

MANUAL DE INSTRUÇÕES DO MEDIDOR DIGITAL DE PRESSÃO ARTERIAL CH-456

CITIZEN



2601

Data de emissão: 2026-04-01

■ Certifique-se de que tem todos os seguintes componentes:

- Monitor de tensão arterial • Manual de instruções
- 4 pilhas AA (para o monitor)
- Braçadeira (modelo: SCN-003) [OPCIONAL]
- Braçadeira grande (modelo: SCL-005) • Adaptador CA (modelo: AC-230CZ)



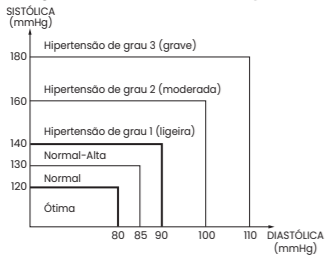
OBSERVAÇÕES GERAIS

Observações gerais sobre tensão arterial e como medi-la.

1. Para esvaziar rapidamente a braçadeira, pressione o botão "START/STOP" (Iniciar/Parar).
2. Antes de colocar a braçadeira para medir a tensão arterial, certifique-se de que tem o tamanho correto:
 - A braçadeira (modelo: SCN-003) é adequada para uma circunferência de braço de 22 a 32cm [OPCIONAL]
 - A braçadeira grande (modelo: SCL-005) é adequada para uma circunferência de braço de 32 a 42 cm
3. Ao colocar a braçadeira, ajuste a respetiva posição de modo a que a marca azul fique no centro do seu braço e a orla da braçadeira fique 1 a 2 cm (no caso da braçadeira padrão) ou 2 a 3 cm (no caso da braçadeira grande) acima do cotovelo.
4. A automedicação não é terapia! Em nenhuma circunstância deverá alterar a dose da medicação que lhe foi prescrita pelo seu médico.
5. Como preparação para medir a tensão arterial, deve urinar e manter-se depois relativamente imóvel durante 10 a 15 minutos antes de fazer a medição.
6. NÃO dê demasiada importância aos resultados de uma única medição. Mantenha um registo continuado das variações da sua tensão arterial. Uma visão completa só pode ser obtida com base num grande número de medições.

Para obter medições corretas da sua tensão arterial:

1. Respire cinco ou seis vezes e descontraia-se depois antes de medir a sua tensão arterial. Se estiver tenso(a) ao fazer a medição, não irá obter uma leitura válida.
2. A sua tensão arterial será elevada se estiver ansioso(a) ou irritado(a), com falta de sono ou com prisão de ventre, ou se tiver acabado de fazer exercício ou de comer uma refeição.
3. Coloque a braçadeira em volta do braço e ajuste-a de modo a poder inserir um dedo entre a braçadeira e o braço.
4. NÃO meça a tensão arterial a seguir a um banho ou a tomar uma bebida.
5. Meça a tensão arterial quando a temperatura ambiente for de aproximadamente 20 °C. NÃO meça a tensão arterial quando o ambiente estiver muito frio (menos de 10 °C) ou muito quente (acima de 40 °C).
6. NÃO tente medir a tensão arterial imediatamente depois de beber café ou chá ou de fumar.
7. Meça a tensão arterial quando estiver descontraído(a) e parado(a). Mantenha o centro da braçadeira ao nível do coração e NÃO mexa o braço nem fale.
8. NÃO meça a tensão arterial quando tiver tido a braçadeira no braço alguns minutos ou mais. Durante esse tempo, o seu braço terá acumulado uma tensão arterial mais alta e não obterá uma leitura válida.
9. Se o visor mostrar o indicador de movimento do corpo ou de batimento cardíaco irregular (IHB), descontraia-se e volte a medir a tensão. Se o indicador de batimento cardíaco irregular (IHB) aparecer frequentemente, é aconselhável consultar um médico sobre o seu estado de saúde.
10. A figura seguinte mostra as classificações da tensão arterial segundo as normas da OMS.



Observações:

O gráfico não é rigorosamente exato, mas pode ser usado como orientação para compreender as medições não invasivas da tensão arterial. O aparelho destina-se a ser usado apenas por adultos.

Definições e classificações dos níveis de tensão arterial

- * Esta unidade não está equipada com um indicador que mostra visualmente a classificação da tensão arterial medida (Ótima/Normal/Normal-Alta/Hipertensão de Grau 1/Hipertensão de Grau 2/Hipertensão de Grau 3) após cada medição.
- 11. Utilização prevista
 - Este aparelho é um monitor de tensão arterial não invasivo que utiliza o método oscilométrico. Pode medir automaticamente a tensão arterial sistólica (SYS), a tensão arterial diastólica (DIA) e a pulsação.
 - Este aparelho deve ser usado para monitorizar o estado de saúde pessoal em casa, sob a direção de um médico, e não pretende ser um aparelho de diagnóstico.
 - Este aparelho não deve ser usado com recém-nascidos ou com bebés e não se destina a fazer a medição repetitiva automatizada.

