

**INSTRUCTION MANUAL**

**Automatic**  
Premium Digital Blood Pressure Arm Monitor

SDI-786A

Please read this instruction manual completely before operating this unit.



English • Spanish

Blood pressure is measured in millimeters (mm) of mercury (Hg) and is generally recorded with the systolic pressure (120) listed first and the diastolic pressure (80) listed second. The numbers are typically separated by a slash mark (/) as shown.

Both pressure readings, the SYSTOLIC and DIASTOLIC, are necessary for a physician to evaluate the status of a patient's blood pressure.

Please contact your physician for specific information regarding your own blood pressure.

**What Influences Blood Pressure?**

Many factors such as genetics, age, sex, altitude, physical activity, anxiety, muscular development, certain medications or even the time of day can influence blood pressure. Influences such as sleep or relaxation decrease blood pressure, while anxiety or exercise increase blood pressure.

**WHO Blood Pressure Classifications**

Standards for assessment of high or low blood pressure have been established by the World Health Organization (WHO) as shown on the following chart:

CATEGORY	SYSTOLIC (mmHg)	DIASTOLIC (mmHg)	COLOR INDICATOR
Optimal	<120	<80	GREEN
Normal	120-129	80-84	GREEN
Stage 1 - Mild Hypertension	130-139	85-89	GREEN
Borderline Hypertension	140-159	90-99	YELLOW
Stage 2 - Moderate Hypertension	160-179	100-109	ORANGE
Stage 3 - Severe Hypertension	≥180	≥110	RED
Isolated Systolic Hypertension	≥140	<90	YELLOW
	140-159	<90	ORANGE
	160-179	<90	ORANGE
	≥180	<90	RED

This chart is only a general guideline. Contact your physician or trained healthcare professional to determine your NORMAL blood pressure.

- Anote las lecturas en un cuadro.
- En este momento, sus lecturas se guardarán en la memoria automáticamente.
- Para conservar las baterías, presione el botón de ENCENDIDO/APAGADO (POWER) para apagar la unidad se apagará automáticamente al cabo de alrededor de 1 minuto.
- Desconecte el tubo del monitor antes de guardar la unidad.



**Cómo Llamar las Mediciones de la Memoria**

Usted puede guardar hasta 120 mediciones totales en la memoria (60 por banco de memoria). Puede compartir estas mediciones con su médico o profesional de la salud capacitado.

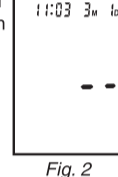
- Presione y suelte el botón de MEMORIA (MEMORY). La unidad mostrará U1 o U2 según el banco que el usuario ha seleccionado. También mostrará cómo se guardan muchas memorias en ese banco. Fig. 1.
- Para seleccionar el banco de usuario deseado presione el botón de ENCENDIDO/APAGADO (POWER) para alternar entre U1 y U2.
- Una vez seleccionado el banco de memoria deseado, presione el botón de MEMORIA (MEMORY) nuevamente para desplazarse por las mediciones guardadas. Una vez que se haya desplazado por las lecturas, la unidad se apagará automáticamente.



NOTA: Cada banco de memoria puede guardar hasta 60 lecturas. Cuando el número de lecturas es mayor de 60, los datos más antiguos se reemplazarán por los más recientes.

**Para borrar todas las mediciones guardadas:**

- Presione y suelte el botón de MEMORIA (MEMORY). La unidad mostrará U1 o U2 según el banco que el usuario ha seleccionado y según cuántas mediciones se han guardado en ese banco.
- Para seleccionar el banco de usuario deseado presione y suelte el botón de MEMORIA (MEMORY).
- Presione y mantenga presionado el botón de MEMORIA (MEMORY) hasta que titilen dos líneas horizontales. Esto indica que se han borrado todas las mediciones dentro del banco de memoria seleccionado.



**Ejemplo de Registro de Presión Arterial**

Nombre: \_\_\_\_\_ Edad: \_\_\_\_\_ Peso: \_\_\_\_\_

Fecha	1/2	1/3	
Hora	7:00 AM	9:30 AM	7:30 AM
mmHg			
240			
220			
200			
180			
160			
140			
120			
100			
80			
Pulso	68	77	69
Condición			
Organismo			

**Index**

Introduction . . . . . 3  
 Product Identification & Caution . . . . . 4  
 Why Monitor Your Blood Pressure at Home? . . . . . 5  
 General Blood Pressure Information . . . . . 5  
 Important Information Before Use . . . . . 7  
 World Health Organization (WHO) Indicator . . . . . 8  
 Irregular Heartbeat Detection . . . . . 9  
 Battery Installation/Replacement . . . . . 10  
 Setting the Date/Time . . . . . 11  
 Applying Your Blood Pressure Cuff . . . . . 12  
 Taking Your Blood Pressure Reading . . . . . 13  
 Recalling Measurements in Memory . . . . . 14  
 Description of Display Symbols . . . . . 15  
 Troubleshooting . . . . . 16  
 Care and Maintenance . . . . . 16  
 Product Specifications . . . . . 16  
 Sample Blood Pressure Log . . . . . 17

**Introduction**

To achieve the maximum benefit from your blood pressure monitor, we recommend that you first consult with your physician or trained healthcare professional.

