

*Elise*

Ejercitador de los músculos del suelo pélvico



MANUAL DE INSTRUCCIONES.

**TensCare™**



## Ejercitador de los músculos del suelo pélvico INTELIGENTE

### Contenido

	Número de página
Introducción	3
Línea de asistencia	3
Feedback	3
1 Características de Elise	4
2 Tipos de incontinencia	5
3 Ventajas de Elise	5
4 ¿Cómo funciona la estimulación para continencia?	6
5 Programas de continencia	7
6 Precauciones y advertencias	13-14
7 El mando	15
8 Información de pantalla	19
9 Memoria de uso	20
10 Alarma de conector	21
11 Contenido	22
12 Uso de Elise	23
13 Limpieza	24
14 Sonda anal	24
15 Solucionando problemas	25
16 Recargando la pila	27
17 Recambios y servicio de mantenimiento	29
18 Garantía	30
19 RAEE	30
20 Especificación técnica	31
21 Precauciones de compatibilidad electromagnética (EMC)	33

## INTRODUCCIÓN

“Elise” le puede ayudar, o incluso curar, casos de incontinencia por esfuerzo, de urgencia o mixta.

“Elise” fue elaborado conjuntamente con profesional en el tema de la incontinencia, teniendo en cuenta las opiniones de los usuarios de nuestros productos ya existentes. “Elise” ofrece los mejores resultados, es cómodo y fácil de usar.

## LÍNEA DE ASISTENCIA

La línea de asistencia está disponible de lunes a viernes. Llame al :

+44 (0)1372 72 34 34

o mande un correo a:

[webenquiry@tenscare.co.uk](mailto:webenquiry@tenscare.co.uk)

## OPINIONES

TensCare tiene como objetivo ofrecerle los mejores productos y servicios.

Nos interesan sus sugerencias y estamos continuamente intentando mejorar nuestros productos. Queremos conocer la manera en la que se utilizan nuestros productos y los beneficios que aportan. Si a Usted le gustaría compartir alguna opinión, póngase en contacto con nosotros:

[feedback@tenscare.co.uk](mailto:feedback@tenscare.co.uk)

## 1. Características de “Elise”:

- (Estimulación cómoda) **Comfortable Stimulation™**

La fuerza de la estimulación se incrementa gradualmente, lo que produce una sensación de comodidad y le permite mantener el control.

- (Comienzo fácil - Memoria de un solo toque) **Easy Start - One Touch Memory**

“Elise” tiene una memoria inteligente que le permite al aparato memorizar el último programa y la fuerza utilizada. Con un solo toque del botón, el nivel de la fuerza se ajusta al 50% de la fuerza utilizada la última vez.

- **Programas comprobados clínicamente**

Los programas que ya vienen introducidos en la unidad, han sido comprobados clínicamente y resultaron muy eficaces.

- **Bloqueo de seguridad**

Se ha incorporado a “Elise” el bloqueo de seguridad para no dejar a los músculos del suelo pélvico trabajar por encima de lo que deberían. Después de 20 minutos, la unidad se apagará. Es posible cambiar este tiempo para ajustar la unidad a sus necesidades.

- **Memoria de uso**

“Elise” tiene la memoria de uso que muestra cuánto tiempo el aparato ha estado en uso, y la media de la fuerza utilizada.

- **Batería recargable li-ion**

“Elise” es la primera unidad de electroterapia que utiliza la batería li-ion plana, lo que permite mantener un perfil esbelto en un formato adecuado.

## 2. TIPOS DE INCONTINENCIA

Existen tres tipos de la incontinencia: Por Esfuerzo, De Urgencia y Mixta.

### **Por Esfuerzo:**

Pérdida involuntaria de orina cuando una persona tose, estornuda, hace un esfuerzo o movimientos repentinos. Es particularmente común entre mujeres y ocurre cuando el cuello de la vejiga y otros mecanismos responsables de contener la orina no funcionan de manera correcta.

### **De Urgencia:**

Vejiga hiperactiva. Una persona experimenta una fuerte y repentina necesidad de ir al baño, pero no siempre consigue llegar a tiempo, o tiene que ir al baño con tanta frecuencia que produce ciertas inconveniencias.

### **Mixta:**

Una combinación de la incontinencia por Esfuerzo y de Urgencia.

## 3. VENTAJAS DE “Elise”:

- No sólo contiene, sino que también **reduce la pérdida** de orina
- **No contiene fármacos** y no causa efectos secundarios
- Su uso es **seguro y fácil**
- Es **discreto**
- Puede ayudarle **evitar la intervención quirúrgica**
- Puede mejorar **la intimidad sexual**

## 4. ¿CÓMO FUNCIONA LA ESTIMULACIÓN PARA CONTINENCIA?

A través de una sonda intravaginal o electrodos, “Elise” manda una estimulación ligera a sus músculos del suelo pélvico, utilizando unos programas clínicamente reconocidos. “Elise” ejercita los músculos del suelo pélvico y le ayuda a desarrollar el control sobre sus propios músculos. Es un complemento perfecto de los ejercicios para la zona del suelo pélvico. “Elise” es el resultado de investigaciones y consultas con los especialistas en continencia.

También es posible tratar la incontinencia fecal, tanto en caso de hombres como mujeres, utilizando la sonda anal.

Recuerde, por favor, que es recomendable utilizar la sonda vaginal Liberty (que viene junto con la unidad) y otros accesorios listados en la pág. 29, los cuales han sido utilizados en la fase de pruebas.

En algunos casos, cuando la utilización de una sonda no es adecuado, particularmente con Incontinencia por Urgencia, es posible tratar el problema con los electrodos colocados encima del cuerpo.