Meça a tensão arterial todos os dias à mesma hora.

* A tensão arterial muda constantemente. Isto significa que os dados obtidos ao longo de um período prolongado são muito mais significativos que os dados resultantes de uma única medição. Por esta razão, deve medir a sua tensão arterial diariamente. O ideal é, sempre que possível, medir a tensão arterial todos os dias à mesma hora.

PRECAUÇÕES PARA UTILIZAÇÃO E MANUTENÇÃO

Precauções para utilização

1. Se sofre de doença cardíaca, tensão arterial alta ou outra doença circulatória, consulte o seu médico antes de usar o monitor.
2. Insufiar demasiado a braçadeira pode resultar em equimoses no local onde a braçadeira for colocada. Se a pressão da braçadeira lhe parecer anormal, ou se notar qualquer outra irregularidade ao usar a braçadeira, reduza imediatamente a pressão pressionando o botão "START/STOP" (Iniciar/Parar), retire a braçadeira ou desligue o conector do tubo de ar do monitor e contacte o ponto de venda onde adquiriu o monitor.
3. Se achar que a medição é anormal ou se a medição o(a) fizer sentir-se mal, deixe de utilizar o monitor e consulte o seu médico.
4. Poderá não ser possível medir a tensão arterial de uma pessoa que tenha pulsação fraca ou arritmia.

5. A medição repetida da tensão arterial e a insuflação excessiva e prolongada podem causar problemas como congestionamento ou inchaço nalgumas pessoas.
6. As medições da tensão arterial frequentemente repetidas não darão resultados exatos. Dê um intervalo de aproximadamente 1 minuto entre as medições.
7. Se tem um problema grave de circulação do sangue nos braços, consulte o seu médico antes de usar o monitor. Se não o fizer, poderá pôr em perigo a sua saúde.
8. Pode não ser possível medir a tensão arterial de uma pessoa com circulação de sangue insuficiente para a área em que as medições são feitas, ou que sofra de batimento cardíaco irregular. Consulte o seu médico para aconselhamento sobre se deve ou não usar o monitor.
9. NÃO coloque a braçadeira num braço ferido.
10. NÃO coloque a braçadeira num braço que esteja a receber uma infusão intravenosa ou que esteja a ser usado para transfusão de sangue como parte de um tratamento médico. Tal poderia resultar numa lesão ou acidente grave.
11. Não partilhe a braçadeira com outra pessoa que tenha alguma infeção para evitar infeção cruzada.
12. Se tiver alguma dúvida sobre a colocação da braçadeira no braço do lado de uma mastectomia, consulte o seu médico.
13. NÃO use o monitor na proximidade de gases inflamáveis, como por exemplo os gases usados para anestesia. Isso poderia inflamar os gases e causar uma explosão.
14. NÃO use o monitor em ambientes enriquecidos com oxigénio como uma câmara hiperbárica ou uma tenda de oxigénio num hospital. Isso poderia inflamar o oxigénio e causar um incêndio.
15. NÃO utilize telemóveis junto ao monitor porque tal poderia causar um funcionamento incorreto.
16. Se usa um estimulador cardíaco (*pacemaker*), consulte o seu médico antes de usar o monitor.
17. Certifique-se de usar esta unidade apenas para medir a tensão arterial. NÃO a utilize para qualquer outro fim.
18. Utilize apenas os nossos componentes e acessórios autorizados. Componentes e acessórios não autorizados para utilização com o aparelho poderão danificar a unidade.
19. NÃO utilize esta unidade em bebés.
20. Poderá não ser possível medir a tensão arterial de pessoas com arritmias comuns como batimentos auriculares ou ventriculares prematuros ou fibrilação auricular.

Precauções de manutenção

1. NÃO guarde o monitor de tensão arterial em locais expostos a luz solar direta, temperaturas elevadas (acima de 60 °C), temperaturas baixas (inferiores a -20 °C), humidade relativa elevada (acima de 95%) ou poeira excessiva. Certifique-se de guardar o monitor de tensão arterial num local inacessível a crianças, animais domésticos ou infestações.
2. NÃO deixe cair o monitor de tensão arterial ou a braçadeira, nem os sujeite a outros impactos ou vibração.
3. Tire as pilhas do monitor se ele vai estar muito tempo sem ser usado.
4. NÃO tente desmontar o monitor ou a braçadeira.
5. NÃO dobre demasiado a braçadeira ou o tubo do ar.
6. Se o monitor e a braçadeira estiverem muito sujos, limpe-os com um pano humedecido com detergente neutro. Passe-lhes depois um pano seco.
7. NUNCA utilize álcool, diluentes ou benzina para limpar o monitor de tensão arterial porque isso poderia danificar o monitor.
8. Para limpar a braçadeira, utilize um pano húmido. Evite esfregar, porque isso poderá causar fugas de ar. Tenha também cuidado para não deixar entrar água para o tubo de ar.