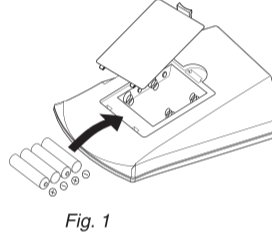
Thank you for purchasing a Simple Automatic Digital Blood Pressure Monitor. With proper care and use, your monitor will provide you with many years of reliable readings.

The method of measurement that your Automatic Monitor uses is called the oscillometric method. The monitor detects your blood's movement through the artery in your arm and converts the movements into a digital reading. The oscillometric method does not require a stethoscope, making the monitor easy to use.

Blood pressure readings determined with this device are equivalent to measurements obtained by a trained observer using the cuff/stethoscope auscultation method, within the limits prescribed by the American National Standard for Electronic or Automated Sphygmomanometers.

**Battery Installation/Replacement**

- Press down on tab and lift the cover.
- Insert or replace 4 "AA" batteries into the compartment, matching the indicated polarity symbols, Fig. 1.
- To close, match up and connect the bottom hooks of the cover, then push the top end.



NOTE: Replace the batteries when the Low Battery symbol appears on the display or when the display remains blank when the POWER button is pressed.

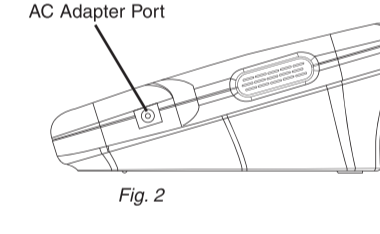
It is recommended to remove the batteries if the unit will not be used for an extended period of time.

**AC Power Adapter (optional)**

An AC adapter is available separately for battery-free operation. The AC adapter plugs into the side of the unit as shown, Fig. 2. Please remember to practice electrical safety precautions while using the adapter.

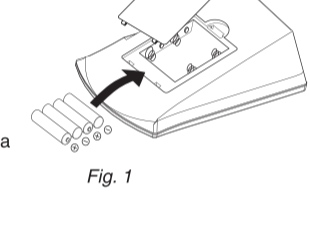
**AC Adapter**

Output: 6V DC 600mA



**Colocación/Cambio de Baterías**

- Presione sobre la lengüeta y levante la cubierta.
- Coloque o cambie 4 baterías "AA" en el compartimento, haciendo coincidir los símbolos de polaridad, Fig. 1.
- Para cerrar, enganche los lados de la tapa, luego empuje el extremo de arriba.



NOTA: Cambie las baterías cuando aparezca el símbolo de Poca Batería en el visor o cuando el visor permanezca en blanco al presionar el botón de ENCENDIDO.

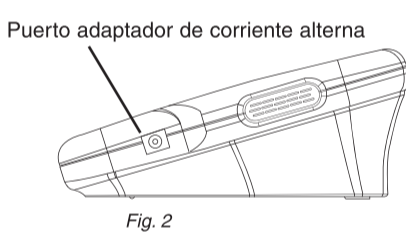
Se recomienda quitar las baterías si no se usará la unidad durante un período prolongado.

**Adaptador de CA (Opcional)**

Viene con un adaptador para corriente alterna para funcionamiento sin baterías. El adaptador de corriente alterna se conecta a la parte lateral de la unidad como se muestra en la Fig. 2. Tome las medidas de seguridad adecuadas con respecto a la electricidad cuando use el adaptador.

**Adaptador de CA**

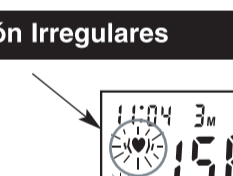
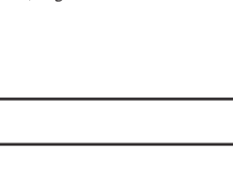
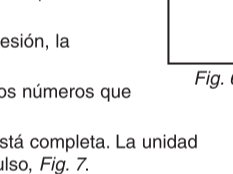
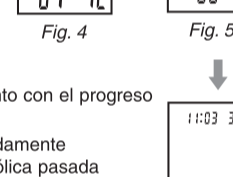
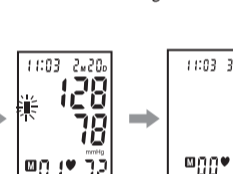
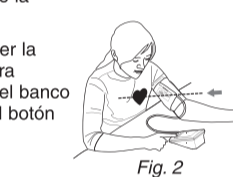
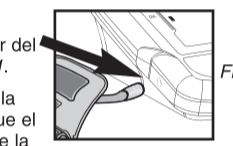
Salida: 6V DC 600mA