**En caso de cualquier duda, póngase en contacto con su profesional en incontinencia, antes de utilizar “Elise”.**

## 5. PROGRAMAS DE CONTINENCIA

“Elise” viene con cuatro programas predeterminados. Uno para cada tipo de incontinencia y el último para la tonificación de los músculos del suelo pélvico.

### INCONTINENCIA POR ESFUERZO:



Aparece en la pantalla como: “STRESS”

El programa de incontinencia de Esfuerzo (STRESS) ejercita los músculos del suelo pélvico con una suave estimulación. Una vez la fuerza de los músculos ha aumentado, pueden evitar con más facilidad la fuga urinaria causada por la presión externa sobre la vejiga, como toser, estornudar o esforzarse.

La estimulación causa contracciones musculares y, de esta manera, aumenta su fuerza.

Un buen tratamiento requiere estimulación una vez al día durante 1-3 meses. Se debería notar la mejora después de unas 4 semanas. De este modo puede Usted mantener un registro de las pérdidas como una medida objetiva del progreso.

La sensación de este programa es como si los músculos de la vagina se acercaran y el suelo pélvico se levantara. Su reacción natural será acercar y levantar los músculos; y, de esta manera, ejercitar completamente y aumentar la fuerza de sus músculos.

## INCONTINENCIA DE URGENCIA:



Aparece en la pantalla como: "URGE"

El programa de la incontinencia de Urgencia (URGE) reduce las contracciones involuntarias del músculo detrusor de su vejiga, lo que evita que ésta se vacíe de manera inesperada y no requerida.

Un buen tratamiento requiere la estimulación una vez al día, y la mejora se podrá notar en unas 2 semanas.

La sensación de este programa es como si el suelo se levantara de manera más suave y por más tiempo que en el programa de Esfuerzo.

Cuando el programa acabe y sus músculos pélvicos se relajen, la mejora se hará visible.



## INCONTINENCIA MIXTA:



Aparece en la pantalla como: "MIXED"

El programa mixto (MIXED) es perfecto si sufre de ambos tipos de incontinencia, de Esfuerzo y de Urgencia, o no está segura cuál de estas dos es su problema. La estimulación es una mezcla entre los programas de Esfuerzo (STRESS) y de Urgencia (URGE).

La sensación, como cabe esperar, es una combinación de los programas STRESS y URGE. El efecto global no es tan fuerte como en el programa de Esfuerzo (STRESS) sino, más bien, relacionado con un sentimiento placentero de vibración.

## TONIFICACIÓN:



Aparece en la pantalla como: "TONE"

Una vez ha conseguido una condición excelente de sus músculos del suelo pélvico, use el programa Tonificación para mantenerlos fuertes y tonificados. Puede conseguirlo utilizando este programa con regularidad, dos veces a la semana.

El programa TONE se puede utilizar también como una alternativa para el tratamiento para la incontinencia por Esfuerzo.

La sensación del programa de Tonificación (TONE) es de una contracción fuerte y después de alivio. La sensación se repite durante el programa.

Los músculos pélvicos fuertes y en forma, aumentarán y mejorarán su salud sexual, le permitirán conseguir los orgasmos con más facilidad, y aumentarán su placer sexual en general.

## COMENTARIOS GENERALES

i) Los programas de Esfuerzo, Mixto y de Tonificación ejercitan los músculos del suelo pélvico. La sensación de este programa es como si los músculos de la vagina se acercaran y el suelo pélvico se levantara. Los músculos DEBEN contraerse para conseguir el beneficio.

Aumente la fuerza tanto como pueda mientras que sea confortable, y después baje un nivel. El nivel adecuado varía considerablemente entre personas: algunas pueden utilizar “Elise” a máxima potencia - 99.5.

ii) Es recomendable no exagerar con los ejercicios al principio. Si puede sentir las contracciones, está trabajando. Puede incrementar el trabajo lentamente durante unos días. Después de los primeros entrenamientos, puede tener agujetas el día siguiente; la misma reacción que tendría después de cualquier otro tipo de ejercicios a los que no está acostumbrada. En cuanto al suelo pélvico, puede experimentar una sensación de “calambres”. Si esto pasa, deje de utilizar “Elise” hasta que el dolor se vaya, después empiece otra vez con una fuerza más baja y un tiempo más corto. A medida que los músculos mejoren, será posible mantener la estimulación más tiempo.

iii) El programa de Urgencia funciona de manera diferente. No hacen falta contracciones.

Basta con sentir la estimulación. Puede que tenga que aumentar la fuerza durante el tratamiento.

iv) Para unos mejores resultados con los programas de Esfuerzo y Mixto, intente contraer los músculos pélvicos junto con “Elise”, y mantener la contracción en el periodo de Descanso. Si es posible, sincronice las contracciones con su respiración, para conseguir un ritmo suave.

v) Una vez se ha fortalecido el suelo pélvico, continúe utilizando “Elise”. Los músculos necesitan estar entrenados, y responden muy bien a los ejercicios.

vi) La longitud de cada sesión para fortalecer los músculos, depende también de su capacidad de contraerlos, y de la resistencia a la fatiga. Tenga cuidado para no exagerar al principio, ya que puede resultar en agujetas, que no se sentirán hasta el día siguiente.

vii) Todos los programas oscilan entre períodos de Trabajo y Descanso, para permitir a su músculos recuperarse entre contracciones. Durante el periodo de Descanso, en la pantalla aparecerá la fuerza de “000”

viii) Cuando cambie la fuerza, el ciclo se queda en Trabajo hasta que se dejan de presionar los botones durante más de 5 segundos.

ix) El uso de estos programas, mencionados arriba, debería tratarse como unas pautas, ya que puede ajustarse a sus necesidades personales.

x) Puede que sienta la estimulación por la sonda más en un lado que en el otro.

