





**bewell**<sup>®</sup>  
connect



**MyNutriScale**



## LEXIQUE DES SYMBOLES / SAFETY PRECAUTIONS

	Caution / Advertencia / Attention
	Keep dry / Mantener seco / Garder au sec
	Refer to instruction manual. Note on the equipment "Follow instructions for use". / Remitirse al manual de instrucciones. Observación sobre el equipo "Seguir las instrucciones de uso". / Voir le manuel d'instructions. Avis sur l'équipement "Suivre les instructions d'utilisation".
<b>IP22</b>	<p>Ingress Protection rating: Degrees of protection provided against the intrusion in electrical enclosures.            IP22 : Protected from touch by fingers and object greater than 12 millimeters. Protected from water spray less than 15 degrees from vertical. /            Grado de protección IP (Ingress Protection, protección de acceso): grado de protección contra el acceso en gabinetes eléctricos.            IP22: protegido contra la entrada en contacto con los dedos y objetos superiores a 12 milímetros. Protegido contra la vaporización de agua inferior a 15 grados respecto a la vertical. /            Indice de protection: Degré de protection procuré par l'enveloppe du matériel électronique.            IP22: Protection contre les corps étrangers inférieur à 12 mm. Protection contre les gouttes d'eau (inclinaison maximal 15°).</p>
<b>FCC</b>	FCC ID: 2AF8T-BW-SCF5
	<p>The device, accessories, and the packaging must be disposed of correctly at the end of usage. Please follow local ordinances and regulations for disposal. /            El aparato, los accesorios y el embalaje deben desecharse de manera adecuada al final de su vida útil. Por favor, respete las normas y regulaciones locales sobre la eliminación de residuos. /            Le dispositif, ses accessoires et son emballage doivent être recyclés de la façon appropriée au terme de leur utilisation. Veuillez respecter les règlements et règles locaux.</p>
<b>SN</b>	Serial number / Número de serie / Numéro de série

**SN** Serial number

SN:

Year                      Month                      Day                      Serial number



**bewell**<sup>®</sup>  
connect

EN



**MyNutriScale**

BW-SCF5

By **Visiomed**<sup>®</sup>

## COMPLIANT WITH US STANDARDS.

### CONTENTS

1. WARNINGS .....	7
2. INFORMATION .....	8
2-1. UNDERSTANDING THE ENERGY BALANCE .....	8
2-2. MY ENERGY INTAKE .....	8
2-3. MY ENERGY EXPENDITURE .....	8
2-4. CALORIE REQUIREMENTS .....	9
2-5. MANAGING MY ENERGY BALANCE .....	10
3. USE .....	10
3-1. PRECAUTIONS BEFORE USE .....	10
3-2. USING THE MYNUTRISCALE® FOOD SCALE .....	11
4. USING THE APP .....	12
4-1. DOWNLOADING THE APPLICATION .....	12
4-2. FIRST USE – PROGRAMMING PERSONAL DATA .....	12
4-3. TAKING THE MEASUREMENT .....	12
5. CHANGING THE BATTERIES .....	12
6. CLEANING AND MAINTENANCE .....	13
7. AVOIDING MALFUNCTIONS .....	13
8. TECHNICAL SPECIFICATIONS .....	13
9. TROUBLESHOOTING GUIDE .....	14

Find out how to install and use the BewellConnect® app by logging on to our website  
**[bewell-connect.com/bewellconnect-app](http://bewell-connect.com/bewellconnect-app)**

*The manufacturer reserves the right to change the technical specifications  
of the product without prior notice.*

Dear Customer

Thank you for purchasing MyNutriScale, the connected food scale by BewellConnect. We hope that you enjoy using it and recommend reading this user guide carefully.

## 1. WARNINGS

- The user must check that the equipment works safely and that it is in good condition before using it.
- Use this device only for its intended purpose, as described in this guide.
- This device can be used for personal use at home. Any other use may void the warranty and cause injury.
- Use this device in an ambient temperature range between 41°F and 95°F / 5°C and 35°C.
- Do not expose this device to extreme temperature conditions > 122°F or <14°F / > 50°C or <-10°C.
- Do not use this device in relative humidity higher than 85%.
- This device should always be placed in a clean, dry place.
- Do not expose this device to sunlight or water.
- Do not expose this device to electrical shocks.
- Do not use this device outdoors.
- Never drop the device.
- Follow the maintenance instructions stipulated in this guide.
- Do not attempt to open the device. In the event of a problem, contact customer service.
- Do not leave this device within children's reach.
- Do not use any batteries other than those listed, do not recharge non rechargeable batteries, do not throw them into fire.
- Remove the batteries if the device is not in use for a long period.
- This device is not designed to be used by people (including children) with reduced physical, sensory or mental abilities, or people without experience or knowledge, unless they are able to benefit from it through the intermediary of a person responsible for their safety, under supervision or following prior instructions on how to use this device.

### ***Important***

*Please observe the polarity of the batteries. A polarity error may cause damage to the device and compromise the warranty.*

## 2. INFORMATION

### 2-1. UNDERSTANDING THE ENERGY BALANCE

All food provides calories and all calories provide energy. The human body uses this energy to live, breathe and perform all daily activities. Generally, a man's energy needs are 5 to 10% higher than those of a woman<sup>1</sup>, with the exception of pregnant or breastfeeding women, whose daily calorie requirements ensure the good health of the mother and baby. This energy is measured in kilocalories (1 kilocalorie = 1000 calories). It is recorded in Kcal but by misuse of language, we continue to use the term «calorie» instead of «kilocalorie.»

The energy balance represents the difference between caloric intake and expenditure.

*Reference 1: Ferraro R, Lillioja S, Fontvieille AM, Rising R, Bogardus C, Ravussin E. Lower sedentary metabolic rate in women compared with men. J Clin Invest. 1992 Sep;90(3):780-4.*

### 2-2. MY ENERGY INTAKE

Your energy intake comes from the foods you eat. They provide calories in the form of 3 types of macronutrients: proteins, carbohydrates and lipids.

To control your energy intake, it is important to know how many calories a food provides.

MACRONUTRIENTS / KCAL CONVERSION TABLE	
1 g protein	4 kcals
1 g carbohydrates	4 kcals
1 g fat	9 kcals

*For example, a 154 g fillet of white fish provides 255.2 kcals.*

37.7 g protein	$37.7 \text{ g} \times 4 \text{ kcal/g}$	150.8 kcals
0 g carbohydrates	$0 \text{ g} \times 4 \text{ kcal/g}$	0 kcals
11.6 g fat	$11.6 \text{ g} \times 9 \text{ kcal/g}$	104.4 kcals

### 2-3. MY ENERGY EXPENDITURE

You have two types of energy expenditure: basal metabolism and exercise.

Basal metabolism + exercise = energy expended per day
---

Basal metabolism is the minimum energy the body needs to maintain vital functions. It can vary greatly from one individual to another. Indeed, it depends on age, sex, weight, etc. It generally represents between 60 and 70% of total metabolism (total energy expenditure).

Exercise includes sports such as walking to work, climbing stairs or walking to take public transport<sup>2</sup>.

*Reference 2: Schofield, W. N. (1984). Predicting basal metabolic rate, new standards and review of previous work. Human nutrition. Clinical nutrition, 39, 5-41.*



## 2-4. CALORIE REQUIREMENTS

We do not all have the same calorie requirements. They depend on our age, our sex, our body type, our exercise, and the time of day when calories were consumed.

That is why it is useless to start a diet or to set a quota of calories to consume per day without really knowing your own specific calorie requirements.

### **You are a man aged between 18 and 40<sup>3</sup> :**

- You are sedentary: you need approximately 1900 calories per day.
- You are moderately active: you need approximately 2150 calories per day.
- You are active: you need approximately 2500 calories per day.

### **You are a woman aged over 40 :**

- You are sedentary: you need approximately 1655 calories per day.
- You are moderately active: you need approximately 1855 calories per day.
- You are active: you need approximately 2110 calories per day.

### **You are a man aged between 18 and 40 :**

- You are sedentary: you need approximately 2415 calories per day.
- You are moderately active: you need approximately 2670 calories per day.
- You are active: you need approximately 2965 calories per day.

### **You are a man aged over 40 :**

- You are sedentary: you need approximately 2110 calories per day.
- You are moderately active: you need approximately 2365 calories per day.
- You are active: you need approximately 2680 calories per day.

**For pregnant women, the recommended energy intake is:** no extra energy requirement in the first trimester, approximately 340 calories extra energy per day for the second trimester and 452 calories extra energy per day for the third trimester.

**For breastfeeding women, the average extra daily energy is:** approximately 330 calories for the 0-6 months postpartum and 400 calories for the 7-12 months postpartum<sup>4</sup>.