**Cómo Tomar la Lectura de la Presión Arterial**

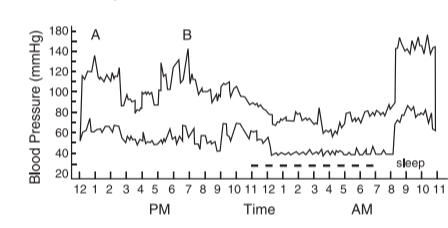
Proceda luego de haber leído las secciones anteriores de este manual.

- Coloque el monitor sobre una superficie plana y estable con el panel del visor digital a la vista. Inserte el conector del tubo del brazalete en el lado izquierdo del monitor, Fig. 1.
- Apoye el codo (izquierdo) sobre una superficie sólida con el brazalete sobre el mismo nivel del corazón, Fig. 2. Relaje la mano (izquierda).
- Presione el botón de POTENCIA (POWER) para encender la unidad y presione el botón de MEMORIA (MEMORY) para alternar entre banco de memoria 1 ó 2 para seleccionar el banco de memoria donde desea guardar su lectura. Presione el botón de ENCENDIDO/APAGADO (POWER) para confirmar la selección.
- La unidad realizará una auto-evaluación, Fig. 3, y mostrará la última lectura, Fig. 4, o mostrará "0" si no hay ninguna lectura, como se muestra en la Fig. 5.
- Cuando el visor aparezca como se muestra, Fig. 6, el monitor está listo. El brazalete comenzará a inflarse automáticamente.
- El visor mostrará la presión creciente en el brazalete, junto con el progreso de la medición a la izquierda de la pantalla.
- El brazalete se inflará automáticamente hasta aproximadamente 190 mmHg o 40 mmHg a más arriba que la presión sistólica pasada almacenada en memoria.
- Una vez que el brazalete infla al nivel apropiado de la presión, la medida comenzará.
- La unidad comenzará a desinflarse automáticamente y los números que aparecen en el visor disminuirán.
- Una vez que se ha desinflado todo el aire, la medición está completa. La unidad mostrará su presión arterial (sistólica y diastólica) y el pulso, Fig. 7.



**Variations in Blood Pressure**

Blood pressure is influenced by many factors and can change from moment to moment. Normally, blood pressure is lowest during sleeping periods and rises during the day. The graph below represents variations in blood pressure shown over a day with measurements taken every 5 minutes.



The dotted line represents the sleep period. The rise in blood pressure at 1 p.m. (A in the graph) corresponds to a stressful occurrence and at 7 p.m. (B in the graph) a period of exercise.

**Important Information Before Use**

- Blood pressure readings should be interpreted by a physician or trained healthcare professional, who is familiar with your medical history.
- Perform your measurement in a quiet place. You should be seated and relaxed.
- Avoid smoking, eating, taking medication, alcohol consumption or physical activity 30 minutes prior to taking a reading. If you are exhibiting signs of stress, avoid taking your measurement until the feeling subsides.
- Rest 15 minutes prior to taking a reading.
- Remove any constrictive clothing or jewelry that may interfere with the cuff placement.
- Keep the monitor stable during measurements. Remain still; do not talk during measurements.
- Record your daily readings on the chart provided.
- Take your readings at the same time, each day (or as recommended by your physician).
- Wait a minimum of 15 minutes between readings. The wait time may vary depending on individual physiological characteristics.
- This device is intended for adult use.
- The inflation or deflation process can be stopped by pressing the POWER button.

- Record your readings on a chart.
- At this point, your measurements will be automatically saved in memory.
- To conserve the batteries, press the POWER button to turn the power off. Otherwise, the unit will automatically shut off after approximately 1 minute.
- Disconnect the tubing from the monitor prior to storing.



NOTE: This monitor inflates the cuff to approximately 190 mmHg or 40 mmHg higher than the last systolic pressure stored in memory. If the system detects that the cuff needs additional pressure, it will automatically reinflate to approximately 40mmHg higher than the last pressure level.

**Recalling Measurements in Memory**

You can recall up to 120 total measurements in memory (60 per memory bank). These measurements can be shared with your physician or trained healthcare professional.

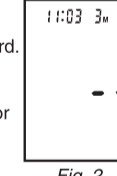
- Press and release the MEMORY button. The unit will display either U1 or U2 depending upon the user bank selected. It will also show how many measurements are stored within that bank, Fig. 1.
- To select the appropriate user bank press the POWER button to switch between U1 and U2.
- Once the desired user memory bank is selected, press the MEMORY button again to scroll through the saved measurements. After you've scrolled through all the readings, the unit will automatically turn off.