	Atenção	Não é permitida qualquer modificação deste aparelho.
--	----------------	--

Explicação dos símbolos

- : A marca CE destina-se a dar informação a inspetores de mercado nos países membros da UE.
- : Peça aplicada tipo BF (a braçadeira é uma peça aplicada tipo BF.)
- : Manter seco
- : Atenção
- : Consultar o manual de instruções antes de usar
- : Aparelho em conformidade com a diretiva REEE
- : Fabricante

	Atenção	O aparelho foi submetido a ensaios e aprovado em conformidade com a norma EN60601-1-2 para compatibilidade eletromagnética. Isto não garante de modo algum que o aparelho não seja afetado por interferência eletromagnética. Evite usar o aparelho num ambiente fortemente eletromagnético.
--	----------------	--

Natureza e frequência da manutenção:

Este produto foi concebido para utilização por muito tempo. No entanto, é geralmente recomendado que seja inspecionado a intervalos de dois anos para assegurar um funcionamento e desempenho corretos.

Proteja o ambiente:

Ajude a proteger o ambiente respeitando os regulamentos nacionais e/ou locais em matéria de reciclagem quando eliminar as pilhas e o produto no fim da respetiva vida útil.

MARCA REEE

Quando quiser eliminar este produto, não o misture com o lixo doméstico. Existe um sistema de recolha seletiva para produtos eletrónicos usados, em conformidade com a legislação decorrente da diretiva REEE (Diretiva 2012/19/UE), em vigor apenas dentro da União Europeia.

Informação sobre eliminação noutros países, fora da União Europeia.

Se deseja eliminar pilhas usadas, contacte a sua autoridade local ou o seu concessionário e informe-se sobre o método de eliminação correto.

Nota referente ao símbolo da pilha.

O símbolo pode ser usado em combinação com um símbolo químico. Nesse caso, indica conformidade com o requisito estabelecido pela diretiva referente ao químico em causa.

Norma europeia de referência:

O aparelho de medição da tensão arterial corresponde ao regulamento EN60601-1, EN1060-1, EN1060-3, EN1060-4.

Calibragem:

É geralmente recomendado que este aparelho de medição da tensão arterial seja inspecionado a intervalos de dois anos para assegurar um funcionamento correto e exato. Contacte um distribuidor.



Nome: CITIZEN SYSTEMS JAPAN CO., LTD.
Endereço: 6-1-12, Tanashi-cho, Nishi-Tokyo-shi, Tokyo 188-8511, Japão

Fábrica

Nome: CITIZEN SYSTEMS (JIANGMEN) CO., LTD.
Endereço: Building 6, No. 399 Jinxing Road, Jianghai District, Jiangmen, Guangdong, 529040, China.



Representante na Europa

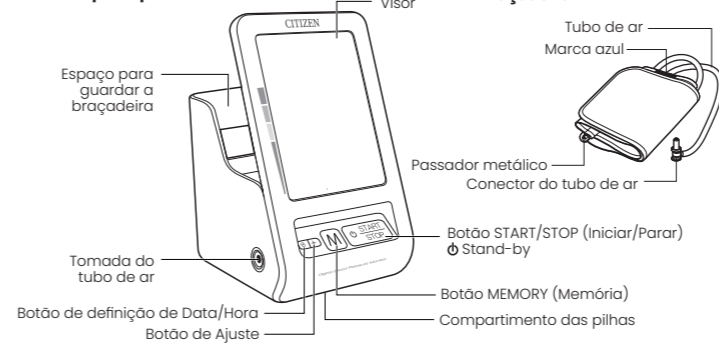
Nome: EMERGO EUROPE
Endereço: Westervoortsedijk 60, 6827 AT Arnhem, Holanda
Fabricado na China



IDENTIFICAÇÃO DE COMPONENTES

Nomes dos componentes

<Unidade principal>



<Visor>



CARREGAR AS PILHAS

(As pilhas fornecidas com a unidade devem ser colocadas no compartimento antes de usar o monitor de tensão arterial.)

- * Quando carregar as pilhas pela primeira vez após a compra, o monitor visualizará o ecrã de configuração do relógio. Siga o passo 2 e os passos seguintes de ACERTAR A HORA para configurar o relógio.

1 Abra a tampa do compartimento das pilhas.

Pressionando a patilha para baixo, puxe a tampa para si para abrir.



- * Se o monitor de tensão arterial vai estar muito tempo sem ser usado, as pilhas devem ser retiradas do compartimento.

2 Coloque as pilhas no compartimento.

Coloque as pilhas dando atenção aos símbolos de positivo e negativo dos terminais ⊕ e ⊖.

3 Feche a tampa das pilhas.

Colocando as aletas da tampa nas reentrâncias correspondentes no corpo do compartimento das pilhas, carregue na patilha para fechar a tampa.