*- Sedentary means a lifestyle that includes only the physical activity of independent living.*

*- Moderately Active means a lifestyle that includes physical activity equivalent to walking about 1.5 to 3 miles per day at 3 to 4 miles per hour, in addition to the activities of independent living.*

*- Active means a lifestyle that includes physical activity equivalent to walking more than 3 miles per day at 3 to 4 miles per hour, in addition to the activities of independent living.*

*Estimates for females do not include women who are pregnant or breastfeeding.*

*Reference 3: According to the dietary guidelines for americans 2015-2020.*

*Available on : [https://health.gov/dietaryguidelines/2015/resources/2015-2020\\_Dietary\\_Guidelines.pdf](https://health.gov/dietaryguidelines/2015/resources/2015-2020_Dietary_Guidelines.pdf) (Last visited 5th Sept 2016)*

*Reference 4: Institute of Medicine. Dietary Reference Intakes: The Essential Guide to Nutrient Requirements. Washington: The National Academies Press, 2006.*

## **2-5. MANAGING MY ENERGY BALANCE**

To manage my energy balance, I have to watch my energy intake and expenditure. You lose weight when you absorb fewer calories than your requirements. (That is to say, less than your total metabolism and your daily calorie expenditures.) You gain fat if you absorb more calories than required. Therefore no food is really fattening or slimming, it is simply a matter of striking a balance.

You can therefore act on two factors in order to tip the scales one way or the other:

- Act on expenditure through exercise
- Act on calorie intake

According to the Center for disease control and prevention, physical activities can increase the number of calories your body uses for energy or «burns off». The burning of calories through physical activity, combined with reducing the number of calories you eat, creates a «calorie deficit» that can help with weight loss. (<https://www.cdc.gov/healthyweight/calories/>)

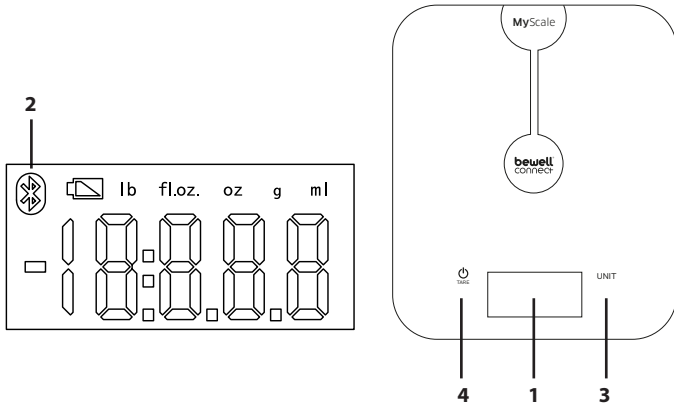
Exercising acts in synergy with monitoring calories intake and a balance diet in the long term. However, it is much easier to act on the caloric intake than on the expenditure through exercise. In addition to acting on the energy balance, exercise is also essential to a healthy lifestyle.

## **3. USE**

### **3-1. PRECAUTIONS BEFORE USE**

- This device is not suitable for children under 8 years old. Children should not be left unsupervised when using the device.
- Place the food scale on a solid, flat, skid-proof surface (avoid placing it on a carpet, for example).

## 3-2. USING THE MYNUTRISCALE® FOOD SCALE



1. Display screen
2. Bluetooth
3. UNIT button
4. On/Off - Tare button

**Overload warning :** Immediately remove the items placed on the food scale if 0-ld appears on the screen. Irreversible damage could be caused to the device.

### Choosing the unit of weight

Briefly press the “unit” button to change the unit of weight (G - oz - fl. Oz - lb oz - ml - g).

### Weighing mode

Press the « On/Off-TARE » button on the food scale. It lights up. The screen displays “- - -” then the weight of the food being weighed. The numbers flash, then stabilize and remain solid. To set the food scale’s tare weight, place your empty dish (plate, bowl, salad bowl, etc.) on it then press « On/Off-TARE ». The weight of your dish will therefore not be taken into account. The screen displaying “0 g” flashes. Once this screen has stopped flashing, you can place your food on the scale to weigh it.

## 4. USING THE APP

### 4-1. DOWNLOADING THE APPLICATION

*The following information is subject to change.*



Download the BewellConnect® application on your phone or tablet:

- Through the app store or Google Play
- or by scanning the QR code on the side of the box.



Then click on the MyNutriScale® icon.

### 4-2. FIRST USE – PROGRAMMING PERSONAL DATA

Start by creating a profile for yourself or other users in your household.

Personalize the profile by entering age, height and sex.

### 4-3. TAKING THE MEASUREMENT

To weigh your food and monitor your energy intake, connect your device (smartphone, tablet) using Bluetooth (Bluetooth 4.0 smart Low Energy connectivity, compatible with iPhone 4s and up).

Turn on the food scale by pressing the « On/Off-TARE » button.

Open the BewellConnect® app and choose your profile.

Click my MyNutriScale® and go to the measuring screen before weighing your food, to save the data.

Place the food on the scale.


Data measured is transferred to the smartphone or tablet automatically with MyNutriScale®.

You can consult your history in the app.

The MyNutriScale® app lets you know the detailed composition (protein, carbohydrates, fat) of any food according to the french food composition table : Ciqual (from French Agency for food environmental and occupational health and safety ANSES) and helps you choose the food that best meets your needs.

## 5. CHANGING THE BATTERIES

The battery compartment is located at the back of the device.

- When using it for the first time, insert 3 new AAA batteries into the food scale.
- When the LCD screen displays the icon , the batteries are low or used up. Replace used batteries, taking care to observe the polarity. A polarity error may cause damage to the device and compromise the warranty.
- Never insert rechargeable batteries. Use single-use batteries only. Do not mix new batteries with used batteries.
- Do not throw your used batteries out with household waste.
- Take your used batteries to a collection point.
- Remove the batteries if the device is not in use for a long period, in order to avoid any leaks that may damage the unit.

## 6. CLEANING AND MAINTENANCE

- Store your food scale horizontally in a dry place and away from moisture.
- Use a soft, dry cloth to clean the unit. If necessary, use a cloth moistened slightly with tap water.
- Do not use alcohol, benzene, thinner or other chemicals to clean the device.
- This product is not waterproof, avoid contact with liquid.
- If the unit has been exposed to temperatures below 32°F / 0°C, be sure to leave it for 30 minutes at room temperature before use. Without this waiting period, the results could be wrong.

## 7. AVOIDING MALFUNCTIONS

- Do not drop the device, avoid jolts and shocks.
- Do not insert anything into the device, excluding batteries.
- Do not disassemble the food scale.
- Do not put the device in water.
- Respect the temperature and humidity ranges specified in the specifications.


## 8. TECHNICAL SPECIFICATIONS

<b>Product name</b>	BewellConnect® MyNutriScale®		
<b>Reference</b>	BW-SCF5		
<b>Item</b>	units	minimum	maximum
<b>Weighing measurement range</b>	oz / lb / g	0.07 oz / 0 lb / 2 g	176.37 oz / 11 lb / 5000 g
<b>Graduation accuracy</b>			
<b>Accurate to 2.20 lb / 1 kg</b>	oz / lb / g	0.18 oz / 0.01 lb / 5 g	
<b>Accurate to 6.61 lb / 3 kg</b>	oz / lb / g	0.53 oz / 0.03 lb / 15 g	
<b>Accurate to 11.02 lb / 5 kg</b>	oz / lb / g	0.88 oz / 0.55 lb / 25 g	
<b>Units of weight</b>	g / ml / lb oz / fl. Oz		
<b>Dimensions</b>	8.27 x 7.09 x 0.83 in / 210 x 180 x 21mm		
<b>Weight</b>	4.41 lb / 2 kg		
<b>Normal conditions of use</b>	Temperature : 41 – 95°F / 5 - 35°C Humidity : 20-85%		
<b>Storage conditions</b>	Temperature : -4°F - 140°F / -20° C - 60 °C Humidity : 20-85%		

<b>Bluetooth technology</b>	4.0 smart Low Energy
<b>Power supply</b>	3 AAA batteries (supplied)
<b>Battery life</b>	12 months - low battery indicator
<b>Automatic shutdown</b>	180 seconds
<b>Accessories supplied</b>	One connected food scale, one user guide.

## 9. TROUBLESHOOTING GUIDE

If any of the following problems occur when using your MyNutriScale®, please refer to this troubleshooting guide. If the problem persists, please contact our customer support service

SCREEN ERROR	POSSIBLE CAUSE(S)	SOLUTION
Nothing appears when you press the « On/Off-Tare » button	No batteries/batteries used up	Insert new batteries.
The  icon appears	Batteries used up	Insert new batteries.
“o-ld” appears	Overload warning	The maximum weight supported by the food scale is 11 lb / 5 kg. Immediately remove all items from the scale, or irreversible damage may be caused to the device.