NOTE: Each memory bank can store up to 60 readings. When the number of readings exceeds 60, the oldest data will be replaced with the new record.

**To erase all stored measurements:**

- Press and release the MEMORY button. The unit will display either U1 or U2 depending upon the user bank selected and how many measurements are stored within that bank.
- Select the desired user bank by pressing and releasing the MEMORY button.
- Press and hold down the Memory button until two horizontal lines flash. This indicates that all measurements within the selected memory bank have been erased.



La presión arterial se mide en milímetros (mm) de mercurio (Hg) y, por lo general, al registrarla, se indica primero la presión sistólica (120) y la diastólica (80) después. Típicamente, los números están separados por una barra (/) según se indica más arriba.

Ambas lecturas, la SISTÓLICA y la DIASTÓLICA, son necesarias para que un médico pueda evaluar el estado de la presión arterial de un paciente.

Póngase en contacto con su médico para recibir información específica acerca de su presión arterial.

**¿Qué influye en la presión arterial?**

Muchos factores relacionados con la genética, edad, sexo, altitud, actividad física, ansiedad, desarrollo muscular, ciertos medicamentos e incluso el momento del día pueden influir en la presión arterial. Factores como el dormir y la relajación disminuyen la presión arterial, mientras que la ansiedad o el ejercicio físico la aumentan.

**WHO (ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD) CLASIFICACIONES DE LA PRESIÓN ARTERIAL**

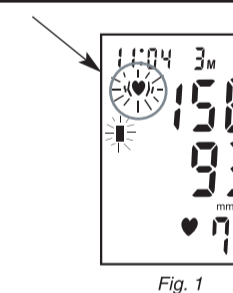
La Organización Mundial de la Salud estableció normas para la evaluación de la presión arterial alta y baja, según se muestra en el siguiente cuadro:

CATEGORÍA	SISTÓLICA (mmHg)	DIASTÓLICA (mmHg)	INDICADOR DE COLOR
Óptima	<120	<80	VERDE
Normal	120-129	80-84	VERDE
Alto - Normal	130-139	85-89	VERDE
Grado 1 - Hipertensión leve En el límite	140-159	90-99	AMARILLO
Grado 2 - Hipertensión moderada	160-179	100-109	ANARANJADO
Grado 3 - Hipertensión grave	≥180	≥110	ROJO
Hipertensión Sistólica Aislada	≥140	<90	ROJO
	140-159	<90	AMARILLO
	160-179	<90	ANARANJADO
	≥180	<90	ROJO

Este cuadro es sólo una guía general. Consulte a su médico o profesional capacitado en el campo de la salud para determinar su presión arterial NORMAL.

**Detección de Latidos del Corazón Irregulares**

Su monitor digital para la presión arterial presenta un Detección de Latidos del Corazón Irregulares. Esta característica permite a los usuarios controlar la presión arterial con exactitud aun cuando los latidos del corazón sean irregulares.



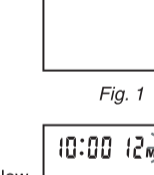
Cuando se detectan latidos del corazón irregulares, aparecerá el icono IHB, Fig. 1.

NOTA: Solicite más información a su médico o profesional de la salud capacitado sobre los latidos del corazón irregulares y en caso que este símbolo aparezca con frecuencia al final de la medición.

**Setting the Date/Time**

NOTE: When the unit is off, the date and time will still appear at the top of the screen.

- When the unit is off, press and release both the POWER and MEMORY button at the same time. The month will begin to flash, Fig. 1.
- Press the MEMORY button to change until the desired number appears.
- Press the POWER button to set the entry.
- The date, Fig. 2, followed by the hour and minutes will blink. Repeat steps 2 and 3 to adjust the date/time setting.
- After setting the minutes, the unit will automatically exit out of the date/time setting mode, Fig. 3.



NOTE: The time is expressed in 24hr military time. The chart below explains the time conversion.

Regular Time (12 hours)	Military Time (24 hours)	Regular Time (12 hours)	Military Time (24 hours)
12 am	0	12 pm	12
1 am	1	1 pm	13
2 am	2	2 pm	14
3 am	3	3 pm	15
4 am	4	4 pm	16
5 am	5	5 pm	17
6 am	6	6 pm	18
7 am	7	7 pm	19
8 am	8	8 pm	20
9 am	9	9 pm	21
10 am	10	10 pm	22
11 am	11	11 pm	23

**MANUAL DE INSTRUCCIONES**

**Automático**  
Monitor Digital de Presión Arterial para el Brazo, de Calidad Premium

SDI-786A

Sírvase leer toda esta guía antes de operar la unidad.