RETIRAR AS PILHAS

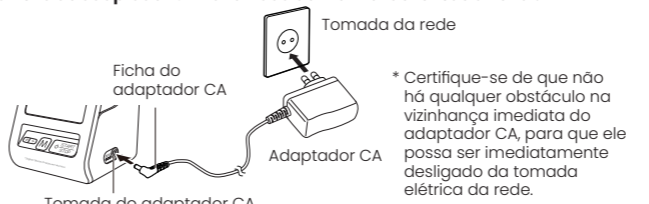
- Quando for visualizado o símbolo ou quando nada aparecer no visor, substitua as pilhas antigas por quatro pilhas novas. Deve substituir as quatro pilhas ao mesmo tempo.
- A capacidade restante nas pilhas é inadequada.
- Acerte o relógio depois de mudar as pilhas.
- Os dados armazenados na memória não são apagados pela mudança das pilhas.
- Não use pilhas recarregáveis.
- Não use pilhas alcalinas (LR6) e pilhas de manganês (R6P) juntas.
- As pilhas incluídas com o monitor destinam-se apenas a fins de demonstração. A duração das pilhas pode ser inferior à respetiva especificação.
- Ao eliminar pilhas usadas, respeite os regulamentos governamentais ou as regras de instituições públicas relativas ao ambiente aplicáveis no seu país ou área.

UTILIZAÇÃO DE UM ADAPTADOR CA (OPCIONAL)

Usar o adaptador CA opcional específico (modelo: AC-230CZ) com o monitor de tensão arterial CITIZEN (CH-456) permite-lhe medir a tensão arterial sem ter de se preocupar com a carga restante nas pilhas.

	Atenção	O monitor CH-456 e o adaptador AC-230CZ devem ser usados dentro de casa, num local seco.
--	----------------	--

1 Insira a ficha do adaptador CA na tomada do monitor de tensão arterial.



- * Certifique-se de que não há qualquer obstáculo na vizinhança imediata do adaptador CA, para que ele possa ser imediatamente desligado da tomada elétrica da rede.

2 Ligue o adaptador CA a uma tomada elétrica da rede.

- Se pensa usar o adaptador CA por um período de tempo prolongado, retire as pilhas do aparelho. Se as pilhas forem deixadas no compartimento, pode ocorrer uma fuga de eletrólito das pilhas e causar uma avaria no monitor de tensão arterial.
- É recomendado ter pilhas na unidade quando usar o adaptador CA. Se não houver pilhas na unidade quando o adaptador CA for desligado da tomada elétrica ou da própria unidade, serão perdidas as definições de data e hora.
- Ligue o adaptador CA à tomada num local que permita desligá-lo facilmente, com rapidez e segurança, caso ocorra um problema.
- Ao desligar o adaptador CA, desligue-o primeiro da tomada elétrica da rede e retire depois a ficha da tomada do monitor de tensão arterial.

O adaptador CA específico (modelo: AC-230CZ) para o CH-456 é opcional. Pode ser adquirido em retalhistas que vendam monitores de tensão arterial CITIZEN.

ACERTAR A HORA

Configurar o relógio permite registar as medições com exatidão.

O monitor pode registar a data e a hora da medição assim como os respetivos resultados. Acerte o relógio depois de colocar as pilhas. Acerte primeiro a data e depois a hora.

- * Quando carregar as pilhas pela primeira vez, o monitor visualizará o ecrã de configuração do relógio. Não necessita de executar o passo 1. Passe ao passo 2. Se, mais tarde, quiser alterar a configuração do relógio, comece pelo passo 1.

1 Pressione continuamente o botão de definição de Data/Hora durante aproximadamente dois segundos.

O indicador "ano" pisca.

2 Pressione o botão de Ajuste para acertar o "ano".

Pressione o botão de Ajuste para avançar o número em incrementos de uma unidade. (O ano pode ser acertado no intervalo de 2015-2044.)

Pressione o botão de definição de Data/Hora para confirmar a definição. O ano está agora definido e o indicador "mês" pisca.

- * Pode avançar rapidamente os números no visor pressionando continuamente o botão de Ajuste .

3 Pressione o botão de Ajuste para acertar o "mês".

Pressione o botão de Ajuste para avançar o número em incrementos de uma unidade.

Pressione o botão de definição de Data/Hora para confirmar a definição.

O mês está agora definido e o indicador "dia" pisca.

4 Pressione o botão de Ajuste para acertar o "dia".

Pressione o botão de Ajuste para avançar o número em incrementos de uma unidade.

Pressione o botão de definição de Data/Hora para confirmar a definição.

O dia está agora definido e o indicador "hora" pisca.

5 Pressione o botão de Ajuste para acertar a "hora".

Pressione o botão de Ajuste para avançar o número em incrementos de uma unidade.

Pressione o botão de definição de Data/Hora para confirmar a definição.

A hora está agora definida e o indicador "minutos" pisca.

6 Pressione o botão de Ajuste para acertar os "minutos".

Pressione o botão de Ajuste para avançar o número em incrementos de uma unidade.