**bewell**<sup>®</sup>  
connect

**ES**



**MyNutriScale**

BW-SCF5

By **Visiomed**<sup>®</sup>

## CONFORME CON LAS NORMAS DE EE.UU.

### CONTENIDO

1. ADVERTENCIAS.....	17
2. INFORMACIÓN.....	18
2-1. COMPRENDER EL BALANCE ENERGÉTICO .....	18
2-2. MI INGESTA ENERGÉTICA .....	18
2-3. MI GASTO ENERGÉTICO .....	18
2-4. NECESIDADES CALÓRICAS .....	19
2-5. GESTIONAR MI BALANCE ENERGÉTICO.....	20
3. UTILIZACIÓN .....	20
3-1. PRECAUCIONES ANTES DE UTILIZAR.....	20
3-2. UTILIZACIÓN DE LA BÁSCULA PARA ALIMENTOS MYNUTRISCALE® .....	21
4. UTILIZACIÓN DE LA APLICACIÓN .....	22
4-1. DESCARGAR LA APLICACIÓN .....	22
4-2. PRIMER USO. PROGRAMACIÓN DE DATOS PERSONALES .....	22
4-3. EFECTUAR EL PESAJE .....	22
5. CAMBIAR LAS PILAS .....	22
6. LIMPIEZA Y MANTENIMIENTO .....	23
7. EVITAR EL MAL FUNCIONAMIENTO .....	23
8. ESPECIFICACIONES TÉCNICAS.....	23
9. RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS .....	24

Visite nuestro sitio web para acceder a las instrucciones de instalación y utilización de la aplicación BewellConnect®: [bewell-connect.com/bewellconnect-app](http://bewell-connect.com/bewellconnect-app)

*El fabricante se reserva el derecho de modificar las especificaciones técnicas del producto sin aviso previo.*



Estimado Cliente:

Gracias por haber comprado MyNutriScale, la báscula para alimentos conectada de Bewell-Connect. Esperamos que disfrute de su utilización y le recomendamos que lea atentamente este manual de instrucciones.

## 1. ADVERTENCIAS

- Antes de usar el producto, el usuario debe verificar que funciona de manera segura y está en buenas condiciones.
- Use este producto únicamente para el propósito para el cual está destinado, como se describe en el manual.
- Este aparato puede destinarse a un uso personal en su domicilio. Cualquier otro uso puede anular la garantía y provocar lesiones.
- Utilice este aparato en un rango de temperatura ambiente entre 41 °F-95 °F / 5 °C-35 °C.
- No exponga este aparato a temperaturas extremas > 122 °F o < 14 °F / >50 °C o <-10 °C.
- No utilice este aparato en una humedad relativa superior al 85%.
- Este aparato siempre debe ponerse en un lugar limpio y seco.
- No exponga este aparato a la luz del sol o al agua.
- No exponga este aparato a descargas eléctricas.
- No utilice este aparato al aire libre.
- Nunca deje caer el aparato.
- Siga las instrucciones de mantenimiento que se indican en este manual
- No intente abrir este aparato. En caso de encontrar un problema, llame al servicio de atención al cliente.
- No deje este aparato al alcance de los niños.
- No use pilas que no sean las indicadas, no recargue pilas no recargables ni las tire al fuego.
- Si no va a usar el aparato durante un período prolongado, quítele las pilas.
- Este aparato no está destinado para ser usado por personas (incluyendo niños) con capacidades físicas, sensoriales o mentales reducidas o falta de experiencia y conocimiento, a menos que una persona responsable por su seguridad los vigile o les proporcione instrucciones previas sobre el empleo del aparato.

### **Importante**

*Respete la polaridad de las pilas. Un error de polaridad puede dañar el aparato y anular la garantía.*

## 2. INFORMACIÓN

### 2-1. COMPRENDER EL BALANCE ENERGÉTICO

Todos los alimentos proporcionan calorías y, a su vez, estas aportan energía. El cuerpo humano utiliza esta energía para vivir, respirar y realizar todas las actividades diarias. Generalmente, las necesidades energéticas de un hombre son de un 5 a un 10% superiores a las de una mujer<sup>1</sup>, excepto en el caso de las mujeres embarazadas o que amamantan, cuyas necesidades en calorías diarias aseguran la buena salud de la madre y el bebé. Esta energía se mide en kilocalorías (1 kilocaloría = 1.000 calorías). Se registra en «kilocalorías» (Kcal), pero debido a un uso incorrecto del lenguaje, seguimos empleando el término «calorías».

El balance energético representa la diferencia entre ingesta y gasto de calorías<sup>1</sup>.

*Referencia 1: Ferraro R, Lillioja S, Fontvieille AM, Rising R, Bogardus C, Ravussin E. Lower sedentary metabolic rate in women compared with men. J Clin Invest. 1992 Sep;90(3):780-4.*

### 2-2. MI INGESTA ENERGÉTICA

La energía que ingiere proviene de los alimentos que consume. Estos aportan calorías bajo la forma de 3 tipos de macronutrientes: proteínas, carbohidratos y lípidos.

Para controlar su ingesta energética, es importante conocer cuántas calorías proporciona un alimento.

TABLA DE CONVERSIÓN DE MACRONUTRIENTES / KCAL

1 g de proteínas	4 kcal
1 g carbohidratos	4 kcal
1 g de grasa	9 kcal

Por ejemplo, un filete de pescado blanco de 154 g proporciona 255,2 kcal.

37,7 g de proteínas	37,7 g x 4 kcal/g	150,8 kcal
0 g de carbohidratos	0 g x 4 kcal/g	0 kcal
11,6 g de grasa	11,6 g x 9 kcal/g	104,4 kcal

### 2-3. MI GASTO ENERGÉTICO

Usted dispone de dos formas de gastar energía: a través del metabolismo basal y el ejercicio.

Metabolismo basal + ejercicio = energía gastada por día

El metabolismo basal es la cantidad mínima de energía que el cuerpo necesita para mantener sus funciones vitales. Puede variar de manera importante entre un individuo y otro. De hecho, depende de la edad, el sexo, el peso, etc. Generalmente, representa entre el 60 y el 70% del metabolismo total (gasto de energía total)<sup>2</sup>.

El ejercicio comprende deportes tales como caminar, subir escaleras o caminar para tomar el transporte público.

## 2-4. NECESIDADES CALÓRICAS

Todos tenemos necesidades calóricas diferentes. Estas dependen de nuestra edad, sexo, complejión, ejercicio y tiempo diario en que se gastan las calorías.

Por este motivo, resulta inútil empezar una dieta o fijarse una cantidad de calorías diarias sin conocer realmente sus necesidades calóricas específicas.

### Usted es una mujer de entre 18 y 40 años<sup>2</sup>:

- Si es sedentaria: necesita alrededor de 1.900 calorías diariamente.
- Si es moderadamente activa: necesita alrededor de 2.150 calorías diariamente.
- Si es activa: necesita alrededor de 2.500 calorías diariamente.

### Usted es una mujer de más de 40 años:

- Si es sedentaria: necesita alrededor de 1.655 calorías diariamente.
- Si es moderadamente activa: necesita alrededor de 1.855 calorías diariamente.
- Si es activa: necesita alrededor de 2.110 calorías diariamente.

### Usted es un hombre de entre 18 y 40 años:

- Si es sedentario: necesita alrededor de 2.415 calorías diariamente.
- Si es moderadamente activo: necesita alrededor de 2.670 calorías diariamente.
- Si es activo: necesita alrededor de 2.965 calorías diariamente.

### Usted es un hombre de más de 40 años:

- Si es sedentario: necesita alrededor de 2.110 calorías diariamente.
- Si es moderadamente activo: necesita alrededor de 2.365 calorías diariamente.
- Si es activo: necesita alrededor de 2.680 calorías diariamente.

**Para mujeres embarazadas, la ingesta energética recomendada es:** durante el primer trimestre, ningún aporte suplementario; durante el segundo trimestre, alrededor de 340 calorías extra diariamente y durante el tercer trimestre, 452 calorías adicionales diariamente.

**Para las mujeres que amamantan, la energía promedio diariamente es:** durante los 0 a 6 meses después del parto: alrededor de 330 calorías y durante los 7 a 12 meses después del parto, 400 calorías<sup>4</sup>.

- Un estilo de vida sedentario significa tener únicamente la actividad de una vida independiente.

- Un estilo de vida medianamente activo significa que abarca la actividad física equivalente a caminar 2,5 a 5 km diariamente a entre 5 y 6,5 km/h, además de las actividades de una vida independiente.

- Un estilo de vida activo significa que abarca la actividad física equivalente a caminar más de 5 km diariamente a entre 5 y 6,5 km/h, además de las actividades de una vida independiente.

Las estimaciones para las mujeres no incluyen a las mujeres embarazadas o que amamantan.

Referencia 3: De acuerdo a Dietary guidelines for americans 2015-2020.

Disponible en: [https://health.gov/dietaryguidelines/2015/resources/2015-2020\\_Dietary\\_Guidelines.pdf](https://health.gov/dietaryguidelines/2015/resources/2015-2020_Dietary_Guidelines.pdf) (última consulta el 5 de sept. de 2016)

Referencia 4: Institute of Medicine. Dietary Reference Intakes: The Essential Guide to Nutrient Requirements. Washington: The National Academies Press; 2006.