Ingles • Español

**Garantía Limitada de Dos (2) Años**

Simple Diagnostics ("Simple") garantiza que su Digital para Presión Arterial Simple estará libre de defectos de fábrica en condiciones normales de uso durante el tiempo en que el comprador original tenga el producto en su poder. Esta garantía cubre solamente el uso normal y no cubre el uso en aplicaciones clínicas o comerciales. Esta garantía no cubre baterías u otras partes de potencia que se suministraron o usen con el Digital para Presión Arterial Simple. Esta garantía carece de validez si el Digital para Presión Arterial Simple es sometido a malos tratos o abusos de cualquier manera. Si el Digital para Presión Arterial Simple deja de funcionar durante el tiempo en que esté en posesión del comprador original, el mismo deberá enviarnos, con timbre pre-pago y \$5.00 en concepto de gastos de envío y seguro a: Simple Diagnostics, Attn: Repair Department (Atención: Departamento Reparaciones), PO Box 128, Williston Park, NY 11596. Al devolver un producto, también incluya por favor una carta con su nombre, dirección, número de teléfono y una breve descripción del problema específico.

Empaque por favor cuidadosamente el producto para evitar cualquier daño que pueda ocurrir mientras en tránsito. Se recomienda asegurar para el paquete con el recibo de vello Simple reparará o reemplazará la unidad defectuosa, a criterio de Simple. La reparación o reemplazo de la unidad defectuosa, a criterio de Simple, es el único recurso que ofrece esta garantía. CUALQUIER GARANTÍA IMPLÍCITA QUE EL COMPRADOR PUEDE TENER SE LIMITA EN DURACIÓN AL TIEMPO EN QUE EL COMPRADOR ORIGINAL TENGA EL PRODUCTO EN SU PODER. Algunos estados no permiten limitaciones sobre el tiempo de duración de una garantía implícita, de manera que la limitación citada puede no aplicarse en su caso. Esta garantía constituye la única responsabilidad y obligación de Simple de reparar y/o cambiar materiales o componentes, o reintegrar el precio de compra. Simple no será responsable por los daños indirectos, incidentales, especiales, consecuentes o punitivos u otras pérdidas, incluyendo sin limitación, daños o pérdidas de otros bienes o equipos y lesiones personales, ya sea al comprador o a otros. Simple no será de ninguna manera responsable frente al comprador por cualquier monto que supere el costo de reparación y/o cambio de la unidad, o el precio de compra de la misma. Algunos estados no permiten la exclusión o limitación de los daños incidentales o consecuentes, de manera que la limitación o exclusión citadas pueden no aplicarse en su caso. Esta garantía le otorga derechos legales específicos. Es probable que además goce de otros derechos, los cuales varían según el estado.



PO Box 128, Williston Park, NY 11596

**¿Por qué Controlar la Presión Arterial en el Hogar?**

Mucha gente experimenta el "síndrome del delantal blanco", que es un aumento momentáneo de la presión arterial durante la visita al consultorio médico. Si bien es algo transitorio, puede hacer que la presión arterial suba y brinde una indicación falsa de la verdadera presión arterial de una persona.

Experimente o no el "síndrome del delantal blanco", el control de la presión arterial en el hogar le brinda:

- La oportunidad de complementar las mediciones realizadas en el consultorio del médico.
- Una indicación exacta de cualquier cambio.
- Un registro que le ayudará a su médico a evaluar su salud y a tomar decisiones importantes.
- Mediciones de su presión arterial diarias y consistentes.

NOTA: Las variaciones en las lecturas individuales sólo debe interpretarse a su médico o un profesional capacitado del área de salud.

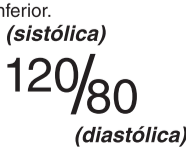
**Información General Acerca de la Presión Arterial**

¿Qué es la presión arterial? La presión arterial es la que ejerce la sangre al fluir por las paredes de los vasos sanguíneos del organismo.

El corazón, centro del sistema circulatorio, ofrece la fuerza para que la sangre fluya o circule. Cuando se contrae o late, la sangre se impulsa a través de los vasos sanguíneos y aumenta la presión. Esta es la presión más alta en el ciclo o la denominada PRESIÓN ARTERIAL SISTÓLICA. Entre cada latido, el corazón se relaja y la presión arterial disminuye; lo cual se conoce con el nombre de PRESIÓN ARTERIAL DIASTÓLICA.

Esta serie completa de eventos que tiene lugar en un solo latido del corazón se denomina CICLO CARDÍACO.

El Monitor Automático Simple leerá automáticamente su presión arterial y mostrará las lecturas sistólica y diastólica en la pantalla. La presión sistólica estará indicada por el número superior y la diastólica, por el inferior.