Los músculos pélvicos fuertes y en forma, aumentarán su salud y placer sexual.

## 6. PRECAUCIONES Y ADVERTENCIAS

NO utilizar el entrenador del suelo pélvico “Elise” en las condiciones siguientes:

- Con parches autoadhesivos adicionales si tiene un marcapasos o problemas de ritmo cardíaco. La estimulación en la proximidad de un marcapasos puede afectar a algunos modelos. La estimulación de la parte delantera del cuello puede afectar al ritmo cardíaco. Una estimulación fuerte puesta a través del pecho puede aumentar los latidos de corazón.
- Si está embarazada, ya que se desconoce la influencia de la estimulación eléctrica sobre el desarrollo del feto.
- Si ha sido diagnosticado con o tratado de cáncer cervical o pélvico. Los experimentos in vitro han demostrado que la electricidad puede fomentar el desarrollo de las células de cáncer.
- Si sufre epilepsia. TENS (I think there should be Elise, however, in the original version it's TENS) puede afectar al umbral de ataques
- Al conducir, manejar maquinaria, o durante acciones donde las contracciones involuntarias pudiesen perjudicar la salud del usuario. Electrodo sueltos, cables dañados, cambios repentinos de la posición de los electrodos pueden causar movimientos involuntarios de los músculos
- Por lo menos 12 meses después de una intervención quirúrgica. Las cicatrices deberían haberse curado antes de empezar el tratamiento.

En caso de dudas, consulte su médico.

### **ANTES DEL USO, LEA LAS SIGUIENTES ADVERTENCIAS:**

- \* La incontinencia puede tener varias causas. Antes de usar “Elise, debería identificar su tipo de incontinencia y su causa.
- \* Si tiene algún tipo de infección urinaria o piel irritada dentro de la vagina, es recomendable no utilizar “Elise”.
- \* Tenga cuidado si experimenta una sensación anormal dentro de su vagina.
- \* Si tiene prolapso agudo o experimenta incomodidad al introducir la sonda, consulte a su médico antes de usar “Elise”.

**NOTA IMPORTANTE:** Puede utilizar el estimulador durante su menstruación de manera segura, aunque puede resultar un poco menos cómodo.

**ADVERTENCIA:**

- Tenga cuidado al utilizar Itouch Sure estando conectado a un equipo de monitoreo con electrodos colocados en el cuerpo, ya que puede causar interferencias en las señales observadas.
- Fuertes campos electromagnéticos (electrocirugía/microondas/teléfonos móviles) pueden afectar el funcionamiento de este aparato— véase la sección 21. Si el aparato parece funcionar mal, póngalo fuera del rango de estos dispositivos.
- Tenga cuidado después de intervenciones quirúrgicas recientes, ya que la estimulación puede obstaculizar el proceso de sanación.
- Estar conectado simultáneamente a “Elise” y a un equipo quirúrgico de alta frecuencia puede resultar en daños al estimulador.
- El acero inoxidable de la sonda contiene níquel.

**NO :**

- Sumerja su unidad en agua ni lo ponga cerca de una fuente de calor excesivo. Puede dejar de funcionar correctamente.
- Intente abrir su unidad. Esto anulará la garantía del mismo.
- Mezcle las pilas antiguas con unas nuevas, o tipos diferente de pilas.
- Utilice los cables, electrodos o accesorios diferentes de los recomendados por el fabricante en la sección 17, ya que pueden alterar el funcionamiento.

## 7. EL MANDO

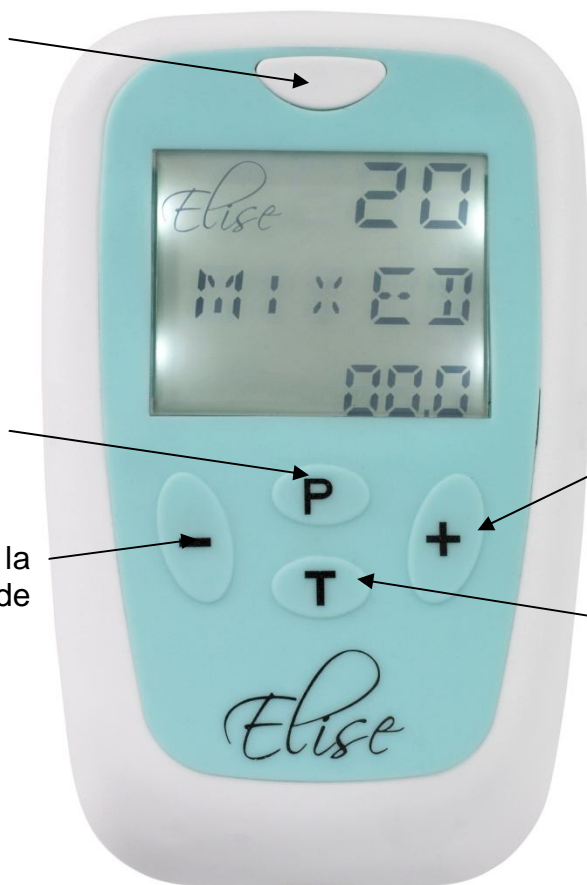
El botón de Encendido/Apagado (On/OFF)

Botones de programas

El botón de la reducción de fuerza.

El botón del incremento de fuerza.