## **2-5. GESTIONAR MI BALANCE ENERGÉTICO**

Para gestionar mi balance energético, tengo que observar mi ingesta y mi gasto de energía. Se pierde peso al absorber menos calorías de las que se necesitan (esto quiere decir, menos que los gastos de calorías diariamente y metabolismo total). Se aumenta la grasa si se absorben más calorías que las necesarias. Por lo tanto, ningún alimento realmente hace engordar o adelgazar, simplemente, se trata de encontrar un balance.

Por eso, se puede actuar en dos factores para inclinar la balanza a favor de un elemento o el otro:

- Actuar en el gasto a través del ejercicio
- Actuar en la ingesta de calorías

Según el Centro Federal para Control de Enfermedades de EE.UU., las actividades físicas pueden aumentar la cantidad de calorías que gasta o «quema» para obtener energía. Quemar calorías mediante la actividad física, junto con la disminución de la cantidad de calorías que ingiere, produce un «déficit calórico» que puede ayudar a perder peso (<https://www.cdc.gov/healthyweight/calories/>).

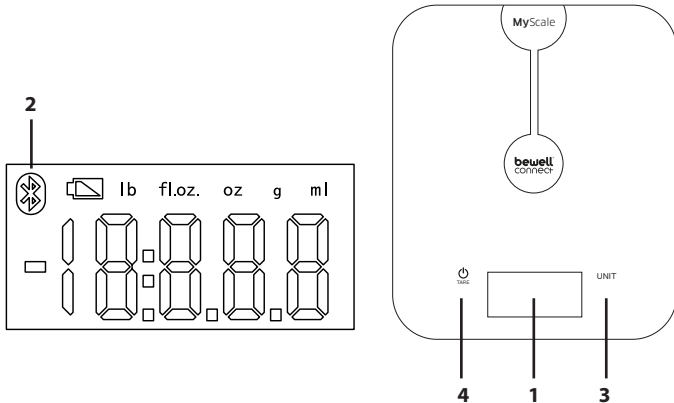
El ejercicio actúa en sinergia con el control de la ingesta de calorías y una dieta equilibrada a largo plazo. Sin embargo, es mucho más fácil actuar sobre la ingesta de calorías que sobre su gasto mediante el ejercicio. Además de actuar sobre el balance energético, el ejercicio también es fundamental para lograr un estilo de vida saludable.

## **3. UTILIZACIÓN**

### **3-1. PRECAUCIONES ANTES DE UTILIZAR**

- Este aparato no es apto para niños menores de 8 años. Cuando utilice el aparato, no debe dejar a los niños sin vigilancia.
- Ponga la báscula para alimentos sobre una superficie sólida, plana y antideslizante (por ejemplo, evite ponerla sobre una alfombra).

## 3-2. UTILIZACIÓN DE LA BÁSCULA PARA ALIMENTOS MYNUTRISCALE®



1. Pantalla de visualización
2. Bluetooth
3. Botón de «UNIT»
4. Encendido/Apagado - Botón de tara

**Advertencia de sobrecarga:** si en la pantalla aparece «O-Ld», quite inmediatamente los alimentos de la báscula. De lo contrario, se podrían provocar daños irreversibles al aparato.

### Seleccionar la unidad de peso

Pulse brevemente el botón de «Unit» (unidad) para cambiar la unidad de peso (g - oz - fl oz (onzas líquidas) - lb oz - ml - g).

### Modo de pesaje

Pulse el botón «Encendido/Apagado-Tara» de la báscula. Esta se enciende. En la pantalla, se visualiza “- - -” y, después, el peso de los alimentos. Los números parpadean, luego, se estabilizan y permanecen fijos.

Para establecer el peso de tara de la báscula, ponga un recipiente vacío (plato, bol, ensaladera, etc.) sobre ella y, después, pulse «Encendido/Apagado-Tara». De este modo, el peso del plato no se tomará en cuenta. En la pantalla, parpadea “0 g”. Una vez que ha dejado de parpadear, puede poner los alimentos en la báscula para pesarlos.

## 4. UTILIZACIÓN DE LA APLICACIÓN

### 4-1. DESCARGAR LA APLICACIÓN

*La información siguiente está sujeta a modificación.*



Descargue la aplicación BewellConnect® en su teléfono celular o tablet:

- Mediante la App Store o Google Play
- Escanee el código QR situado en el lado de la caja.



Después, haga clic en el ícono MyNutriScale.

### 4-2. PRIMER USO. PROGRAMACIÓN DE DATOS PERSONALES

Empiece creando su propio perfil o uno para los otros usuarios de su casa.

Personalice los perfiles indicando la edad, la estatura y el sexo.

### 4-3. EFECTUAR EL PESAJE

Para pesar los alimentos y controlar su ingesta energética, conecte el dispositivo (celular o tablet) vía Bluetooth (conectividad Bluetooth 4.0 de baja energía, compatible con iPhone 4s y superior). Encienda la báscula pulsando el botón «Encendido/Apagado-Tara».

Inicie la aplicación BewellConnect® y seleccione su perfil.

Antes de pesar los alimentos para memorizar los datos, haga clic en MyNutriScale® y vaya a la pantalla de medición.

Ponga la comida en la báscula.


Los datos se transfieren automáticamente al celular o la tableta con MyNutriScale®.

Puede consultar su historial en la aplicación.

La aplicación MyNutriScale® le permite conocer la composición detallada (proteínas, carbohidratos y grasa) de cualquier alimento según la tabla de composición de alimentos francesa: Ciqual (de ANSES, Agencia nacional de seguridad sanitaria de la alimentación, el medio ambiente y el trabajo de Francia) y que le ayuda a elegir la comida que mejor se adapta a sus necesidades.

## 5. CAMBIAR LAS PILAS

El compartimento de pilas se sitúa en la parte trasera del aparato.

- Al usar el producto por primera vez, póngale 3 pilas AAA nuevas.
- Cuando en la pantalla led aparezca , significa que las pilas tienen poca energía o están agotadas. Cámbielas respetando la polaridad. Un error de polaridad puede dañar el aparato y anular la garantía.
- Nunca ponga pilas recargables. Utilice únicamente pilas desechables. No utilice pilas nuevas y usadas al mismo tiempo.
- No deseche las pilas agotadas junto con los residuos domésticos.
- Lleve las pilas agotadas a un punto de colecta.
- Si no usa el aparato durante un período prolongado, quítele las pilas para evitar fugas que puedan dañar el aparato.

## 6. LIMPIEZA Y MANTENIMIENTO

- Guarde la báscula en un lugar seco y alejado de la humedad.
- Limpie el aparato con un trapo suave y seco. Si es necesario, emplee un trapo ligeramente humedecido con agua de la llave.
- No utilice alcohol, benceno, disolvente ni otros productos químicos abrasivos para limpiar el aparato.
- Este producto no es resistente al agua, evite que entre en contacto con líquidos.
- Si el aparato se ha expuesto a una temperatura inferior a 32 °F / 0 °C, déjelo a temperatura ambiente durante 30 minutos antes de usarlo. De lo contrario, los resultados pueden ser incorrectos.

## 7. EVITAR EL MAL FUNCIONAMIENTO

- No deje caer el aparato, evite las sacudidas y golpes.
- No introduzca nada en el aparato, excepto las pilas.
- No desmonte la báscula.
- No ponga el aparato en el agua.
- Respete los rangos de temperatura y humedad que se indican en las especificaciones.


## 8. ESPECIFICACIONES TÉCNICAS

<b>Nombre del producto</b>	BewellConnect® MyNutriScale®		
<b>Referencia</b>	BW-SCF5		
<b>Elemento</b>	unidades	mínimo	máximo
<b>Rango de cálculo de pesaje</b>	oz / lb / g	0,07 oz / 0 lb / 2 g	176,37 oz / 11 lb / 5.000 g
<b>Precisión de graduación</b>			
<b>Precisión de 2,20 lb / 1 kg</b>	oz / lb / g	0,18 oz / 0,01 lb / 5 g	
<b>Precisión de 6,61 lb / 3 kg</b>	oz / lb / g	0,53 oz / 0,03 lb / 15 g	
<b>Precisión de 11,02 lb / 5 kg</b>	oz / lb / g	0,88 oz / 0,55 lb / 25 g	
<b>Unidades de peso</b>	g / ml / lb oz / fl. Oz		
<b>Dimensiones</b>	8,27 x 7,09 x 0,83 in / 210 x 180 x 21 mm		

<b>Peso</b>	4,41 lb / 2 kg
<b>Condiciones de uso normales</b>	Temperatura: 41 – 95 °F / 5 - 35 °C Humedad: 20-85%
<b>Condiciones de almacenamiento</b>	Temperatura: -4 °F - 140 °F / -20 °C - 60 °C Humedad: 20-85%
<b>Tecnología Bluetooth</b>	Bluetooth 4.0 de baja energía
<b>Alimentación</b>	3 pilas AAA (incluidas)
<b>Duración de la pila</b>	12 meses - Indicador de pila baja
<b>Apagado automático</b>	180 segundos
<b>Accesorios incluidos</b>	1 báscula de alimentos conectada y 1 guía del usuario.