**Limited Two-Year Warranty**

Simple Diagnostics guarantees that its Digital Blood Pressure Monitor will be free from manufacturing defects under normal use for as long as the original purchaser owns the product. This warranty covers only normal use, and does not apply to use in any clinical or commercial applications. This warranty does not cover batteries or other power sources that may be provided with or used with the Digital Blood Pressure Monitor. This warranty is voided if the Digital Blood Pressure Monitor is misused or abused in any manner.

If the Digital Blood Pressure Monitor fails to operate during the time the original purchaser owns it, return it postage prepaid along with \$5.00 for return shipping and insurance to: Simple Diagnostics, Attn: Repair Department, PO Box 128, Williston Park, NY 11596. When returning a product, please also include a letter with your name, address, phone number and brief description of the specific problem. Please carefully package the product to avoid any damage that may occur while in the transit. Packaging insurance with returned receipt is recommended. Simple will repair or replace the defective unit at the option of Simple Diagnostics. Repair or replacement of the defective unit, at the warrantor's option, is the sole remedy under this warranty.

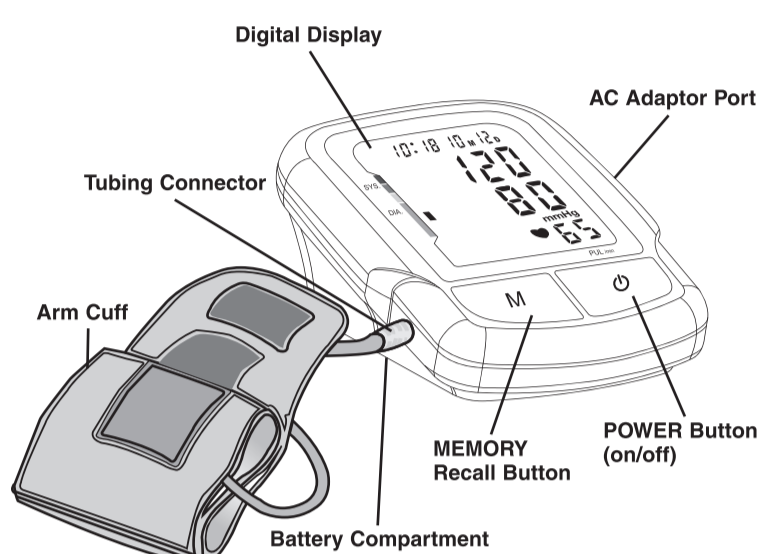
ANY IMPLIED WARRANTIES WHICH THE PURCHASER MAY HAVE ARE LIMITED IN DURATION TO THE TIME THAT THE ORIGINAL CONSUMER PURCHASER OWNS THE PRODUCT. Some states do not allow limitations on how long an implied warranty lasts, so the above limitation may not apply to you.

This warranty constitutes the warrantor's only responsibility and obligation to repair and/or replace materials or components, or refund the purchase price. Simple will not be responsible for any indirect, incidental, special, consequential, or punitive damages or other loss, including, but not limited to, damage to or loss of other property or equipment and personal injuries, whether to purchaser or others. Simple shall in no event be liable to the purchaser for any amount in excess of the cost of repair and/or replacement of the unit, or the purchase price of the unit. Some states do not allow the exclusive or limitation of incidental or consequential damages, so the above limitation or exclusion may not apply to you.

This warranty gives you specific legal rights, and you may also have other rights which vary from state to state.

PO Box 128, Williston Park, NY 11596

**Product Identification & Caution**



**CAUTION:**  
You can stop the inflation or deflation process anytime by pressing the Power button.

**Cuidado y Mantenimiento**

1. Desconecte el tubo del brazalete del monitor y quite las baterías antes de guardar la unidad.
2. Use solamente un paño seco y suave para limpiar el monitor de presión arterial.
3. Evite usar cualquier tipo de líquido en el monitor o brazalete.
4. No guarde la unidad donde está expuesta a la luz directa del sol, polvo o humedad.
5. Evite las temperaturas extremas.
6. Nunca desarme el monitor o brazalete.
7. Evite que se caiga o golpee el monitor de presión arterial.