Botón de selección del tiempo



## 7. EL MANDO

### El botón de Encendido/Apagado (On/OFF)



**Para encender:** Pulse y mantenga 3 segundos. Cuando la unidad se enciende, se oirá un bip.

### **One Touch Memory Start (memoria activada por un toque)**

Al encender, la unidad se empezará automáticamente desde el último programa utilizado. La fuerza se pondrá al 50% de la fuerza utilizada por la última vez. Esto simplifica mucho el hecho de encender la unidad. Para parar el incremento de la fuerza al encender la unidad, pulse cualquier botón en cualquier momento.

**Para apagar la unidad:** Pulse y mantenga 3 segundos hasta que la unidad se apague. Se oirá un doble bip.

**NOTA:** Asegúrese siempre de que la unidad esté apagada antes de quitar la sonda o los electrodos.



### El botón del incremento de fuerza.



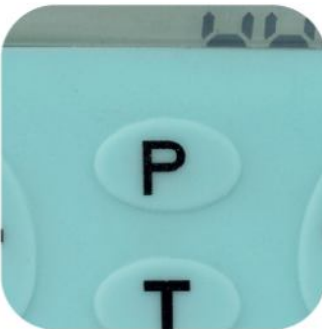
**Para aumentar la fuerza:** Pulse y mantenga hasta obtener la fuerza requerida. Pulse y suelte para un incremento suave con pasos de 0,5. La unidad permanecerá en la parte “Work” (Trabajo) del ciclo 5 segundos mientras la fuerza está siendo ajustada.

### El botón de la reducción de fuerza.



**Para reducir la fuerza:** Pulse el botón y la fuerza se reducirá gradualmente con un paso de 0,5.

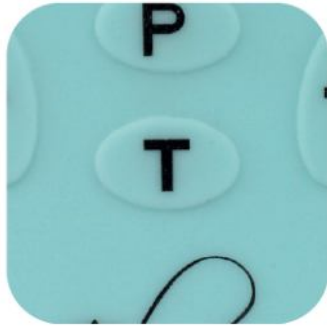
### Botones de programas



“Elise” tiene programas especialmente seleccionados. Al encender por primera vez, la unidad se pondrá automáticamente en el programa STRESS (por Esfuerzo). Al encender la próxima vez, se pondrá en el programa utilizado la última vez.

Cada vez que se pulse y suelte el botón “P”, el programa cambia. La pantalla mostrará el programa seleccionado.

### Botón de selección del tiempo



Cada vez que encienda su “Elise”, la duración del programa se pondrá automáticamente a 20 minutos.

Durante el uso, la unidad cuenta el tiempo transcurrido en la pantalla. La unidad se apagará al llegar a 0.

Pulsando y soltando el botón del temporizador, puede pasar al modo manual y seleccionar 10, 30, 45, 60, 90 minutos o tiempo continuo.

La duración del tiempo seleccionado aparecerá en la pantalla. Se empezarán a contar los minutos una vez que el programa se inicie.

Si mantiene el botón pulsado durante 3 segundos, puede parar el temporizador, lo que permite parar también su sesión del tratamiento y reiniciarla más tarde. Para volver a la pantalla principal, pulse cualquier botón.

## 8. INFORMACIÓN DE PANTALLA



## 9. MEMORIA DE USO

“Elise” tiene una memoria del uso que recuerda la duración y la fuerza media normalmente utilizada.

Para activarla, mantenga pulsados los botones de Time Selector (seleccionador del tiempo) y del UP (incremento de la fuerza) juntos durante 3 segundos.

La pantalla mostrará el tiempo en horas (más cerca de la hora actual) y la fuerza en mA.

Para poner la fuerza en cero, mantenga pulsados los botones de Time Selector (seleccionador del tiempo) y del DOWN (reducción de la fuerza) juntos durante 3 segundos.



## 10. ALARMA DEL CONECTOR

“Elise” vigila la conexión y el contacto entre Usted y la sonda o los electrodos.

Si alguno de éstos sale fuera de su rango normal mientras la fuerza está por encima de 20.0 , en la pantalla aparecerá “LEADS” (conectores), se oirán tres bips y la fuerza volverá a cero.

Compruebe el estado del conector y, si es necesario, lubrique la sonda.



## 11. CONTENIDO

- Ejercitador de continencia “Elise”
- Sonda vaginal Liberty X-VP (para uso personal)
- Cable de conexión
- Pila Li-ion tipo BL-4B
- Base de carga
- Adaptador de corriente
- Manual de instrucciones
- Funda de almacenamiento



## 12. USO DE “Elise”

Ajustar y utilizar “Elise” es muy fácil

**Paso 1:** Introduzca la pila dentro de la unidad:

**Quite la tapa de la pila**

Pulse en el centro de la tapa y deslícela hacia abajo

**Introduzca la pila**

Alinee los tres conectores encima de la pila con los contactos en la unidad.

Deslice la pila dentro presionándola.

Recoloque la tapa de la pila.

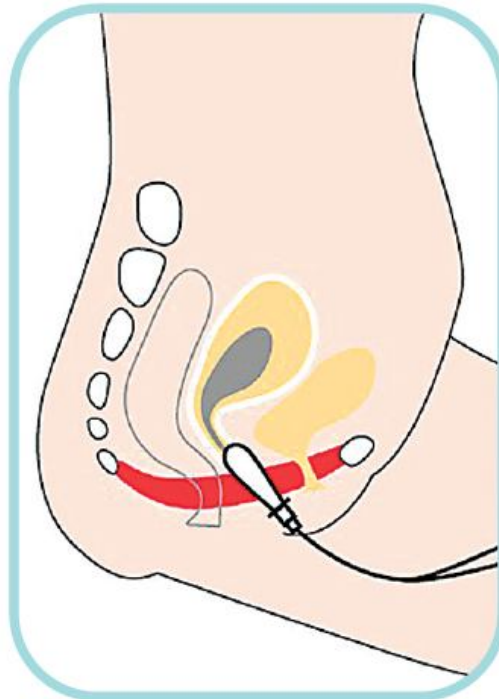
**Paso 2:** Enchufe el conector dentro de “Elise” como se muestra a la derecha.

