

Informações gerais

Leia atentamente as seguintes instruções de utilização e respeite as indicações de segurança e os avisos. O SPINEFITTER by SISSEL Mini é a versão compacta do SPINEFITTER by SISSEL. O SPINEFITTER by Sissel Mini é um produto de apoio ao treino para melhorar a mobilidade da coluna vertebral e das articulações, aliviar tensões, fortalecer os músculos profundos e efetuar exercícios de equilíbrio. Como dispositivo médico, é também fornecido para fins terapêuticos a círculos médicos ou utilizadores profissionais. Os utilizadores profissionais são pessoas que, devido à sua formação médica ou comparável, possuem conhecimentos suficientes sobre as doenças a tratar com o sistema ou sobre como evitá-las. O uso terapêutico do SPINEFITTER by SISSEL Mini, por exemplo, em fisioterapia ou tratamento de reabilitação, deve ser preferencialmente efectuado por ou sob a orientação de utilizadores profissionais. É possível a formação autónoma de utilizadores não profissionais e de médicos leigos, tendo em conta as instruções de utilização. No entanto, recomenda-se que a instrução inicial seja efectuada por profissionais com formação adequada. O produto e os acessórios só podem ser utilizados de acordo com as presentes instruções de utilização ou de acordo com as instruções de técnicos devidamente formados. A SISSEL GmbH não se responsabiliza pela utilização do produto fora das aplicações descritas no presente manual de instruções. As instruções de utilização devem ser guardadas cuidadosamente e ao alcance de todos e devem ser anexadas em caso de transmissão do produto. Por fim, devem ser tidos em conta os requisitos regulamentares aplicáveis a este produto no respetivo país de utilização.

Instruções de precaução

- ! Verificar o estado do produto antes de cada utilização. Se estiver danificado, o funcionamento e a segurança do produto deixam de estar garantidos.
- ! Não utilize o SPINEFITTER by SISSEL Mini nas imediações de fontes de calor (p. ex., radiadores, placas de aquecimento, chamas abertas, fâscas) e evite a luz solar direta.
- ! Mantenha a área de exercício livre de objectos afiados e pontiagudos.
- ! Exercite-se apenas em superfícies secas, antiderrapantes e rectas e não perto de escadas, balaustradas, arestas, etc.
- ! Treinar exclusivamente com os pés descalços ou usar meias com base antiderrapante. Não treine com sapatos e certifique-se de que usa vestuário desportivo adequado.
- ! Escolha um programa de treino adaptado à sua força física e ao seu nível de condição física e evite exercícios demasiado difíceis ou experiências com riscos acrescidos.
- ! Não introduza os dedos ou outras partes do corpo nas aberturas do aparelho de treino.
- ! Não dobre o SPINEFITTER by SISSEL Mini. Utilize e guarde o produto apenas na horizontal e não coloque objectos sobre ele.
- ! Utilize apenas os acessórios fornecidos pelo fabricante.
- ! Utilizar o SPINEFITTER by SISSEL Mini apenas em encostos como descrito. Não exceder o tempo máximo de aplicação.

Perigo de ferimentos! A correia de transporte não é um acessório de treino e deve ser retirada antes da utilização. A alça de transporte é usada exclusivamente para transportar ou fixar o SPINEFITTER by SISSEL Mini num encosto.

- ⚠ Risco de ferimentos e estrangulamento! O SPINEFITTER by SISSEL Mini e os seus acessórios não são brinquedos e devem ser mantidos fora do alcance das crianças. Não permita que as crianças brinquem com ele.

Informações sobre o produto

Âmbito da entrega:

1 x SPINEFITTER by SISSEL Mini, 1 x alça de transporte, 1 x instruções de utilização

Dados técnicos

Dimensões (C x L x A):	Mini: aprox. 12 x 12 x 6 cm Alça de transporte: aprox. 170 x 2 cm
Material:	Mini: Poliuretano Alça de transporte: Poliéster, poliamida
Peso máximo. Peso do utilizador:	Mini: 150 kg

Nota: O aparelho de treino é fabricado com uma espuma de poliuretano de alta qualidade. Tenha em atenção que esta tem naturalmente uma superfície ligeiramente estruturada e irregular. Este facto não constitui um defeito do produto e não tem qualquer influência na sua utilização ou limpeza.

Utilização prevista:

Utilização para treino geral

O SPINEFITTER by SISSEL Mini é um aparelho de treino inovador que combina relaxamento e treino eficaz. Para treinos individuais ou em grupo, privados ou orientados por profissionais, o SPINEFITTER by SISSEL Mini é adequado para uma variedade de exercícios graças à sua forma única e é um suporte ideal para libertar tensões e aderências e melhorar a mobilidade da coluna vertebral e das articulações. Basta colocar o corpo intuitivamente sobre o SPINEFITTER by SISSEL Mini para que ocorra um afrouxamento, por exemplo, da cintura escapular, e também uma estimulação dos pontos de energia ao longo da coluna vertebral. Por isso, é o parceiro perfeito para o dia a dia, para equilibrar o corpo e promover a mobilidade.