Pressione o botão de definição de Data/Hora , consultando o relógio para acertar a hora, para confirmar a definição. Os minutos estão agora definidos e a indicação "12" (formato de 12 horas) pisca.

7 Pressione o botão de Ajuste para acertar o "formato da hora".

A definição alterna entre o formato de 12 horas (12H) e o formato de 24 horas (24H) de cada vez que o botão de Ajuste é pressionado.

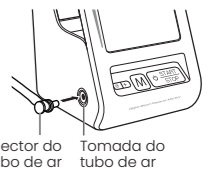
Pressione o botão de definição de Data/Hora para confirmar a definição (12H ou 24H).

Quando acabar de configurar o relógio, a data e a hora definidas serão brevemente visualizadas, após o que o visor se apagará.

MEDIR A TENSÃO ARTERIAL

1 Ligue o conector do tubo de ar à unidade principal.

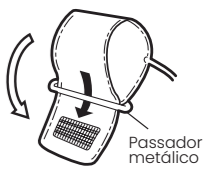
- Ligue o conector do tubo de ar inserindo-o com firmeza na respetiva tomada da unidade principal, conforme ilustrado.



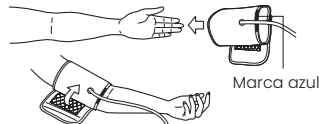
2 COLOCAR A BRAÇADEIRA

Antes de colocar a braçadeira para medir a tensão arterial, certifique-se de que tem o tamanho correto: **A braçadeira (modelo: SCN-003)** é adequada para uma circunferência de braço de 22 a 32 cm [OPCIONAL] **A braçadeira grande (modelo: SCL-005)** é adequada para uma circunferência de braço de 32 a 42 cm

1 Desenrole a braçadeira e enfie a ponta pelo passador metálico de modo a que o lado com a banda de fixação fique para fora.

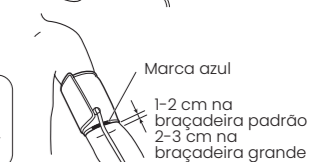


2 Coloque a braçadeira no braço de modo a que a marca azul fique voltada para a palma da mão.

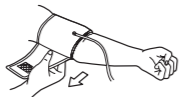


3 Ajuste a posição da braçadeira de modo a que a marca azul fique no centro do seu braço e a orla da braçadeira fique 1 a 2 cm (no caso da braçadeira padrão) ou 2 a 3 cm (no caso da braçadeira grande) acima do cotovelo.

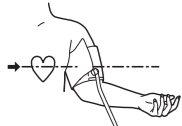
- * A braçadeira deve ser colocada no braço nu ou por cima de roupa interior leve.
- * Se tem uma camisa ou camisola grossa vestida, dispa-a.



4 Puxe a ponta da braçadeira para fora para ajustar a braçadeira ao braço e prenda-a usando a banda de fixação.



5 Coloque o braço sobre uma mesa ou superfície semelhante, de modo a que o centro da braçadeira fique à altura do seu coração.



* Coloque a braçadeira no braço tendo o cuidado de assegurar um ajuste correto. O ajuste estará correto se puder inserir um dedo entre o braço e a braçadeira.

6 Descontraia o braço e abra ligeiramente a mão, com a palma para cima.

7 Coloque a braçadeira à altura do coração.

8 Pressione o botão “START/STOP” (Iniciar/Parar).

- A visualização inicial de todos os dígitos indica que o monitor está a funcionar normalmente.
- A braçadeira é automaticamente pressurizada.
- * Se a unidade detetar que a pressurização é insuficiente, voltará automaticamente a pressurizar a braçadeira.



- ♥ será visualizado quando for detetada a pulsação.
- * Quando quiser parar a medição, pressione o botão “START/STOP” (Iniciar/Parar). A braçadeira é esvaziada e a medição para.

* Se a pressurização exceder 280 mmHg, se sentir que a pressurização não é normal ou se quiser parar o processo de medição, volte a pressionar o botão “START/STOP” (Iniciar/Parar). A braçadeira será esvaziada e a alimentação de corrente desligar-se-á.

9 São visualizados os resultados da medição.



- Uma vez terminada a medição, a braçadeira é esvaziada e os resultados da medição (valores da tensão arterial sistólica/diastólica, pulsação) são visualizados.
- * Desde que não haja qualquer erro nos resultados da medição, eles serão automaticamente guardados.

6 Terminar a medição.

- Pressione o botão “START/STOP” (Iniciar/Parar) para desligar o monitor.
- Depois de medir a tensão arterial, se premir o botão “START/STOP” (Iniciar/Parar), o monitor será desligado. Contudo, se não pressionar o botão, a função de Desligamento Automático do monitor desligará automaticamente o aparelho passados 3 minutos.

[Pressurização manual]

- Se espera que a sua tensão arterial sistólica seja superior a 200 mmHg, use a pressurização manual quando fizer uma medição.
- Mantenha o botão “START/STOP” (Iniciar/Parar) pressionado até atingir o valor de pressão em que deseja parar a pressurização (aproximadamente 40 mmHg acima da tensão arterial sistólica). Pode fazer com que a unidade pare a pressurização soltando o botão quando atingir o valor citado acima.
- O limite superior de pressão é de 280 mmHg.