**Paso 3:** Conecte el otro extremo del cable con la sonda.

**Paso 4:** Introduzca la sonda.

Recuerde:

- Vaya al baño antes de introducir la sonda.
- Asegúrese de que “Elise” esté apagada antes de introducir la sonda.
- Lubrique la sonda con un lubricante íntimo o con agua.
- Introduzca la sonda dentro de la vagina de la misma manera que se introduce un tampón, hasta que sólo el reborde sea visible. La sonda se colocará de manera natural con su parte más ancha del reborde en una posición vertical.
- Al principio la sensación puede ser limitada pero mejorará con el tiempo. No utilice una fuerza demasiado alta para no sobrecargar los músculos. La sensación puede ser desigual dependiendo de la sensibilidad de los nervios.
- Si utiliza los electrodos en vez de la sonda Liberty para la incontinencia del tipo de Urgencia, coloque los electrodos en ambos lados de la columna vertebral, tan bajo como sea posible.



## 13. LIMPIEZA

La sonda vaginal Liberty, provista de “itouch Sure”, es sólo para el uso personal. Es muy importante que la sonda se limpie después de cada uso. Para limpiar utilice toallitas antibacterianas sin alcohol. Si no las tiene, utilice jabón con agua, enjuague y seque la sonda. No sumerja la sonda en líquidos. Limpie la funda del aparato y sus cables una vez a la semana con el mismo método.

- No sumerja su aparato en el agua.
- No utilice ningún otro método para limpiarlo.

## 14. SONDA ANAL

La sonda anal (X-VP o X-PR13A) se puede comprar como accesorio adicional.

Esta sonda se puede utilizar, tanto por las mujeres como por los hombres, en caso de incontinencia fecal.

### **Condiciones que se pueden tratar**

Se puede utilizar la sonda anal para tratar la incontinencia urinaria o fecal, del mismo modo que la sonda vaginal.

Como la estimulación no se limita a un sólo grupo muscular, y el tejido mucoso tiene características eléctricas diferentes, la estimulación anal es menos cómoda que la vaginal.

Antes de empezar el tratamiento, debe consultar a su médico.

### **Incontinencia fecal**

La incontinencia fecal puede ocurrir si el músculo esfínter del ano está debilitado o funciona mal, o si los músculos que lo controlan están dañados. El objetivo de utilizar la sonda es reeducar el músculo esfínter y otros músculos del suelo pélvico a contraer.

El propósito del tratamiento es el progreso hacia ejercicios activos graduados, para aumentar la fuerza y resistencia de los músculos del suelo pélvico, y ayudarles a recuperar su función.

Puede beneficiarse de su Sure si no tiene contracciones del músculo esfínter, o son débiles o muy limitados.

Utilice los programas de STRESS o TONE.

La intensidad utilizada debería ser tan fuerte como sea posible pero sin producir dolor.



Si es posible, intente contraccionar los músculos al mismo tiempo que lo hace el Sure.

### **Incontinencia urinaria post-prostatectomía**

Se ha comprobado que la estimulación eléctrica puede ayudar a los hombres en algunos casos de incontinencia urinaria después de una prostatectomía radical.

Utilice los mismos programas descritos para la estimulación vaginal.

Aumente la intensidad hasta la más alta tolerable en los programas de STRESS, MIXED o TONE.

## **15. SOLUCIONANDO PROBLEMAS**

Si el aparato no funciona:

**La pantalla no funciona** - cargue la pila.

**El mando no funciona.**

- Si en la pantalla aparece LOCK (bloqueado), mantenga pulsado el botón LOCK durante 3 segundos.

- Si en la pantalla no aparece LOCK, quite y reemplace la pila.

- **Falta de sensación y de alarma del conector.**

Compruebe la conexión de la sonda.

- Humedezca su mano con agua y un poco de sal. Apriete la sonda con firmeza y empiece a aumentar la fuerza con cuidado, hasta que pueda sentir algo o la alarma se encienda.

- Si no siente nada, el conector o la unidad está defectuoso/a.

- Si puede sentir algo en su mano y la alarma no se enciende, ni el conector ni la unidad están defectuosos.

La conductividad eléctrica de una vagina puede variar. El producto está provisto de un circuito de detección del conector, como un elemento de seguridad que no permite que los cambios repentinos en la conexión causen unos cambios muy incómodos en la estimulación. Desgraciadamente, esto significa que algunos usuarios, fuera del ámbito general, puedan experimentar unas alarmas del conector no requeridas.

Si Usted es una de estas personas, pruebe lo siguiente:

- i) Utilice un lubricante a base de agua, mejorará la conducción eléctrica.
- ii) Cruce sus piernas y apriete para aumentar la presión sobre la sonda, lo que debería mejorar la conexión. Si esto le permite utilizar el aparato, en unas semanas la conexión mejorará. Si no, lamentablemente, puede que la unidad no funcione para Usted.
- iii) La sonda adjunta a la unidad tiene 28mm de diámetro. Una sonda opcional de 32mm (parte número X-VPM) está disponible.

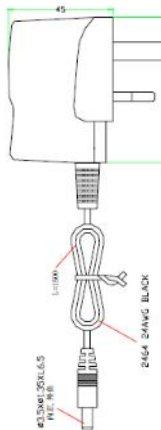
- **Falta de sensación y de alarma del conector.**

- Si ya ha probado las soluciones antes mencionadas, y sigue sin sentir nada cuando la sonda está en su mano, puede que su sensibilidad esté reducida a causa del daño previo o desensibilización del nervio pudiendo (puede ocurrir al dar a luz o durante algún procedimiento quirúrgico).