## 9. RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS

Si se presenta uno de estos problemas al utilizar MyNutriScale®, remítase a la guía de resolución de problemas siguiente. Si el problema persiste, contacte con el servicio de atención al cliente

<b>ERROR EN PANTALLA</b>	<b>CAUSA/S POSIBLE/S</b>	<b>SOLUCIÓN</b>
<b>No se visualiza nada al pulsar el botón de "Encendido/Apagado-Tara"</b>	No hay pilas/pilas agotadas	Ponga pilas nuevas.
<b>Aparece el ícono </b>	Pilas agotadas	Ponga pilas nuevas.
<b>Se visualiza "o-ld"</b>	Aviso de sobrecarga	El peso máximo admitido por la báscula es de 11 lb / 5 kg. Retire inmediatamente los objetos del aparato, de lo contrario, éste se puede dañar de manera irreversible.



**bewell**<sup>®</sup>  
connect

FR



**MyNutriScale**

BW-SCF5

By **Visiomed**<sup>®</sup>

## CONFORME AUX NORMES AMÉRICAINES.

### TABLE DES MATIÈRES

1. AVERTISSEMENTS .....	27
2. INFORMATIONS .....	28
2-1. COMPRENDRE LA BALANCE ÉNERGÉTIQUE.....	28
2-2. MES APPORTS ÉNERGÉTIQUES .....	28
2-3. MES DÉPENSES ÉNERGÉTIQUES .....	28
2-4. LES BESOINS CALORIQUES .....	29
2-5. GÉRER MA BALANCE ÉNERGÉTIQUE .....	30
3. UTILISATION .....	30
3-1. PRÉCAUTIONS AVANT UTILISATION .....	30
3-2. UTILISATION DU PÈSE-ALIMENTS MYNUTRISCALE® .....	31
4. UTILISATION DE L'APPLICATION .....	32
4-1. TÉLÉCHARGEMENT DE L'APPLICATION .....	32
4-2. PREMIÈRE UTILISATION – PROGRAMMATION DES DONNÉES PERSONNELLES ...	32
4-3. PRISE DE LA MESURE.....	32
5. CHANGEMENT DES PILES.....	32
6. NETTOYAGE ET ENTRETIEN.....	33
7. ÉVITER LES DYSFONCTIONNEMENTS .....	33
8. SPÉCIFICATIONS TECHNIQUES .....	33
9. GUIDE DE DÉPANNAGE .....	34

Découvrez comment installer et utiliser l'application BewellConnect® en vous connectant sur notre site [bewell-connect.com/bewellconnect-app](http://bewell-connect.com/bewellconnect-app)

*Le fabricant se réserve le droit de modifier sans aucun avis préalable les caractéristiques techniques du produit.*

Cher client,

Vous venez d'acquérir MyNutriScale®, le pèse-aliments connecté BewellConnect® et nous vous en remercions. Nous vous souhaitons un excellent usage et vous recommandons de lire attentivement cette notice d'utilisation.

## 1. AVERTISSEMENTS

- L'utilisateur doit vérifier que l'équipement fonctionne en toute sécurité et qu'il est en bon état avant de s'en servir.
- Utiliser cet appareil uniquement pour l'usage auquel il est destiné tel que décrit dans cette notice.
- Cet appareil peut être utilisé pour un usage personnel à domicile. Tout autre usage pourrait annuler la garantie et causer des blessures
- Utiliser cet appareil dans une plage de température ambiante comprise entre 41°F et 95°F / 50°C et 35°C.
- Ne pas exposer cet appareil à des conditions de températures extrêmes > 122°F ou < 14°F / > 50°C ou < -10°C.
- Ne pas utiliser cet appareil à une humidité relative supérieure à 85%.
- Cet appareil doit toujours être placé dans un endroit propre et sec.
- Ne pas exposer cet appareil au soleil, ni à l'eau.
- Ne pas exposer cet appareil aux chocs électriques.
- Ne pas utiliser cet appareil en extérieur.
- Ne jamais laisser tomber l'appareil.
- Suivre les instructions d'entretien stipulées dans cette notice.
- Ne pas essayer d'ouvrir l'appareil. En cas de problème, contactez votre revendeur.
- Ne pas laisser cet appareil à la portée des enfants.
- Ne pas utiliser de pile autre que les piles citées, ne pas recharger des piles non rechargeables, ne pas les jeter au feu.
- Retirer les piles en cas de non utilisation de l'appareil durant une longue période.
- Cet appareil n'est pas prévu pour être utilisé par des personnes (y compris les enfants) dont les capacités physiques, sensorielles ou mentales sont réduites, ou des personnes dénuées d'expérience ou de connaissance, sauf si elles ont pu bénéficier par l'intermédiaire d'une personne responsable de leur sécurité, d'une surveillance ou d'instructions préalables concernant l'utilisation de cet appareil.

### **Important**

*Veillez respecter la polarité des piles. Une erreur de polarité peut provoquer l'endommagement et compromettre la garantie de votre appareil.*

## 2. INFORMATIONS

### 2-1. COMPRENDRE LA BALANCE ÉNERGÉTIQUE

Tout aliment fournit des calories et toute calorie fournit de l'énergie. Le corps humain utilise cette énergie pour vivre, respirer et exécuter toutes les activités quotidiennes. Un homme consomme plus d'énergie qu'une femme. Généralement, ses besoins énergétiques sont de 5 à 10% plus élevés que ceux d'une femme, à l'exception d'une femme enceinte ou allaitante, dont les besoins caloriques journaliers assurent la bonne santé de la maman et du bébé. Cette énergie se mesure en Kilocalories (1 kilocalorie = 1000 calories). Elle se note Kcal mais par abus de langage, nous continuons à utiliser le terme « calorie » au lieu de « kilocalorie ».

La balance énergétique représente la différence entre les apports et les dépenses caloriques<sup>1</sup>.

*Référence 1 : Ferraro R, Lillioja S, Fontvieille AM, Rising R, Bogardus C, Ravussin E. Lower sedentary metabolic rate in women compared with men. J Clin Invest. 1992 Sep;90(3):780-4.*

### 2-2. MES APPORTS ÉNERGÉTIQUES

Vos apports énergétiques proviennent des aliments que vous consommez. Ils fournissent des calories sous la forme de 3 types de macronutriments : les protéines, les glucides et les lipides. Pour contrôler ses apports énergétiques il est important de savoir combien de calories nous apporte un aliment.

TABLEAU DE CONVERSION MACRONUTRIMENTS / KCAL	
1 g de protéine	4 kcals
1 g de glucide	4 kcals
1 g de lipide	9 kcals

*Par exemple, un filet de 154 g de poisson blanc apporte 255,2 kcals.*

37,7 g de protéines	$37,7 \text{ g} \times 4 \text{ kcal/g}$	150,8 kcal
0 g de glucides	$0 \text{ g} \times 4 \text{ kcal/g}$	0 kcal
11,6 g de lipides	$11,6 \text{ g} \times 9 \text{ kcal/g}$	104,4 kcal

### 2-3. MES DÉPENSES ÉNERGÉTIQUES

Vos dépenses énergétiques sont de deux types : le métabolisme de base et l'activité physique.

Métabolisme de base + activité physique = énergie dépensée par jour

Le métabolisme de base est l'énergie minimum dont le corps a besoin pour maintenir les fonctions vitales. Il peut énormément varier d'un individu à l'autre. En effet, il dépend de l'âge, du sexe, du poids,... Il représente généralement entre 60 et 70% du métabolisme total (des dépenses énergétiques totales)<sup>2</sup>.

L'activité physique englobe aussi bien le sport que la marche pour aller au travail, monter des escaliers ou aller prendre les transports en commun.

*Référence 2 : Schofield, W. N. (1984). Predicting basal metabolic rate, new standards and review of previous work. Human nutrition. Clinical nutrition, 39, 5-41.*

## **2-4. LES BESOINS CALORIQUES**

Nous n'avons pas les mêmes besoins caloriques. Ils dépendent de notre âge, de notre sexe, de notre morphologie, de nos activités physiques, du moment de la journée où les calories ont été consommées.

Voilà pourquoi il est inutile de commencer un régime ou de se fixer un quota de calories à consommer par jour sans connaître réellement ses propres besoins caloriques.

### **Vous êtes une femme, entre 18 et 40 ans<sup>3</sup>:**

- Vous ne pratiquez aucune activité physique : vous avez besoin d'environ 1900 calories par jour.
- Vous êtes active : vous avez besoin d'environ 2150 calories par jour.
- Vous êtes une grande sportive : vous avez besoin d'environ 2500 calories.

### **Vous êtes une femme de plus de 40 ans :**

- Vous ne pratiquez aucune activité physique : vous avez besoin d'environ 1655 calories par jour.
- Vous êtes active : vous avez besoin d'environ 1855 calories par jour.
- Vous êtes une grande sportive : vous avez besoin d'environ 2110 calories par jour.