O indicador de movimento do corpo aparecerá no visor com os resultados da medição se mexer a mão ou o braço durante a medição, fazendo com que seja detetada uma alteração substancial na tensão.

Se o indicador de movimento do corpo for visualizado, volte a medir a sua tensão arterial.

Se for detetado um batimento cardíaco irregular durante a medição, será visualizado o respetivo indicador de batimento cardíaco irregular (IHB) depois de terminada a medição.

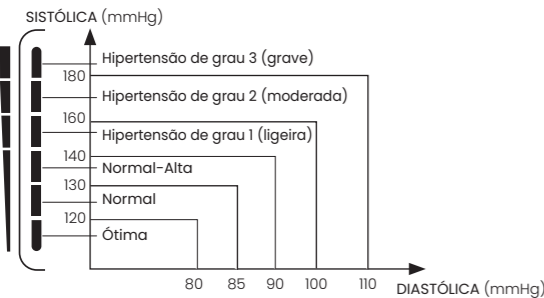
Um batimento cardíaco irregular é definido como um batimento cardíaco que varia em ±25% relativamente à média dos últimos 5 batimentos medidos.

A medição pode não ser exata se os seus batimentos cardíacos variarem muito durante a medição. Se o indicador de batimento cardíaco irregular (IHB) for visualizado, volte a medir a sua tensão arterial.

Atenção Se o indicador de batimento cardíaco irregular (IHB) aparecer frequentemente, é aconselhável consultar um médico sobre o seu estado de saúde.

Indicador de classificação de hipertensão

O valor da tensão arterial medida é visualizado em conformidade com as normas da OMS.



SUGESTÕES PARA OBTER MEDIÇÕES EXATAS

A tensão arterial varia de acordo com a posição do corpo, a hora do dia e vários outros fatores. O ideal é medir a sua tensão arterial na mesma posição e à mesma hora todos os dias.

Medir a tensão sentado(a)

- * Sente-se confortavelmente com os pés assentes no chão e sem cruzar as pernas.
- ① Coloque o braço estendido sobre a mesa ou outra superfície semelhante.
- ② É importante ter a braçadeira ao nível do coração.
- ③ Abra ligeiramente a mão sobre a mesa, com a palma para cima e os dedos descontraidos.
- ④ Não movimente o corpo nem fale durante a medição.

Medir a tensão deitado(a)

- * Descontraia-se para evitar fazer pressão sobre a braçadeira.

Pode usar o braço direito para medir a tensão arterial.

O valor da tensão arterial pode diferir até 10 mmHg quando medido no braço direito em vez do esquerdo (ou vice-versa). Meça a tensão arterial no mesmo braço todos os dias.

OBTER DADOS ARMAZENADOS NA MEMÓRIA

Podem ser guardados na memória até 90 resultados de medições. O valor médio é calculado automaticamente para o(a) ajudar a gerir a sua saúde no dia-a-dia.

Pressione uma vez o botão Memory (Memória).

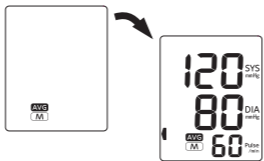
- * Exemplo de ecrã visualizado quando é pressionado o botão Memory (Memória).



Botão Memory (Memória)

Na base do visor, é visualizado **AVG** a indicar que se trata de um valor médio. É depois visualizado esse valor médio, com base nas três medições mais recentes.

* (A indicação **AVG** e o valor médio não serão visualizados se houver duas ou menos medições guardadas na memória.)

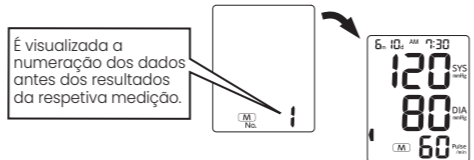


Se voltar a pressionar o botão Memory (Memória) serão visualizados os dados de medições anteriores.

De cada vez que pressionar o botão, serão visualizados os dados de medições anteriores, da mais recente para a mais antiga.

* Pode avançar rapidamente a numeração dos dados visualizados pressionando continuamente o botão Memory (Memória).

- * Exemplo de ecrã visualizado quando é pressionado o botão Memory (Memória).



É visualizada a numeração dos dados antes dos resultados da respetiva medição.

- Os valores guardados na memória são numerados pela ordem das medições efetuadas, da mais recente para a mais antiga. Por exemplo, se houver 90 conjuntos de dados guardados na memória, os dados com o número 1 representarão os dados da medição mais recente.

