure assistência médica imediatamente.
- Se uma bateria tiver vazado, não permita que sua pele, olhos e membranas mucosas entrem em contato com o ácido da bateria.
- Se você tocar em ácido de bateria, enxágue os locais afetados com água fresca abundante imediatamente e entre em contato com um médico o mais rápido possível

### **Manuseio adequado de baterias**

- Antes de inserir as pilhas, verifique se os contatos no dispositivo e nas baterias estão limpos; limpe-os, se necessário.
- Use apenas o tipo de bateria especificado nos dados técnicos.
- Substitua sempre todas as baterias ao mesmo tempo. Não use baterias de diferentes tipos ou marcas, ou baterias com capacidades diferentes. Ao substituir as baterias, observe a polaridade correta (+/-).
- Retire as pilhas do dispositivo quando estiverem descarregadas ou se o dispositivo não for utilizado por um período prolongado. Isso evitará qualquer dano que possa ocorrer se uma bateria escorrer.
- Remova as baterias mortas do dispositivo imediatamente. Limpe os contatos antes de inserir uma nova bateria.
- As baterias não devem ser recarregadas ou reativadas por outros meios, desmontadas, jogadas no fogo, imersas em fluidos ou em curto-circuito.

### **Substituindo as Baterias**

Se "Lo" aparecer no visor, as baterias são muito fracas e precisam ser substituídas. Você precisa de 3x 1.5 V de bateria, tipo AAA.

1. Abra o compartimento da bateria na parte de trás da balança.
2. Remova as baterias usadas do compartimento da bateria.
3. Insira três novas baterias de 1,5 V, tipo AAA. Preste atenção à polaridade correta.
4. Feche o compartimento da bateria novamente. A tampa do compartimento da bateria deve ser ouvida para encaixar no lugar.

## Evitando dano ao material, à propriedade e ao instrumento

- Verifique sempre o dispositivo antes de cada uso. Não use se tiver sinais visíveis de danos.
- Se o instrumento estiver quebrado, não tente reparar sozinho. As reparações só podem ser realizadas por assistências especializadas. Em caso de danos, deve contactar o nosso CTI (Centro Técnico Integrado).
- Mantenha o dispositivo longe dos campos eletromagnéticos (telefones celulares, controles remotos, etc.). A precisão da medição pode ser prejudicada.
- Coloque sempre o instrumento sobre uma superfície seca e firme. As superfícies macias, como os tapetes, podem distorcer o resultado da medição.
- Mantenha o instrumento longe de fontes de calor, tais como fornos ou chamas nuas.
- Não exponha o instrumento a temperaturas extremas, amplas variações de temperatura, umidade, condições úmidas ou luz solar direta.
- O dispositivo só deve ser usado em ambientes fechados internos com um clima temperado. Quando o dispositivo é trazido de uma sala fria para uma sala quente, a condensação pode se formar. Deixe o instrumento aquecer novamente até a temperatura ambiente antes de usá-lo.
- Não solte o instrumento nem permita que ele seja batido violentamente. Certifique-se de que nenhum objeto pode cair sobre as balanças, pois o vidro pode ser danificado.
- Nunca pule no instrumento para que não danifique o mesmo.
- Nunca mergulhe o instrumentos em água ou outros líquidos. Nenhum líquido deve ser autorizado a entrar no instrumento durante a limpeza.
- Não utilize agentes de limpeza causantes ou abrasivos para limpar o instrumento. Estes podem danificar a superfície.

### Itens fornecidos

- 1 x balança de análise corporal
- 3 x baterias de 1,5 volts, tipo AAA

## Visão geral do instrumento



## ANTES DO USO INICIAL



### **CUIDADO!**

1. Retire o instrumento da embalagem e verifique se há danos no transporte. Se você notar qualquer danos, não use o instrumento; entre em contato com nosso departamento de atendimento ao cliente.
  2. O compartimento da bateria está localizado na parte inferior da balança. As baterias foram protegidas com uma tira protetora para fins de transporte. Retire o protetor tira para ativar a balança.
- Somente para uso doméstico. Não é aconselhado para uso profissional. Instrumento não submetido a aprovação/verificação metrológica. Não legal para uso no comércio. Não legal para prática médica. Conforme Portaria INMETRO 236/94. A balança poderá apresentar variação aproximada de até 5% para mais ou para menos na pesagem e nas análises corporais (caso possua).
  - Os resultados de medição que são calculados são apenas valores de referência e atuam como orientação. Você é responsável por utilizar os resultados como base para qualquer tipo de tratamento médico ou dieta! Você deve consultar seu médico se você tiver alguma dúvida sobre seu peso, um tratamento médico ou uma dieta.
  - Não pise na balança com pés molhados e certifique-se de que a superfície de medição esteja seca. Você poderia escorregar.
  - As balanças de análise do corpo são projetadas para um peso corporal máximo de 180 kg. Uma carga maior pode danificar as balanças.
  - Manuseie as balanças com cuidado, pois são um instrumento de medição delicado. Não deixe cair.