**Especificaciones del Producto**

**Nombre y número de modelo:** Automático-Monitor Digital de Presión Arterial para el Brazo, de Calidad Premium, SDI-786A

**Tipo de visor:** Visor digital/LCD

**Método de medición:** Oscilométrico

**Fuente de energía:** 4 baterías tipo "AA"

**Alcance de la medición:** Presión: 0-300 mmHg  
Pulso: 30-180 pulsaciones/minuto

**Precisión:** Presión: ± 3 mmHg  
Pulso: ± 5% de la lectura

**Inflado/Desinflado:** Impulsado por bomba

**Memoria:** Válvula de descarga de presión automática  
Visor con memoria incorporada que permite hasta 120 mediciones (60 por banco de memoria)

**Alrededor de un minuto después de presionar el último botón:** Temperatura 41°F - 104°F (5°C - 40°C)  
Humedad < 85%

**Alrededor de un minuto después de presionar el último botón:** Temperatura 41°F - 131°F (-20°C - 55°C)  
Humedad < 95%

**Alrededor de un minuto después de presionar el último botón:** Temperatura 41°F - 104°F (5°C - 40°C)  
Humedad < 85%

**Tamaño del monitor:** 4-1/4" x 6" x 2-3/8"

**Peso:** 10.5 oz. (sin baterías)

**Rango de circunferencia del brazo:** El tamaño adulto es adecuado para la circunferencia del brazo: 11-3/4" - 16-1/2" (30-42 cm).  
Brazalete para adulto pequeño corresponde a una circunferencia de brazo: 8-5/8" - 11-3/4" (22-30 cm).  
Adaptador de CA

**Accesorios:** Brazalete para adulto tamaño grande corresponde a una circunferencia de brazo: 16-1/2" - 18-7/8" (42-48 cm).  
Brazalete para adulto tamaño pequeño corresponde a una circunferencia de brazo: 8-5/8" - 11-3/4" (22-30 cm).  
Adaptador de CA

Las especificaciones están sujetas a cambios sin previo aviso. Simple Diagnostics

**Descripción de los Símbolos del Visor**

SYS	Indica una medición dentro del Grado 3 de Hipertensión.	Indica las pulsaciones por minuto.
DIA	Indica una medición dentro del Grado 2 de Hipertensión.	Indica cuando se comete un error durante la medición.
SYS	Indica una medición dentro del Grado 2 de Hipertensión.	Aparece cuando se detecta ritmo cardíaco irregular durante la medición.
DIA	Indica una medición dentro del Grado 1 de Hipertensión.	Aparece cuando el brazalete está inflado o contiene demasiado aire. Una vez que la lectura se estabiliza, la unidad está lista para tomar una medición.
SYS	Indica una medición dentro del Grado 1 de Hipertensión.	Aparece cuando se produce un error de medición. Comience la medición nuevamente.
DIA	Aparece cuando se deben cambiar las baterías.	Aparece cuando trae una medición de la memoria.
		Indica el banco de memoria del usuario.

**Análisis de Fallas**

Si ocurre una anomalía durante el uso, verifique y corrija lo siguiente:

CONDICIÓN	CORRECCIÓN
El visor está en blanco cuando el botón de encendido está presionado	Revise y corrija la polaridad de las baterías. Vuelva a colocar o cambie las baterías.
Medición incompleta o aparecen valores anormalmente altos o bajos.	Revise y siga las secciones "Cómo Colocar el Brazalete de Presión Arterial" y "Cómo Tomar una Lectura de Presión Arterial". Cambie las baterías.
Aparece el símbolo EE	¿Se movió o conversó durante la medición? Revisa y siga la sección "Cómo Aplicar el Brazalete de Presión Arterial".
Las mediciones son diferentes de las mediciones usuales que realiza el médico o cada lectura de medición es diferente.	Recuerde que las condiciones mentales y físicas y/o el momento del día influyen en las lecturas de la presión arterial. Su médico es quien debe interpretar las mediciones diferentes.

**Why Monitor Your Blood Pressure at Home?**

Many people experience "White Coat Syndrome", which is a temporary elevation of blood pressure during a visit at their physician's office. Although only temporary, it can cause blood pressure to rise and give a false indication of a person's true blood pressure.

Whether or not you experience "White Coat Syndrome", home blood pressure monitoring provides:

- 1) The opportunity to supplement your physician's office measurements.
- 2) An accurate indication of any change.
- 3) A record to assist your physician in evaluating your health and making important decisions.
- 4) Consistent, daily measurements of your blood pressure.

**NOTE:** Variations in your individual readings should only be interpreted by your physician or trained healthcare professional.

**General Blood Pressure Information**

**What is Blood Pressure?**  
Blood pressure is the pressure that is exerted by blood flowing against the walls of the blood vessels throughout your body.

Your heart, which is the center of the circulatory system, provides the force for the blood to flow or circulate. When your heart contracts or beats, the blood is forced through the blood vessels increasing the pressure. This is the highest pressure in the cycle and what is referred to as **SYSTOLIC** blood pressure. In between beats, your heart relaxes and your blood pressure decreases. This is referred to as **DIASTOLIC** blood pressure.

This complete series of events, which occurs in a single heartbeat, is known as the **CARDIAC CYCLE**.

Your Simple Automatic Blood Pressure Monitor will automatically read your blood pressure and display both systolic and diastolic readings on the screen. Your systolic will be positioned as the upper number and the diastolic reading will be the lower number.