Utilização terapêutica

O SPINEFITTER by SISSEL Mini é utilizado como auxiliar terapêutico portátil para o afrouxamento ativo do tecido miofascial, o relaxamento dos músculos junto à coluna vertebral, a massagem individual, a estimulação da circulação sanguínea e do metabolismo, bem como a mobilização da coluna vertebral na zona dos corpos vertebrais. Para além disso, o produto pode ser utilizado no âmbito de programas de terapia fisioterapêutica e como auxiliar terapêutico em pé para exercícios de equilíbrio funcional, treino psicomotor, treino da consciência corporal e exercícios de prevenção de quedas.

Utilização como apoio de costas

Grças ao seu design único, o SPINEFITTER by SISSEL Mini ligado a um encosto permite libertar a tensão, detonando os músculos e mobilizando a coluna para uma posição vertical. Também é possível adicionar o SPINEFITTER by SISSEL Trigger Tool para intensificar o tratamento dos pontos de gatilho.

Indicação

- Tensão crónica no ombro-pescoço
- Tensão no pescoço e dores no pescoço
- Músculos tensos e endurecidos perto da coluna vertebral
- Restrições de movimento da coluna cervical, da coluna torácica e das articulações dos ombros
- Dor difusa no ombro, pescoço, coluna vertebral, coluna lombar
- Síndrome da coluna cervical, torácica e lombar
- Ajuda terapêutica para fisioterapia, osteopatia, medicina desportiva, reabilitação
- Ajuda de apoio para medidas destinadas a melhorar a postura, a consciência corporal, a percepção corporal, as sequências de movimentos, o equilíbrio, a coordenação geral, as capacidades psicomotoras, a coordenação
- Complemento e otimização do programa de fitness habitual

Contraindicação

- Falta de cumprimento (por exemplo, devido a medo ou dor)
- Lesões agudas (feridas abertas, lesões dos tecidos moles, fracturas instáveis da coluna vertebral, pélvis, extremidades, etc.)
- Dor radiante aguda, parestesia, perturbações do movimento (consultar um especialista ou um fisioterapeuta)
- Espondilodese
- Osteoporose
- Problemas nos discos intervertebrais
- Distúrbios agudos do movimento
- Perturbações pronunciadas da percepção sensorial
- Utilização por crianças e adolescentes, durante a gravidez ou em caso de problemas de saúde gerais apenas sob supervisão e após consulta profissional

- ⚠ Risco de ferimentos! Utilizar o SPINEFITTER by SISSEL Mini em caso de distúrbios de percepção sensorial pronunciados, fracturas instáveis, feridas abertas, lesões agudas e distúrbios de movimento apenas após consulta prévia com um médico.

- ⚠ Perigo de ferimentos! Utilize o SPINEFITTER by SISSEL Mini apenas se puder garantir que as recomendações de exercício descritas são executadas corretamente. Recomenda-se a supervisão por pessoal qualificado.



SPINEFITTER

YouTube



SISSEL GmbH · Bruchstrasse 48
67098 Bad Dürkheim · Germany

spinefitter.com

Exceto erros tipográficos e de impressão. Possibilidade de alterações de cor, material e construção. Typesetting and printing errors excepted. Changes in colour, material and construction possible.

EU/CH/UK/LI/NO/IS



Requisitos regulamentares

O SPINEFITTER by SISSEL Mini by SISSEL GmbH cumpre os requisitos regulamentares do Regulamento (UE) 2017/745 relativo a dispositivos médicos.

⚠ Todos os eventos adversos graves que ocorram em relação ao produto devem ser imediatamente comunicados ao fabricante e à autoridade competente.

Acessórios

O SPINEFITTER by SISSEL Mini só pode ser utilizado com acessórios fornecidos ou aprovados pelo fabricante (ver spinefitter.com).

Aplicações

1. Verificar a embalagem e o produto quanto a eventuais danos aquando da entrega.
- ⚠ Nunca utilizar um produto danificado.
2. Verificar o produto quanto a danos e contaminação antes de cada utilização.
3. Utilize o produto conforme previsto. Retire a correia de transporte antes de utilizar o produto!
4. Aquecer antes de efetuar exercício.
5. Fazer exercício de acordo com as instruções de exercício (ver spinefitter.com) ou de acordo com as instruções de profissionais.

Fixação nos encostos

⚠ Perigo de ferimentos! O SPINEFITTER by SISSEL Mini não é adequado para ser utilizado em encostos de bancos de automóveis.