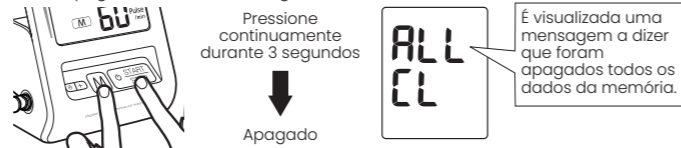
Numeração dos dados: 1, 2, 3, 89, 90

↑ Dados mais recentes ↑ Dados mais antigos

COMO APAGAR OS DADOS

Ao mesmo tempo que pressiona o botão Memory (Memória), pressione continuamente o botão “START/STOP” (Iniciar/Parar) durante mais de 3 segundos.

Serão apagados todos os dados guardados na memória.



ACERCA DA “TENSÃO ARTERIAL”

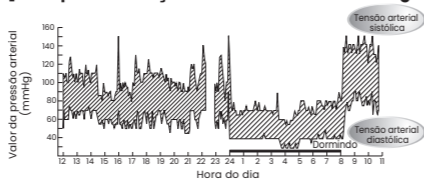
O que é a tensão arterial?

O coração é uma bomba que faz circular o sangue por todo o corpo. O sangue é bombeado a uma pressão constante do coração para as artérias. Esta pressão é chamada tensão arterial e representa, em termos gerais, a pressão do sangue. A tensão arterial é indicada por diversos tipos de tensão, incluindo a tensão sistólica, que ocorre quando o coração bombeia o sangue, e a tensão diastólica, que ocorre quando o sangue volta ao coração.

A tensão arterial muda constantemente.

A tensão arterial varia de acordo com a idade, o género e vários outros fatores. É provavelmente afetada pelo seu biorritmo durante o dia, assim como pela sua posição do corpo, por atividades físicas, atividades mentais, nível de stress e até pela temperatura do ar. A tensão arterial de uma pessoa saudável varia geralmente ao longo do dia.

[Exemplo de variações da tensão arterial ao longo de um dia]



(Valores da tensão arterial medidos a intervalos de cinco minutos ao longo do dia)

- Bevan AT, Honour AJ, Stott FH. Clin Sci 1969;36:329-44.

PERGUNTAS E RESPOSTAS SOBRE TENSÃO ARTERIAL

P Porque é que a tensão arterial medida em casa é diferente da tensão arterial medida pelo médico ou no hospital?

R A tensão arterial pode variar em resultado de exercício, da temperatura ambiente ou do seu estado mental. Quando a tensão arterial é medida por um médico ou enfermeiro, é provável que o valor seja 10 a 20 mmHg mais alto que o habitual por motivo de ansiedade e/ou stress. Saber o que afeta a sua tensão arterial ajudá-lo(a)-á a monitorizar melhor a sua saúde.

P Porque é que a tensão arterial obtida varia com a medição?

R A nossa tensão arterial é ajustada pelo funcionamento automático dos nervos. A tensão arterial é diferente com cada batimento cardíaco. Podemos pensar que a nossa tensão arterial é constante, mas de facto ela varia se fizermos medições repetidas. A tensão arterial é suscetível de alteração com a hora do dia, como seja de manhã ou à tarde, a estação do ano e a temperatura do ar. Além disto, a tensão arterial é facilmente afetada por stress ou por alterações emocionais. Tende a subir quando a pessoa está tensa ou a descer quando está descontrada.

P Qual é o benefício de medir a minha tensão arterial em casa?

R Medir a tensão arterial em casa pode fornecer dados confiáveis porque as medições podem ser feitas quando se encontra estável e descontrado(a). Os médicos dão bastante importância às medições da tensão arterial feitas em casa. Deve medir a sua tensão arterial à mesma hora todos os dias e registar as variações na tensão.

! Consulte sempre o seu médico para uma interpretação dos seus valores de tensão arterial e para determinar o tratamento adequado.

EXPLICAÇÃO DOS SÍMBOLOS NO VISOR

INDICAÇÃO NO VISOR	CONDIÇÃO/CAUSA	AÇÃO CORRETIVA
Err 1	Parece que a braçadeira está demasiado frouxa.	Coloque corretamente a braçadeira e volte a fazer a medição. “COLOCAR A BRAÇADEIRA”
Err 2	É visualizada quando a braçadeira não está corretamente colocada e não é possível detetar a pulsação.	
Err 3	É visualizada quando a tensão é de 300 mmHg ou mais.	
280	A pressão é de 281 mmHg ou mais.	Se a pressão não descer automaticamente durante a medição, pressione imediatamente o botão “START/STOP” (INICIAR/PARAR) e desligue a unidade. Volte a fazer a medição.
ou	É visualizada quando as pilhas estão esgotadas.	Substitua as pilhas. “RETIRAR AS PILHAS”
120/80/Er	É visualizada quando a pulsação está fora do intervalo de medição (menos de 39 batimentos/minuto ou mais de 181 batimentos/minuto).	Volte a colocar corretamente a braçadeira. Respire fundo para descontrair e volte a fazer a medição. “SUGESTÕES PARA OBTER MEDIÇÕES EXATAS”
	A unidade não está a funcionar corretamente.	Contacte a loja onde a comprou ou o seu centro de assistência local. “ANTES DE PEDIR REPARAÇÕES OU TESTES”

ANTES DE PEDIR REPARAÇÕES OU TESTES

Verifique o seguinte antes de enviar o monitor de tensão arterial para testes ou reparação.