A balança reage a um toque firme na plataforma de pesagem.



### **Pesagem convencional**

1. Coloque a balança em uma base seca, uniforme e firme (evite os tapetes). Os pisos irregulares resultarão em resultados de medição imprecisos.
  2. Toque seu pé na balança para ativar a exibição.
  3. Aguarde até que o visor mostre "0.0" (kg).
- Antes de se posicionar na balança, você pode escolher se o peso deve ser exibido em quilogramas (kg), libras (lb) (consulte a seção "Configuração da unidade de peso").
4. Fique na balança. O peso corporal será calculado.
  5. Uma vez que o peso corporal foi estabelecido, o número no display começa a piscar. Agora você pode sair da balança.
  6. As balanças desligam automaticamente após alguns segundos.





## APLICATIVO



### Fazendo download de aplicativos e criando conta

Antes que as balanças possam calcular a gordura corporal e o conteúdo de água e o conteúdo da massa óssea e muscular, bem como o IMC e a demanda diária de calorias, os detalhes a seguir devem ser salvos no seu perfil de usuário: gênero, altura e idade. Você tem a opção de salvar até 24 perfis de usuário no aplicativo.

1. Baixe o aplicativo "Fitdays" usando o código QR abaixo ou no Google Play Store (Android) ou AppStore (iOS). O aplicativo requer iOS 8.0 ou superior, ou Android 6.0 ou superior.
2. Registre-se com seu endereço de e-mail e uma senha.

### Criando e Gerenciando Perfil de Usuário

Você pode inserir seu próprio perfil de usuário no aplicativo diretamente após o registro. Depois de inserir todos os dados, selecione OK. Você se move automaticamente para o menu principal. Mais perfis de usuário são inseridos, seguindo os seguintes passos:

1. Para fazer isso, selecione seu perfil, quer selecionando a foto do seu perfil no canto superior esquerdo ou selecionando "Conta" e depois "Adicionar usuário".
2. Selecione "Adicionar usuário". A tela de criação de perfil abrirá novamente.
3. Digite o novo perfil (nome, gênero, altura, data de nascimento, peso alvo) e confirme os detalhes inseridos selecionando "Confirmar". Você também pode colocar uma foto.
4. Agora você pode mover-se entre os perfis selecionando o perfil desejado no menu do perfil.

### Modo Atleta

Atletas tendem a possuir um percentual maior de massa muscular e um percentual menor de água do que um adulto normal, e, caso seja utilizado o modo de medição normal, existe a possibilidade de apresentarem um percentual de gordura maior que o real. Para evitar isso, o atleta deve ajustar a balança no modo atleta. É considerado atleta um indivíduo envolvido em atividades físicas intensas por no mínimo 12 horas por semana, ou que possui a frequência cardíaca em repouso, menor ou igual a 60 batimentos por minuto.

### Ajuste da Unidade de Peso

No menu ajustes, você pode escolher se o peso deve ser exibido em quilogramas (kg), libras (lb) ou pedra (st).

1. Faça sua escolha selecionando "Conta" depois "Ajustes".
2. Selecione "Mudar unidade".
3. Agora você pode selecionar a unidade de peso desejada.
4. Use a seta para voltar aos Ajustes. A unidade de peso desejada é automaticamente adotada.


## **Cálculo de gordura corporal e conteúdo de água, massa óssea e muscular e IMC e demanda de calorias, gordura visceral, proteína e idade corporal**

Os resultados de medição que são calculados são apenas valores de referência e atuam como orientação. Você deve consultar seu médico se você tiver alguma dúvida sobre seu peso, um tratamento médico ou uma dieta.