1. Antes de utilizar o SPINEFITTER by SISSEL Mini, verifique se o encosto da sua cadeira ou assento é estável e se pode suportar o SPINEFITTER by SISSEL Mini com segurança.
2. Colocar o SPINEFITTER by SISSEL Mini no encosto de modo a que fique nivelado com a parte inferior a média das costas e proporcione o apoio pretendido.
3. Fixar o SPINEFITTER by SISSEL Mini firmemente ao encosto utilizando a correia de transporte ajustável. Certifique-se de que está segura e apertada antes de a utilizar.
4. A altura do SPINEFITTER by SISSEL Mini pode ser ajustada com a alça de transporte. Ajuste-a de acordo com as suas preferências e necessidades pessoais para obter o máximo conforto e apoio.
5. Evitar o uso excessivo do SPINEFITTER by SISSEL Mini e fazer pequenas pausas em intervalos regulares para evitar a estimulação excessiva. Sentar-se de um só lado durante longos períodos de tempo pode provocar tensão e desconforto. Apoie-se no SPINEFITTER by SISSEL Mini durante 6-8 minutos, depois altere a altura do SPINEFITTER by SISSEL Mini para alcançar outras áreas da coluna vertebral e tratar gradualmente a coluna torácica e lombar. Se pretender mobilizar apenas uma zona parcial, faça uma pausa após 6-8 minutos para não estimular demasiado as estruturas. Quando utilizado em combinação com o SPINEFITTER by SISSEL Trigger Tool, o tempo de aplicação é reduzido para 30 segundos até um máximo de 2 minutos.
6. Utilize o SPINEFITTER by SISSEL Mini como um complemento a uma postura sentada saudável, mas também varie a sua posição sentada e os seus movimentos para reduzir a tensão nas suas costas. Levante-se de vez em quando, alongue-se ou dê alguns passos para soltar os músculos e aliviar a tensão.

Nota: Após a utilização, podem ser necessárias medidas de limpeza e, eventualmente, de desinfecção (ver Cuidados e higiene).

Cuidados e higiene

- Este produto é adequado para ser reutilizado por outras pessoas. Em geral, os requisitos regulamentares nacionais aplicáveis ao reprocessamento higiénico de dispositivos médicos devem ser observados para garantir um funcionamento seguro.
- Se necessário, limpar o SPINEFITTER by SISSEL Mini com um pano macio e uma solução de água e sabão suave.
- Se necessário, devido à mudança de utilizador, a superfície do SPINEFITTER by SISSEL Mini pode ser desinfetada com uma solução sem álcool.
- Os produtos de desinfecção que contêm substâncias cáusticas (por exemplo, ácidos, álcalis) devem ser evitados, uma vez que podem danificar a superfície do produto.

- ⚠ As medidas de desinfecção devem ser executadas exclusivamente com desinfetantes adequados cuja eficácia tenha sido testada.
- ⚠ Devem ser evitados desinfetantes que possam danificar os materiais do produto.
- ⚠ As instruções de aplicação do fabricante do desinfetante devem ser respeitadas.

- A utilização de agentes de desinfecção inadequados ou que não tenham sido testados quanto à sua eficácia ou a sua utilização incorrecta invalidam a garantia e os direitos de garantia.

Eliminação e ambiente

O produto e os acessórios fornecidos podem ser eliminados com o lixo doméstico. Não são utilizados tipos especiais de embalagem. Devem ser respeitadas as respetivas diretivas de eliminação válidas.

Símbolos



Fabricante



Respeitar as instruções de utilização



Marca CE



Marcação UKCA



Indica o representante autorizado na Suíça



Advertência



Símbolo Triman



Dispositivo médico



Data de fabrico



Código do lote



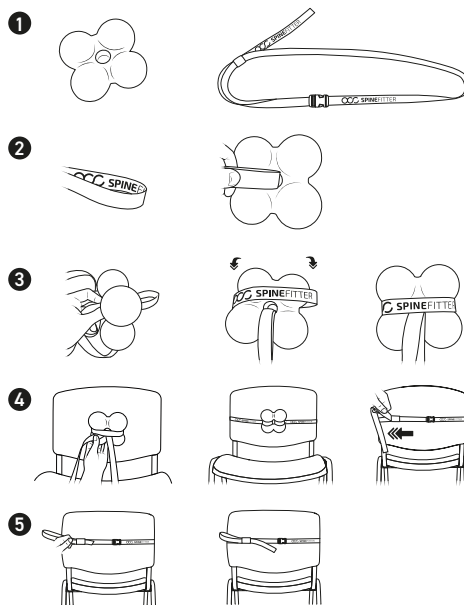
Identificador único do dispositivo



Dimensões

Garantia

A garantia rege-se pelas disposições legais. A garantia fica excluída se o produto fornecido pela SISSEL GmbH tiver sido manuseado, tratado ou modificado por terceiros sem autorização ou se as instruções de utilização não tiverem sido respeitadas. Os utilizadores deste produto têm de cumprir os requisitos regulamentares para dispositivos médicos em vigor no local de utilização.



SPINEFITTER

YouTube



SISSEL GmbH · Bruchstrasse 48
67098 Bad Dürkheim · Germany

spinefitter.com

Exceto erros tipográficos e de impressão. Possibilidade de alterações de cor, material e construção. Typesetting and printing errors excepted. Changes in colour, material and construction possible.

EU/CH/UK/LI/NO/IS