### **Vous êtes un homme, entre 18 et 40 ans :**

- Vous ne pratiquez aucune activité physique : vous avez besoin d'environ 2415 calories par jour.
- Vous êtes actif : vous avez besoin d'environ 2670 calories par jour.
- Vous êtes un grand sportif : vous avez besoin d'environ 2975 calories.

### **Vous êtes un homme de plus de 40 ans :**

- Vous ne pratiquez aucune activité physique : vous avez besoin d'environ 2110 calories par jour.
- Vous êtes actif: vous avez besoin d'environ 2365 calories par jour.
- Vous êtes un grand sportif : vous avez besoin d'environ 2680 calories par jour.

**Pour les femmes enceintes, l'apport énergétique recommandé est le suivant :** pas de besoins énergétiques supplémentaires au cours du premier trimestre, environ 340 calories supplémentaires par jour pendant le deuxième trimestre et 452 calories supplémentaires par jour au troisième trimestre.

**Pour les femmes allaitantes, les besoins supplémentaires moyens en apports énergétiques s'élèvent à :** environ 330 calories par jour pendant les 6 premiers mois suivant l'accouchement et 400 calories par jour pour la période de 7 à 12 mois après l'accouchement.<sup>4</sup>

*- Sedentary means a lifestyle that includes only the physical activity of independent living.*

*- Moderately Active means a lifestyle that includes physical activity equivalent to walking about 1.5 to 3 miles per day at 3 to 4 miles per hour, in addition to the activities of independent living.*

*- Active means a lifestyle that includes physical activity equivalent to walking more than 3 miles per day at 3 to 4 miles per hour, in addition*

to the activities of independent living.

Estimates for females do not include women who are pregnant or breastfeeding.

Reference 3: According to the dietary guidelines for americans 2015-2020.

Available on : [https://health.gov/dietaryguidelines/2015/resources/2015-2020\\_Dietary\\_Guidelines.pdf](https://health.gov/dietaryguidelines/2015/resources/2015-2020_Dietary_Guidelines.pdf) (Last visited 5th Sept 2016)

Reference 4: Institute of Medicine. *Dietary Reference Intakes: The Essential Guide to Nutrient Requirements*. Washington: The National Academies Press; 2006.

## **2-5. GÉRER MA BALANCE ÉNERGÉTIQUE**

Pour gérer ma balance énergétique, je dois faire attention à mes apports et à mes dépenses énergétiques. On perd du poids lorsqu'on absorbe moins de calories que ses besoins. (C'est-à-dire moins que son métabolisme total, que ses dépenses caloriques quotidiennes.) On grossit lorsqu'on absorbe plus de calories que ses besoins. C'est pourquoi aucun aliment ne fait vraiment grossir ou maigrir, il s'agit d'un équilibre à adopter.

Pour faire pencher la balance d'un côté ou de l'autre, il est donc possible d'agir via deux leviers :

- Agir sur les dépenses grâce aux activités physiques
- Agir sur les apports caloriques

Selon le Centre pour le contrôle des maladies et la prévention, les activités physiques peuvent augmenter le nombre de calories brûlées par votre corps. Les calories brûlées par l'activité physique, combinées à la réduction du nombre de calories que vous consommez, créent un «déficit calorique» qui peut aider à la perte de poids. (<https://www.cdc.gov/healthyweight/calories/>)

L'exercice physique agit en synergie avec la surveillance de son apport calorique et une alimentation équilibrée sur du long terme. Cependant, il est beaucoup plus facile d'agir sur l'apport calorique que sur la dépense énergétique par l'exercice.

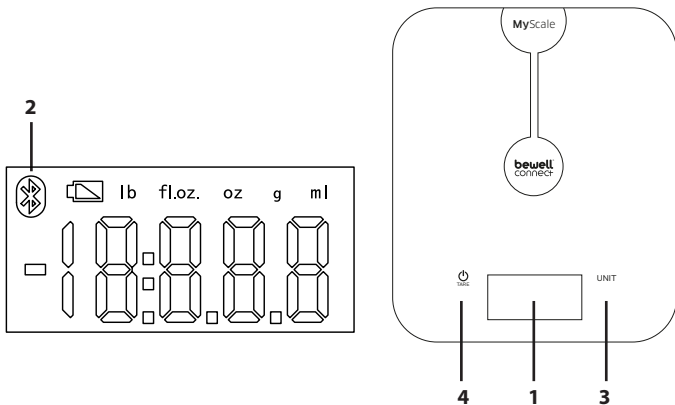
En plus d'agir sur le bilan énergétique, l'exercice physique est également essentiel à un mode de vie sain.

## **3. UTILISATION**

### **3-1. PRÉCAUTIONS AVANT UTILISATION**

- Cet appareil ne convient pas aux enfants de moins de 8 ans. Il convient de ne pas laisser les enfants sans surveillance lors de l'utilisation de l'appareil.
- Placer le pèse-aliments sur une surface solide, plane et antidérapante (éviter de le poser sur un tapis, par exemple).

## 3-2. UTILISATION DU PÈSE-ALIMENTS MYNUTRISCALE®



1. Ecran d'affichage
2. Bluetooth
3. Bouton UNIT (Unité)
4. Bouton On/Off - Tare

**Avertissement de surcharge :** Retirez immédiatement les éléments posés sur la balance si celle-ci affiche à l'écran 0-ld. Des dommages irréversibles pourraient être causés à l'appareil.

### Choix de l'unité de pesage

Appuyer brièvement sur le bouton « UNIT » pour changer l'unité de pesage. (G - oz - fl. Oz - lb oz - ml - g).

### Mode pesage

Appuyez sur le bouton « On/Off-TARE » du pèse-aliments. Celui-ci s'allume. L'écran affiche « - - - - », puis le poids de l'aliment pesé. Les chiffres clignotent, puis se stabilisent et restent fixes. Pour tarer le pèse-aliments, posez votre plat vide (assiette, bol, saladier,...) puis appuyez sur « On/Off-TARE ». Ainsi, le poids de votre plat ne sera pas pris en compte. L'écran affichant « 0 g » clignote. Une fois cet écran devenu fixe, vous pouvez poser vos aliments afin de les peser.

## 4. UTILISATION DE L'APPLICATION

### 4-1. TÉLÉCHARGEMENT DE L'APPLICATION

*Les informations suivantes peuvent être modifiées.*



Télécharger l'application BewellConnect® sur votre téléphone ou votre tablette :

- Via app store ou Google Play



- ou en scannant le code QR sur le côté de la boîte.

Cliquer ensuite sur l'icône MyNutriScale®.

### 4-2. PREMIÈRE UTILISATION – PROGRAMMATION DES DONNÉES PERSONNELLES

Commencez par créer votre profil, ou celui de vos proches.

Programmez le profil en indiquant : l'Age, la taille et le sexe.

### 4-3. PRISE DE LA MESURE

Pour peser vos aliments et suivre vos apports énergétiques, connectez votre appareil (téléphone, tablette) en Bluetooth (connectivité Bluetooth 4.0 smart Low Energy, compatible à partir de l'iPhone 4s).

Allumez le pèse-aliment en appuyant sur le bouton « On/Off-TARE ».

Ouvrez l'application BewellConnect® et choisissez votre profil.

Cliquez sur MyNutriScale® et rendez-vous sur l'écran de mesure avant de peser vos aliments, pour sauvegarder les données.

Posez les aliments sur le pèse-aliments.

Les données mesurées sont transférées automatiquement au smartphone ou à la tablette grâce à MyNutriScale®.


Vous pourrez consulter votre historique sur l'application.

L'application MyNutriScale® vous indique la composition détaillée (protéines, glucides, lipides) de tous les aliments, d'après Ciqual, la table française de composition nutritionnelle des aliments (gérée par l'ANSES, l'Agence nationale de sécurité sanitaire de l'alimentation, de l'environnement et du travail), et vous aide à choisir les aliments les plus adaptés à vos besoins.

## 5. CHANGEMENT DES PILES

Le compartiment à piles se situe à l'arrière de l'appareil.

- Lors de la première utilisation, insérez 3 piles AAA neuves dans le pèse-aliments.

- Lorsque l'écran LCD affiche l'icône , les batteries sont faibles ou déchargées. Remplacez les piles usées en prenant bien soin de respecter la polarité. Une erreur de polarité peut provoquer l'endommagement et compromettre la garantie de votre appareil.

- Ne jamais insérer de piles rechargeables. Utilisez des piles à usage unique. Ne pas mélanger de piles neuves avec des piles usagées.

- Ne pas jeter vos piles usagées avec vos déchets ménagers.

- Apporter vos piles usagées à un organisme collecteur.



- En cas de non utilisation prolongée, veuillez à retirer les piles de l'appareil afin d'éviter toute fuite de liquide pouvant endommager l'unité.