- **Falta de sensación en un lado.**

- La corriente fluye de un lado de la sonda al otro, por lo que es imposible que uno de los lados no funcione. No obstante, la fuerza de la sensación depende de la cercanía de la corriente al nervio, y también de la dirección de su flujo. Puede intentar ajustar la sonda o cambiar la conexión de sus cables.

## 16. RECARGANDO LA PILA



Elise funciona con una pila recargable Li-ion tipo BL4B.

El kit contiene una base de carga y el adaptador de corriente.

La pila se debería cargar aproximadamente una vez al mes.

Cuando la pila está casi vacía, en la pantalla aparecerá un indicador de pila vacía (un símbolo de pila).

Aunque el símbolo va desapareciendo cuando la pila se acaba, la fuerza de salida no cambia hasta que aparezca una advertencia.

Recuerde: Quite la pila de "Elise" si probablemente no vaya a utilizar el aparato en mucho tiempo.

Cuando la pila está cargada, la luz del indicador en la base cambia de rojo a verde.

Utilice sólo el adaptador de corriente y la base de carga adjuntos al kit.

**\*El uso de otros cargadores podría ser peligroso y anular la garantía \***

En su caso, es recomendable comprar una pila de recambio desde TensCare o su proveedor local.

Utilice sólo en adaptador de corriente y la base de carga adjuntos al kit.

**EL USO DE OTROS CARGADORES PODRÍA SER PELIGROSO Y ANULAR LA GARANTÍA**



### **Advertencia**

En caso del uso incorrecto, existe riesgo de humo, fuego o rotura de la pila. Siga las directrices siguientes:

- No desmonte la pila.
- No cortocircuite la pila.
- No caliente la pila ni la esponja al fuego.
- No utilice o deje la pila cerca del fuego, hornillo o un lugar caliente (más de 80°C)
- No sumerja la pila en agua del mar o la moje.
- No cargue la pila cerca del fuego o la luz solar fuerte.
- Utilice solo el cargador adjunto al kit y siga las instrucciones para cargar. .

### **Desecho:**

Siempre deseche las pilas usadas de manera responsable según las directrices de su gobierno local.

## 17. RECAMBIOS Y SERVICIO DE MANTENIMIENTO

### NÚMERO DEL COMPONENTE

X-VP	sonda vaginal Liberty
X-VPM	sonda vaginal Liberty Plus 32mm
L-IT1	conector de recambio 1.25m
X-PR13	sonda anal ref PR13A
X-AP	sonda anal Anuform
E-CM5050	electrodos de uso externo 50x50mm (paquete de 4)
K-GO	lubricante Go Gel Personal Lubricant
B-BL4B	pila Li-ion

Estos recambios enumerados se puede pedir desde TensCare llamando a 01372 723434, en la página [www.tenscare.co.uk](http://www.tenscare.co.uk), o desde su proveedor local. Asegúrese de haber pedido el componente adecuado.

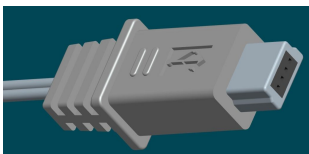
Para el servicio de mantenimiento llame Tenscare a 01372 72 34 34.

Si su unidad tiene que ser devuelta, envíenosla al Departamento de Mantenimiento:

Service Department,  
TensCare Ltd,  
9, Blenheim Road,  
Epsom  
Surrey, KT19 9BE  
United Kingdom

Asegúrese de adjuntar su nombre, dirección y teléfono para que nos podamos poner en contacto con Usted e informarle sobre cualquier tipo de problema o gastos que surjan.

Please note that from serial number:E14/004471 the Elise has an all-plastic connecting plug on the lead to comply with current safety regulations. For earlier models use L-IT1 leads.



## 18. GARANTÍA

Su “Elise” tiene 2 años de garantía desde la fecha de compra.

Si ocurre algún fallo, póngase en contacto con su proveedor o TensCare Limited.

La garantía no incluye la sonda, los electrodos (opcionales), las pilas o el cable.

Tenga en cuenta que la garantía no será válida si:

- ha introducido pilas inapropiadas.
- el dispositivo se ha utilizado incorrectamente, alterado o sumergido en agua.

## 19. LA DIRECTIVA DE RESIDUOS DE APARATOS ELÉCTRICOS Y ELECTRÓNICOS (RAEE)



Según una de las disposiciones de la Directiva Europea 2002/96/CE no se debe tratar los residuos eléctricos o electrónicos como residuos domésticos comunes y simplemente tirarlos a la basura. Para recordarle la Directiva, todos los productos afectados están marcados con el símbolo del cubo de basura tachado.

Para cumplir con la Directiva, puede devolver su equipo de electroterapia a nosotros para desecharlo. Simplemente baje un franqueo de PACKETPOST RETURNS desde nuestra página web [www.tenscare.co.uk](http://www.tenscare.co.uk), adjuntelo en un sobre acolchado con su aparato dentro, y mándenoslo. A la recepción, mandaremos su aparato antiguo para la recuperación de los componentes y su reciclaje, y así ayudaremos a conservar los recursos mundiales y minimizar cualquier tipo de efectos adversos sobre el medio ambiente.