1. Coloque as balanças em uma base seca, uniforme e firme (evite os tapetes). Os pisos irregulares resultarão em resultados de medição imprecisos.
2. Ligue o Bluetooth® no seu telefone inteligente.
3. Abra o aplicativo "Fitdays". O aplicativo automaticamente tenta se conectar às balanças.  
Nota: Conecte apenas um telefone inteligente às balanças ao mesmo tempo.
4. Toque seu pé na balança para ativar a exibição.
5. Aguarde até que o visor exiba '0.0' (kg / lb).
6. Fique com os pés descalços nas escamas. Certifique-se de que os pés estão colocados corretamente nas áreas de contato. O peso corporal será calculado.
7. Uma vez que o peso corporal foi estabelecido, o número no display começa a piscar. Os outros valores são calculados imediatamente após isso.
8. Mantenha-se imóvel nas balanças até que elas se desligem automaticamente ou todos os dados sejam exibidos no aplicativo.
9. Os valores calculados são exibidos no menu principal na seguinte ordem:
  - Peso
  - IMC (índice de massa corporal)
  - Gordura corporal
  - Peso corporal livre de gordura
  - Gordura subcutânea
  - Gordura visceral
  - Água Corporal
  - Músculo esquelético
  - Massa Muscular
  - Massa óssea
  - Proteína
  - TMB (taxa do metabolismo basal)
  - Idade do corpo
10. Selecione um dos valores para acessar um menu mais detalhado.

## OUTRAS FUNÇÕES

### Histórico

Você também pode acessar seu histórico recente, semanal, mensal e anual no menu principal: Para fazer isso, o ícone  - o menu principal vai para a segunda página.

Tabelas


### Modo bebê

Esta função permite pesar e poupar o peso do seu bebê.

1. Selecione MODO BEBÊ (na função modo bebê, apenas o peso é exibido), selecionando "+";
2. Passo 1: Mantenha-se na balança, sem o bebê, e primeiro calcule seu próprio peso;
3. Saia da balança e pegue seu bebê;
4. Passo 2: Fique na balança junto com seu bebê. O peso do seu bebê será calculado e salvo.

### Compartilhar

Compartilhe seus valores com familiares, amigos e pessoas que você conhece através de várias plataformas.

1. Selecciona "+" para compartilhar e depois no ícone  duas vezes;
2. Selecciona local de compartilhamento.

### Mudar Unidade

Selecione no menu "Configurações" qual unidade de peso deve ser exibida (kg / lb / st) e altura (cm / inch).

### Meu dispositivo

Neste item do menu você pode conectar seu smartphone e as balanças.

- Emparelhar: O aplicativo procurará as balanças. Selecione a balança da lista.
- Desemparelhar: Selecione as balanças da lista de dispositivos conectados. O aplicativo desconecta o telefone inteligente e escala um do outro.

### Cor do tema

Personalise a cor do tema do aplicativo.



## **MENSAGENS DE ERRO**

As seguintes mensagens de erro podem aparecer no visor:

"Lo" - As baterias nas escalas são muito fracas. Insira pilhas novas.

"Err"- Mais de 180 kg estão sobre a balança. A balança está sobrecarregada.

"C"- Ocorreu um erro durante a medição. Repetir o processo de medição.



## **MENSAGENS DE ERRO APP**

"Valores não plausíveis para gordura corporal e teor de água" - A gordura corporal inclui água relativamente pequena. Isso significa que o conteúdo de água do corpo pode estar abaixo dos números da diretriz em pessoas com alto teor de gordura corporal. No caso dos atletas de resistência ou desempenho, em contraste, os números da diretriz podem ser excedidos devido ao menor teor de gordura e à alta proporção de músculo.

"Medição de peso incorreta" - As escalas estão posicionadas sobre uma superfície irregular (por exemplo, um tapete). Os valores medidos podem ser distorcidos se a superfície embaixo for desigual. Coloque as balanças sobre uma superfície plana e firme.

"Não são exibidos valores analíticos" - Nenhum valor para a gordura corporal e o teor de água podem ser calculados. Corrija a posição dos seus pés. Os pés devem estar nus e secos e posicionados corretamente nas áreas de contato.





**balmak**<sup>®</sup>



**evolução. revolução.**

Produto fabricado na China

Importado e distribuído por **Balmak Indústria e Comércio Ltda**

Rua Antonio João Abdalla, 97 – Cidade Industrial

Santa Bárbara d'Oeste – SP – Cep. 13.456-168

Webpage: [www.balmak.com.br](http://www.balmak.com.br) – Tel/Fax: (19) 3026-1229

Contato com **CTI (Centro Técnico Integrado)** através do telefone 0800 771 7981

ou ainda através do e-mail | [cti@balmak.com.br](mailto:cti@balmak.com.br)