## 6. NETTOYAGE ET ENTRETIEN

- Rangez votre pèse-aliments en position horizontale dans un endroit sec et à l'abri de l'humidité.
- Utilisez un chiffon doux et sec pour nettoyer l'unité. Si nécessaire, utilisez un chiffon légèrement humidifié avec de l'eau du robinet.
- Ne pas utiliser d'alcool, de benzène, de diluant ou autres produits chimiques, pour nettoyer l'appareil.
- Ce produit n'est pas étanche, éviter tout contact avec un liquide.
- Si l'unité a été exposée à une température inférieure à 32°F / 0°C, veuillez à la laisser 30 minutes à température ambiante avant utilisation. Sans cette attente, les résultats pourraient être faux.

## 7. ÉVITER LES DYSFONCTIONNEMENTS

- Ne pas faire tomber l'appareil, éviter les secousses et les chocs.
- Ne rien insérer dans l'appareil, hormis les piles.
- Ne pas démonter le pèse-aliments.
- Ne pas mettre l'appareil dans l'eau.
- Respecter les plages de température et d'humidité spécifiées dans les spécifications.


## 8. SPÉCIFICATIONS TECHNIQUES

<b>Nom du produit</b>	BewellConnect® MyNutriScale®		
<b>Référence</b>	BW-SCF5		
<b>Item</b>	Unités	Minimum	Maximum
<b>Plage de mesure du pesage</b>	oz / lb / g	0,07 lb / 2 g	176,37 lb / 5000 g
<b>Précision des graduations</b>			
<b>Précision jusqu'à 2,20 lb / 1 kg</b>	oz / g	0,18 lb / 5 g	
<b>Précision jusqu'à 6,61 lb / 3 kg</b>	oz / g	0,53 lb / 15 g	
<b>Précision jusqu'à 11,02 lb / 5 kg</b>	oz / g	0,88 lb / 25 g	
<b>Unités de poids</b>	g / ml / lb oz / fl. Oz		

<b>Dimensions</b>	8.27 x 7.09 x 0.83 in / 210 x 180 x 21mm
<b>Poids</b>	4.41 lb / 2kg
<b>Conditions normales d'utilisation</b>	Température : 41 – 95°F / 5 - 35°C Humidité : 20-85%
<b>Conditions de stockage</b>	Température : -4°F - 140°F / -20° C - 60 °C Humidité : 20-85%
<b>Technologie Bluetooth</b>	4.0 smart Low Energy
<b>Alimentation</b>	3 piles AAA (fournies)
<b>Durée de vie des piles</b>	12 mois - indicateur de batterie faible
<b>Arrêt automatique</b>	180 secondes
<b>Accessoires fournis</b>	Un pèse-aliments connecté, une notice.

## 9. GUIDE DE DÉPANNAGE

Si l'un des problèmes suivants survient lors de l'utilisation de votre MyNutriScale®, reportez-vous à ce guide de dépannage. Si le problème persiste, veuillez contacter notre support clients.

<b>ERREUR A L'ÉCRAN</b>	<b>CAUSE(S) POSSIBLE(S)</b>	<b>SOLUTION</b>
<b>Rien ne s'affiche quand vous appuyez sur le bouton « On/Off-Tare »</b>	Pas de piles / piles usagées	Insérez des piles neuves.
<b>L'icône  s'affiche</b>	Piles usagées	Insérez des piles neuves.
<b>“o-ld” s'affiche</b>	Avertissement de surcharge	Le poids maximal supporté par le pèse-aliments est de 5kg. Retirez immédiatement les éléments du pèse-aliments, des dommages irréversibles pourraient être causés à l'appareil.



**This device complies with part 15 of the FCC rules.**

Changes or modifications not expressly approved by the party responsible for compliance could void the user's authority to operate the equipment.

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 retailer or an experienced radio/TV technician for help.

# WARRANTY

## WARRANTY CARD

Purchase date

Date :..... / ..... / .....

Serial number

SN: .....

Retailer's seal Stamp:

**EN:** The Bewellconnect® device limited warranty provides that the Bewellconnect® devices will be free from material defects impacting performance in accordance with the documentation for a period of one (1) year when used under normal conditions consistent with the documentation, subject to the terms and limitations set forth below.

The Bewellconnect® device limited warranty is granted only to the original purchaser of the Bewellconnect® device, and is non-transferable. For the sake of clarity, in the case of a refurbishment of the Bewellconnect® device for the use of a different end-user during the original one-year term of the Bewellconnect® device limited warranty, the Bewellconnect® device limited warranty shall continue to be in effect for the remainder of such original one-year term. A purchase invoice or other proof of purchase will be required for after-sales service, in accordance with the Bewellconnect® device limited warranty. The purchase invoice is mandatory to be able to benefit from the Bewellconnect® device limited warranty.

The Bewellconnect® device limited warranty will be invalidated where serial numbers on products

are changed, replaced, illegible, absent or if a repair has been made without any outcome by any unauthorized service, including the user.

The Bewellconnect® device limited warranty covers only defective equipment or parts, and only defects that arise during normal use of the product for its intended purpose in accordance with the documentation. It does not cover damage caused during the dispatch or carriage of the device, caused by repairs made by a distributor, by alterations made, by the connection of equipment not approved by Bewellconnect®, or caused by use that is contrary to the documentation. Furthermore, the Bewellconnect® device limited warranty does not cover damage related to items being dropped, improper handling, improper installation, fire damage, flood, lightning, or any other natural disaster. The Bewellconnect® device limited warranty does not cover product packaging, accessories, or any defective appearance due to the display of the product for sale, in showrooms, retail outlets, for demonstration purposes, etc. Normal use, cleaning and replacement of parts with normal wear and tear are not covered by the terms of this guarantee.

Repair or replacement of the defective Bewellconnect® device is the customer's sole remedy for the Bewellconnect® device limited warranty, or, if the defective Bewellconnect® device cannot be repaired or replaced, refund of the amounts paid by the customer for the defective Bewellconnect® device will be the customer's sole remedy.

BEWELLCONNECT® PROVIDES ONLY THIS BEWELLCONNECT® DEVICE LIMITED WARRANTY, AND MAKES NO OTHER WARRANTIES OF ANY KIND. WITHOUT LIMITING THE FOREGOING, BEWELLCONNECT® EXPRESSLY DISCLAIMS ALL OTHER WARRANTIES, WHETHER ORAL OR WRITTEN, EXPRESSLY IMPLIED, STATUTORY OR OTHERWISE, INCLUDING, WITHOUT LIMITATION, THE IMPLIED WARRANTIES OF MERCHANTABILITY OR FITNESS FOR A PARTICULAR PURPOSE, AND ALL WARRANTIES ARISING FROM COURSE OF PERFORMANCE, COURSE OF DEALING OR USAGE IN TRADE. BEWELLCONNECT® SHALL NOT BE RESPONSIBLE FOR ANY WARRANTIES OR GUARANTEES GRANTED BY ANY DISTRIBUTOR OR OTHER THIRD PARTY.

TO THE MAXIMUM EXTENT PERMITTED BY APPLICABLE LAW, IN NO EVENT SHALL BEWELLCONNECT® OR ANY OF ITS AFFILIATES BE LIABLE WITH RESPECT TO ANY BEWELLCONNECT® DEVICE FOR (a) ANY SPECIAL, INDIRECT, INCIDENTAL, CONSEQUENTIAL, RELIANCE OR PUNITIVE DAMAGES, INCLUDING, WITHOUT LIMITATION, LOSS OF PROFITS, OR (b) ANY DIRECT DAMAGES IN EXCESS OF THE PRICE THAT CUSTOMER PAID FOR THE BEWELLCONNECT® DEVICE

---

**SP:** La Garantía limitada del dispositivo BewellConnect® dispone que los dispositivos BewellConnect® estarán libres de defectos materiales que afecten el rendimiento de conformidad con la documentación por un periodo de un (1) año bajo condiciones de uso normales consistentes con la documentación, sujeto a los términos y limitaciones estipuladas a continuación.

La Garantía limitada del dispositivo BewellConnect® se otorga únicamente al comprador original del dispositivo BewellConnect® y no es transferible. Para fines de aclaración, en caso de un reembolso del dispositivo BewellConnect® por el uso de un usuario final distinto durante el plazo de un año original de la Garantía limitada del dispositivo BewellConnect®, dicha Garantía limitada del dispositivo BewellConnect® continuará en vigencia por el resto de dicho plazo de un año original. Una factura de compra u otro comprobante de compra será requerido para servicio posventa, de conformidad con la Garantía limitada del dispositivo BewellConnect®. La factura de compra es obligatoria para poder

obtener el beneficio de la Garantía limitada del dispositivo BewellConnect®.

La Garantía limitada del dispositivo BewellConnect® será anulada cuando los números de serie en los productos hayan sido cambiados, reemplazados, estén ilegibles, ausentes o si se ha hecho una reparación sin resultado por cualquier servicio no autorizado, incluido por el usuario.