## 20. ESPECIFICACIÓN TÉCNICA

### ESPECIFICACIÓN GENERAL

Fuerza máxima:	50V cero hasta el máximo Ajuste 0-100 en pasos de 0,5 Corte del circuito sobre 160 Ohmios. Carga constante 160-470 Ohmios Voltaje constante 470-2000 Ohmios
Canales:	uno
Onda:	Asimétrica rectangular
Energía máxima por pulso:	La salida limitada hasta 25 $\mu$ C por pulso
Potencia:	Pila BL-4B Li-ion 3.7V
Vida de las pilas:	Aproximadamente 15h a 50mA 300 $\mu$ S 50Hz
Temporizador:	10, 20, 30, 45, 60, 90 min. Por defecto a 20 min
Clavija de salida:	Totalmente blindado mini USB con protección contra el toque
Peso:	90 gms sin pila
Dimensiones:	100 x 65 x 18 mm
Clasificación de seguridad:	Fuente de alimentación interna Tipo BF diseñado para el uso continuo IP22 Sin protección contra la humedad
Especificaciones del ambiente operacional: relativa	Humedad: 20 hasta 93% de humedad  Temperaturas: 10 hasta 35°C Presión atmosférica 700hPa hasta 1060hPa
Especificaciones de almacenamiento: no condensada	Humedad: hasta 93% de humedad relativa  Temperaturas: -20 hasta 70°C Presión atmosférica 700hPa hasta 1060hPa



Aparato tipo BF con una parte aplicada, de un grado de protección contra la descarga eléctrica.  
Aparato tipo BF provisto de un grado de protección contra descarga eléctrica de equipos, con una parte aplicada aislada



Este símbolo sobre la unidad significa "Véase el manual de uso".  
La unidad no es resistente al agua y debe ser protegida ante los líquidos.

### Vida útil

Normalmente el aparato funciona unos 5 años, pero la garantía es de 2 años.

Los accesorios (cables, parches, pilas) no están sujetos a la garantía.

\* La vida útil de los cables depende, ante todo, del uso. Manipule los cables siempre con cuidado.

\* Cambie la sonda cada seis meses para asegurar la higiene.

\* Los electrodos debería servir para 12-20 aplicaciones, dependiendo de la condición y humedad de la piel.

\* Las pilas alcalinas AA debería aguantar unas 18h de uso constante.

\* Los electrodos no utilizados tienen una vida de almacenamiento de 2 años, lo que puede ser alterado por unas temperaturas altas o una humedad muy baja.

\* Las pilas tiene una vida de almacenamiento de 3 años.

\* Ni la unidad ni la sonda tienen una periodo de vida útil fijo.

### AJUSTES DE PROGRAMAS

Programa	Hz	Amplitud del pulso ( $\mu$ S)	Cambio de intensidad, aumento y disminución (s)	Estable (s)	Apagado (s)	Duración predeterminada del programa (min)
STRESS (por Esfuerzo)	50	300	1	5	10	20
URGE (de Urgencia)	10	200	1	5	10	20
MIXED (Mixto)	20	250	1	5	10	20
TONE (Tonificación)	35	300	1	3	6	20



## 21. PRECAUCIONES DE COMPATIBILIDAD ELECTROMAGNÉTICA (EMC)

Siga las precauciones referentes a la compatibilidad electromagnética de acuerdo con la información siguiente:

\* Otros dispositivos portátiles y móviles con radiofrecuencia pueden afectar al funcionamiento.

\* No usar cerca de otro equipo electrónico.

\* El uso de cables o sondas diferentes que los listados en la sección 18 puede alterar el rendimiento EMC.

Test de emisión	Cumplimiento	Ambiente electromagnético: pautas
Emisiones de radiofrecuencia CISPR 11	Grupo 1	El modelo itouch utiliza radiofrecuencia solo para su funcionamiento interno. Por lo tanto, sus emisiones de radiofrecuencia son muy bajas y no deberían producir ningunas interferencias con el equipamiento electrónico en su cercanía.
Emisiones de radiofrecuencia CISPR 11	Clase B	El modelo itouch es apto para utilizar en establecimientos domésticos, y establecimientos conectados directamente a la red de alimentación eléctrica de voltaje bajo, que suministra electricidad para los edificios del uso doméstico.
Emisiones armónicas IEC61000-3-2	No aplicable	
Fluctuación de voltaje/emisiones intermitentes IEC61000-3-3	No aplicable	

“Elise” está indicado para el uso en el entorno electromagnético especificado a continuación. El usuario debe asegurarse que está utilizando el dispositivo en este ambiente.

Test de inmunidad	IEC 60601 test de nivel	Nivel de cumplimiento	Ambiente electromagnético: pautas
Descarga electrostática IEC 61000-4-2	± 6kV contacto ± 8kV aire	± 6kV contacto ± 8kV aire	El suelo debería ser de madera o baldosas cerámicas
Si el suelo está cubierto con material sintético, la humedad relativa debe ser al menos del 30%.			
Rápidos transitorios eléctricos IEC 61000-4-4	± 2kV líneas de alimentación eléctrica ± 1kV líneas de corriente/salidas	No aplicable	No aplicable
Sobrecarga IEC 61000-4-5	± 2kV modo diferencial ± 1k modo común	No aplicable	No aplicable
Caídas de tensión, interrupciones cortas y variaciones de tensión en las líneas de alimentación IEC 61000-4-11	<5 % UT (>95% caída en la UT) para 0,5 del ciclo 40 % UT (60% caída en la UT) para 5 ciclos 70% UT (30% caída en la UT) para 25 ciclos <5 % UT (>95 % caída en la UT) para 5s	No aplicable	No aplicable
Campo magnético de frecuencia (50/60Hz) IEC 61000-4-8	3A/m magnético	No aplicable	No aplicable
NOTA: UT es la intensidad de la corriente alterna antes de la aplicación del nivel de test.			