Problema	Verificações	Resposta
O visor permanece em branco quando pressionar o botão “START/STOP” (Iniciar/Parar).	Veja se as pilhas estão gastas. Verifique se as pilhas estão bem colocadas (com a polaridade ⊕ e ⊖ correta).	Substitua as pilhas por outras novas. Coloque as pilhas respeitando a polaridade correta.
Não é possível fazer medições.	Veja se é visualizado o símbolo ♥ Veja se a braçadeira está devidamente colocada. Manteve-se calmo(a) durante a medição?	Coloque corretamente a braçadeira. Volte a medir a tensão arterial, tendo o cuidado de não fazer movimentos.
	Note que poderá não ser possível medir a tensão arterial de uma pessoa que tenha uma pulsação extremamente fraca ou arritmia cardíaca (pulso irregular).	
Os seus valores de tensão arterial estão anormalmente altos ou baixos em comparação com os obtidos no hospital.		Consulte PERGUNTAS E RESPOSTAS SOBRE TENSÃO ARTERIAL.
Outros casos		Retire as pilhas da unidade e substitua-as por pilhas novas.

* Quando quiser eliminar este produto, não o misture com o lixo doméstico. Existe um sistema de recolha seletiva de produtos eletrónicos usados em conformidade com a legislação.

ESPECIFICAÇÕES

Número do modelo:	CH-456		
Sistema de medição:	Método oscilométrico		
Local de medição:	Braço		
Braçadeira:	Braçadeira macia		
Valores de circunferências da braçadeira:	22,0 a 32,0 cm		
Gama de medição:	Tensão	0 a 280 mmHg	
	Pulsação	40 a 180 pulsações/min	
Exatidão:	Tensão	±3 mmHg	
	Pulsação	±5% do valor medido	
Visores LCD:	Tensão	3 dígitos	
	Pulsação	3 dígitos	
	Símbolos	<ul style="list-style-type: none"> ♥ Símbolo de medição ■ Símbolo das pilhas ⚡ Indicador de batimento cardíaco irregular (IHB) ⬇ Indicador de movimento do corpo Ⓜ Símbolo de memória AVG Indicador de média ⚠ Indicador de classificação de hipertensão 	
Botões:	4 (⊕, +, START/STOP (Iniciar/Parar), Memory (Memória))		
Insuflação:	Insuflação automática por bomba interna		
Esvaziamento:	Sistema automático de esvaziamento rápido		
Tensão nominal:	6V CC --- 3W (--- : corrente contínua)		
Descarga:	Válvula de descarga eletromagnética rápida		
Fonte de alimentação:	4 pilhas AA (R6P, LR6)		
Duração das pilhas:	Alcalinas	Aprox. 500 vezes	(170 mmHg, uma vez/dia, 23 °C, uso da braçadeira)
	Manganês	Aprox. 150 vezes	
Função de desligamento automático:	Aprox. 3 min (após ativação)		
Dimensões da unidade principal:	105 (L) x 166 (A) x 122 (P) mm		
Dimensão da braçadeira:	Aprox. 144 x 492 mm		
Peso:	Unidade: aprox.	390 g sem pilhas	
	Braçadeira: aprox.	130 g	
Condições de funcionamento:	Temperatura	10 °C a 40 °C	
	Humidade	15% a 85% HR	
Condições de armazenamento:	Temperatura	-20 °C a 60 °C	
	Humidade	10% a 95% HR	
Proteção contra choque elétrico:	Fonte de alimentação interna		
Grau de proteção	⚠ Peça aplicada tipo BF		
Modo de funcionamento:	Funcionamento contínuo		
Memória:	90 leituras, média de 3 leituras		
Vida útil:	5 anos		
Duração da braçadeira:	Aprox. 2000 vezes		
Acessórios:	O produto inclui uma braçadeira, 4 pilhas AA (R6P) para o monitor, Manual de Instruções		
Acessórios opcionais:	Braçadeira grande de 32,0 a 42,0 cm, adaptador CA		

- * A peça aplicada para este aparelho é a braçadeira.
- * Um intervalo de 700 hPa a 1060 hPa de pressão barométrica
- * A precisão do sistema total deste aparelho cumpre o requisito do item 7.9 da norma EN1060-3. EN1060-3: Esfigmomanómetros não-invasivos - Parte 3 (Norma Europeia)

- CITIZEN is a registered trademark of Citizen Watch Co., Ltd. Japan.
- Design and specifications are subject to change without notice.

CITIZEN SYSTEMS JAPAN CO., LTD.

6-1-12, Tanashi-cho, Nishi-Tokyo-shi, Tokyo 188-8511, Japan

E-mail: sales-oe@systems.citizen.co.jp
https://csj.citizen.co.jp