La Garantía limitada del dispositivo BewellConnect® cubre únicamente el equipo o piezas defectuosas, y solo los defectos que surjan durante el uso normal del producto para su propósito destinado de conformidad con la documentación. No cubre daños causados durante el despacho o acarreo del dispositivo causado por reparaciones hechas por un distribuidor, por alteraciones hechas, por la conexión del equipo no autorizada por BewellConnect®, o causada por un uso que sea contrario a la documentación. Asimismo, la Garantía limitada del dispositivo BewellConnect® no cubre daños relacionados a artículos que se dejen caer o sean manejados o instalados incorrectamente, dañados por incendio, inundación, rayos o cualquier otro desastre natural.

La Garantía limitada del dispositivo BewellConnect® no cubre el empaque del producto, accesorios ni ninguna apariencia defectuosa debido a que la exhibición del producto para su venta, en salas de exhibición, tiendas minoristas o para fines de demostración, etc. El uso normal, limpieza y reemplazo de piezas con desgaste y deterioro normal no están cubiertos por los términos de esta garantía.

La reparación o reemplazo del dispositivo BewellConnect® defectuoso es la única reparación para el cliente de la Garantía limitada del dispositivo BewellConnect®, o bien, si el dispositivo BewellConnect® defectuoso no se puede reparar ni reemplazar, el reembolso de la cantidad pagada por el cliente por el dispositivo BewellConnect® defectuoso será la única reparación para el cliente.

BEWELLCONNECT® PROPORCIONA ÚNICAMENTE ESTA GARANTÍA LIMITADA DEL DISPOSITIVO BEWELLCONNECT® Y NO HACE NINGUNA OTRA GARANTÍA DE NINGÚN TIPO. SIN LIMITAR LO ANTES MENCIONADO, BEWELLCONNECT® EXPRESAMENTE RENUNCIA CUALQUIER OTRA GARANTÍA, VERBAL O ESCRITA, EXPRESA O IMPLÍCITA, MANDATORIA O DE ALGUNA OTRA MANERA, INCLUIDO PERO NO LIMITADO A, LAS GARANTÍAS IMPLÍCITAS DE COMERCIABILIDAD O APTITUD PARA UN PROPÓSITO PARTICULAR, Y TODAS LAS GARANTÍAS QUE SURJAN DEL CURSO DE RENDIMIENTO, CURSO DE NEGOCIACIÓN O USO EN COMERCIO. BEWELLCONNECT® NO SE HACE RESPONSABLE POR NINGUNA GARANTÍA O GARANTÍAS OTORGADAS POR CUALQUEIRA DE SUS DISTRIBUIDORES O TERCEROS.

HASTA EL LÍMITE MÁXIMO PERMITIDO POR LA LEY APLICABLE, EN NINGÚN CASO BEWELLCONNECT® O NINGUNA DE SUS FILIALES SE HARÁ RESPONSABLE CON RESPECTO A CUALQUEIR DISPOSITIVO BEWELLCONNECT® POR (a) DAÑOS Y PERJUICIOS DIRECTOS O INDIRECTOS, CUANTIFICABLES O ACCESORIOS O PUNITIVOS, INCLUIDOS PERO NO LIMITADOS A, PÉRDIDA DE GANANCIAS, O (b) CUALQUEIR DAÑO DIRECTO QUE EXCEDA EL PRECIO QUE EL CLIENTE PAGÓ POR EL DISPOSITIVO BEWELLCONNECT®.

---

**FR:** BewellConnect® garantit que les produits BewellConnect® seront exempts de défauts significatifs impactant leur performance conformément à la documentation pour une période d'un (1) an lorsqu'ils sont utilisés dans des conditions normales conformément à la documentation du produit, sous réserve des conditions et restrictions énoncées ci-dessous.

La garantie du produit est accordée uniquement à l'acheteur original de l'appareil BewellConnect®, et est non-transférable. Par souci de clarté, dans le cas d'une remise en état de l'appareil BewellConnect® pour l'utilisation par un utilisateur final différent pendant la durée initiale d'un an de la garantie,



cette dernière restera en vigueur pour le reste de cette période initiale d'un an. Une facture d'achat ou autre preuve d'achat sera exigée pour le service après-vente, en conformité avec la garantie des produits BewellConnect®. La facture d'achat est obligatoire pour pouvoir bénéficier de la garantie sur les produits BewellConnect®.

La garantie sera invalidée si les numéros de série sur les produits sont modifiés, remplacés, illisible, absent ou si une réparation a été faite sans aucun résultat par un service non autorisé, y compris l'utilisateur.

La garantie limitée couvre uniquement l'équipement ou les pièces défectueux, et seulement les défauts qui surviennent lors de l'utilisation normale du produit pour la destination prévue dans sa documentation. Elle ne couvre pas les dommages causés lors de l'expédition ou le transport de l'appareil, par des réparations effectuées par un distributeur, par des altérations, par la connexion de l'équipement non approuvé par BewellConnect®, ou causés par une utilisation qui est contraire à la documentation. En outre, la garantie ne couvre pas les dommages liés à la chute du produit, à une mauvaise manipulation, à une installation incorrecte, aux dommages consécutifs à un incendie, une inondation, la foudre ou toute autre catastrophe naturelle.

La garantie ne couvre pas l'emballage du produit, les accessoires, ou toute apparence défectueuse liée à la présentation du produit à la vente dans les showrooms, les points de vente, à des fins de démonstration, etc. L'utilisation normale, le nettoyage et le remplacement des pièces d'usure ne sont pas couverts par les termes de cette garantie.

La réparation ou le remplacement du produit BewellConnect® défectueux est le seul recours du client pour la garantie ou, si le matériel BewellConnect® défectueux ne peut être ni réparé ni remplacé, alors le seul recours du client au titre de la garantie sera le remboursement des sommes versées par le client pour l'achat du produit en question.

**BEWELLCONNECT® OFFRE SEULEMENT CETTE GARANTIE, ET NE DONNE AUCUNE AUTRE GARANTIE D'AUCUNE SORTE. SANS LIMITER CE QUI PRECEDE, BEWELLCONNECT® DECLINE EXPRESSEMENT TOUTE AUTRE GARANTIE, ORALE OU ÉCRITE, EXPRESSEMENT IMPLICITE, OBLIGATOIRE OU AUTRE, Y COMPRIS, SANS LIMITATION, LES GARANTIES DE QUALITÉ MARCHANDE OU D'ADAPTATION À UN USAGE PARTICULIER, ET TOUTES LES GARANTIES PROVENANT DE COURS DE PERFORMANCE, COURS DES AFFAIRES OU DES USAGES DANS LE COMMERCE. BEWELLCONNECT® NE SERA PAS RESPONSABLE DES ENGAGEMENTS OU GARANTIES ACCORDÉS PAR TOUT DISTRIBUTEUR OU AUTRES TIERS PARTIES.**

**DANS LA MESURE MAXIMALE AUTORISÉE PAR LA LOI APPLICABLE, EN AUCUN CAS BEWELLCONNECT® OU SES FILIALES NE SAURAIENT ÊTRE RESPONSABLES EN CE QUI CONCERNE TOUT PRODUIT BEWELLCONNECT® POUR (a) TOUTS DOMMAGES PARTICULIERS, SECONDAIRES, INDIRECTS, CONSÉCUTIFS OU PUNITIFS, Y COMPRIS, SANS LIMITATION, PERTE DE PROFITS, OU (b) TOUTS DOMMAGES DIRECTS EXCÉDANT LE PRIX QUE LE CLIENT A PAYÉ POUR LE PRODUIT BEWELLCONNECT®.**



**EN:** *The device, accessories, and the packaging must be disposed of correctly at the end of usage. Please follow local ordinances and regulations for disposal.*

**SP:** *El dispositivo, los accesorios y el embalaje tienen que ser desechados correctamente al final del uso. Por favor, siga las normas locales o reglamentos para su eliminación.*

**FR:** *Le dispositif, ses accessoires et son emballage doivent être recyclés de la façon appropriée au terme de leur utilisation. Veuillez respecter les règlements et règles locaux.*

© 02/2017 BW-SCF5

**EN:** *BewellConnect® is a brand registered by Visiomed Group SA. The constructor keeps the right to modify the photographs and characteristics without previous notice. Registered design. The logos and trademarks are the property of their respective owners.*

**SP:** *BewellConnect® es una marca registrada por Visiomed Group SA. El fabricante se reserva el derecho de modificar las fotos y características sin previo aviso. Modelo registrado.*

**FR:** *BewellConnect® est une marque déposée par Visiomed Group SA. Le constructeur se réserve le droit de modifier les photos et caractéristiques sans avis préalable. Modèle déposé. Les logos et marques sont la propriété respective de leurs auteurs.*





---

MANUFACTURED FOR

---

North American market /  
Marché Nord Américain

**BEWELLCONNECT CORP**  
575 Boylston Street, Ste. 3W  
BOSTON, MA 02116 - USA  
support.bewell-connect.com  
**www.bewell-connect.com**

European market /  
Marché Européen

**VISIOMED GROUP SA**  
112, Avenue Kléber  
75116 PARIS - France  
contact@visiomed-lab.fr  
Tel : +33 (8) 92 350 366  
(0,40€/mn)  
**www.visiomed-lab.com**  
**www.bewell-connect.fr**