<b>Distancias recomendadas entre equipamiento portátil o móvil de radiofrecuencia, y "Elise".</b>			
El modelo itouch está diseñado para el uso en un ambiente electromagnético donde la distorsión provocada por radiofrecuencia quede bajo control. El usuario del modelo itouch puede ayudar a prevenir las interferencias electromagnéticas, manteniendo una distancia mínima entre el equipamiento portátil o móvil de radiofrecuencia (transmisores) y el modelo itouch, como se recomienda abajo, de acuerdo con la potencia máxima de salida de los transmisores.			
El valor de la potencia máxima de salida del transmisor W	Distancia de acuerdo con la frecuencia del transmisor M		
	<b>150kHz hasta 80MHz</b> d=1.2 P	<b>80 MHz hasta 800 MHz</b> d=1.2 P	<b>800MHz hasta 2.5GHz</b> d=2.3 P
0.01	0.12	0.12	0.23
0.1	0.38	.38	0.73
1	1.2	1.2	2.3
10	3.8	3.8	7.3
100	12	12	23
Para transmisores con un índice de salida de energía que no figura en la tabla de más arriba, se puede calcular la distancia recomendada en metros (m) a partir de la ecuación aplicada a la frecuencia de transmisor, donde P es el valor de la potencia máxima de salida en vatios (W) de acuerdo con el fabricante. Recuerde: 1. Para 80MHz y 800MHz se aplica campo de frecuencia más alta. 2. Estas pautas no siempre serán aplicables. La propagación electromagnética puede estar afectada por la absorción y reflexión de las estructuras, objetos y personas.			

**“Elise” está indicado para el uso en el entorno electromagnético especificado a continuación. El usuario debe asegurarse que está utilizando el dispositivo en este ambiente.**

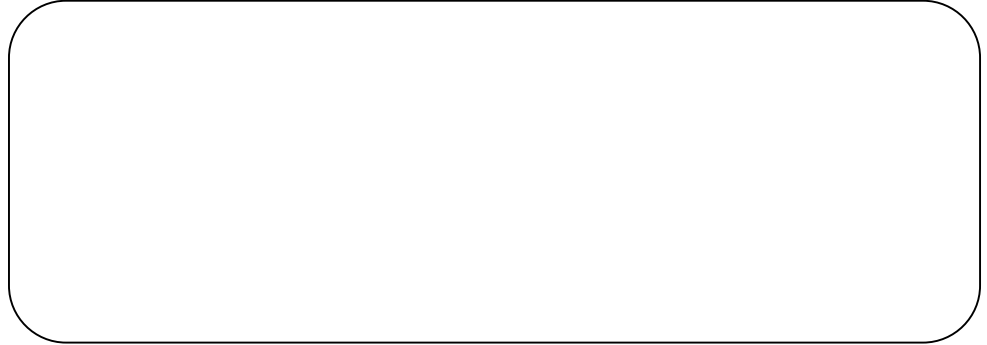
Test de inmunidad	Test de nivel IEC 60601	Nivel de cumplimiento	Ambiente lectromagnético: pautas
Radiofrecuencia conducida IEC61000-4-6	3 Vrms 150 kHz hasta 80 MHz	3 Vrms	Los aparatos con radiofrecuencia portátiles o móviles no debería usarse más cerca del modelo itouch (incluyendo los cables) que la distancia recomendada calculada a partir de la ecuación aplicada a la frecuencia de transmisor. Distancia recomendada 3V $d = 1.2 \sqrt{P}$ 80M Hz hasta 800MHz $d = 2.3 \sqrt{P}$ 800MHz hasta 2.5GHz donde P es el valor de la potencia máxima de salida en vatios (W) de acuerdo con el fabricante del transmisor, y d es la distancia recomendada en metros (m). Las intensidades de campo de transmisores de radiofrecuencia fijos, según la revisión electromagnética del sitio, deberían ser menores que el nivel de cumplimiento en cada campo de frecuencia. En la proximidad del equipamiento marcado con el siguiente símbolo, pueden ocurrir interferencias.
Radiofrecuencia radiada IEC61000-4-3	3 V/m 80 MHz hasta 2,5 GHz	3 V/m	

Recuerde:

1. Para 80MHz y 800MHz se aplica un campo de frecuencia más alta.
2. Estas pautas no siempre serán aplicables. La propagación electromagnética puede estar afectada por la absorción y reflexión de las estructuras, objetos y personas.

- a. Las intensidades de campo de transmisores de radiofrecuencia fijos, tales como equipos de base para radio teléfonos (celulares/inalámbrico) y radios de campo móviles, radioaficionados, emisoras de radio AM y FM, y emisoras de TV, no se puede predecir teóricamente con precisión. Para evaluar el entorno electromagnético debido a transmisores de radiofrecuencia fijos, debe considerarse una revisión electromagnética del sitio. Si el nivel del campo, medido en la localización del uso del aparato, excede el nivel de cumplimiento aplicable de radiofrecuencia, el aparato debería ser observado para verificar si está operando de manera correcta. En caso de observar anomalías, se pueden necesitar medidas adicionales, como reorientación o traslado del aparato.
- b. Por encima de frecuencias desde 150kHz hasta 80MHz, la intensidad del campo debería ser menor a 3V/m.

**Distribuido por:**



Fabricado por:  
TENS CARE LTD

9, Blenheim Road, Epsom,  
Surrey KT19 9BE, United Kingdom

TEL: +44(0) 13 72 72 34 34

FAX: +44(0) 13 72 74 54 34

e-mail: [webenquiry@tenscare.co.uk](mailto:webenquiry@tenscare.co.uk)

web: [www.tenscare.co.uk](http://www.tenscare.co.uk)