(systolic)  
**120/80**  
(diastolic)

**World Health Organization (WHO) Indicator**

The WHO Indicator, located on the left side of the display, will identify your reading within a range in accordance with the guidelines set by the World Health Organization (WHO). See the chart below for reference.

WHO Indicator	Systolic Pressure	Diastolic Pressure
Stage 3 Hypertension	>180 mmHg	>110 mmHg
Stage 2 Hypertension	160-179 mmHg	100-109 mmHg
Stage 1 Hypertension	140-159 mmHg	90-99 mmHg
High Normal	130-139 mmHg	85-89 mmHg
Normal	120-129 mmHg	80-84 mmHg
Optimal	<120 mmHg	<80 mmHg

**Cómo Colocar el Brazalete de Presión Arterial**

Antes de colocarse el brazalete para la presión arterial, verifique que tenga el brazalete apropiado:

- Brazalete para adulto pequeño** corresponde a una circunferencia de brazo: 8-5/8" - 11-3/4" (22-30 cm)
- Brazalete para adulto** corresponde a una circunferencia de brazo: 11-3/4" - 16-1/2" (30-42 cm)
- Brazalete para adulto grande** corresponde a una circunferencia de brazo: 16-1/2" - 18-7/8" (42-48 cm)

1. Quite cualquier ropa o joyas ajustadas que puedan interferir con la colocación del brazalete.
2. Siéntese con los pies apoyados sobre el piso.
3. Apoye el brazalete sobre una superficie sólida con el tubo mirando hacia ARRIBA y LEJOS suyo, Fig. 1. La barra de metal del brazalete deberá estar a la izquierda del tubo.
4. Agrande o abra el brazalete extendiendo o enrollando la parte inferior del brazalete hacia la derecha, Fig. 2. Esto debería abrir el brazalete, creando un cilindro. No extienda el brazalete más allá de la barra de metal.
5. Inserte el brazo en el brazalete (cilindro). Coloque el signo (D) sobre la arteria principal (en la parte interna del brazo), Fig. 3.
6. El borde inferior del brazalete debería colocarse aproximadamente una pulgada por ARRIBA del codo, Fig. 4.
7. Con la mano derecha yendo por debajo, tome el brazo izquierdo y estire el extremo del brazalete hacia usted para ajustar el brazalete, Fig. 5. Enrolle de manera segura el brazalete, verificando que el signo (D) permanezca como se muestra en la Fig. 3.
8. El brazalete debe catzar cómodamente pero ajustado alrededor del brazo y no debe incomodar. Tiene que poder insertar dos dedos entre el brazo y el brazalete.

**NOTA:** El tamaño del brazalete es el adecuado cuando el signo "índice" vertical esté dentro del rango horizontal "OK". Se necesita un tamaño diferente de brazalete si el signo "índice" queda fuera del rango "OK".

**Cómo Fijar la Fecha/Hora**

**NOTA:** Aun cuando la unidad esté apagada, la fecha y hora seguirán apareciendo en la parte superior de la pantalla.

1. Cuando la unidad está apagada, presione y suelte el botón de ENCENDIDO/APAGADO (POWER) y el de MEMORIA (MEMORY) al mismo tiempo. El mes comenzará a titilar, Fig. 1.
2. Presione el botón de MEMORIA (MEMORY) para cambiar hasta que aparezca en número que busca (Fig. 2).
3. Presione el botón de ENCENDIDO/APAGADO (POWER) para marcar el ingreso.
4. La fecha, Fig. 2, seguida de la hora y minutos titilará en forma intermitente. Repita los pasos 2 y 3 para establecer la configuración de fecha/hora.
5. Después de establecer los minutos, la unidad automáticamente saldrá del modo fecha/hora, Fig. 3.

**NOTA:** La hora está expresada en formato militar de 24 horas. El siguiente cuadro explica la conversión.

Hora formato estándar (12 horas)	Hora formato militar (24 horas)	Hora formato estándar (12 horas)	Hora formato militar (24 horas)
12 am	0	12 pm	12
1 am	1	1 pm	13
2 am	2	2 pm	14
3 am	3	3 pm	15
4 am	4	4 pm	16
5 am	5	5 pm	17
6 am	6	6 pm	18
7 am	7	7 pm	19
8 am	8	8 pm	20
9 am	9	9 pm	21
10 am	10	10 pm	22
11 am	11	11 pm	23

**Irregular Heartbeat Detection**

Your digital blood pressure monitor features Irregular Heartbeat Detection. This feature allows users to accurately monitor blood pressure even if an irregular heartbeat should occur.

When an irregular heartbeat is detected, the IHB icon will appear on the display, Fig. 1.

**NOTE:** Please consult with your physician or trained healthcare professional for further information regarding an irregular heartbeat and if this symbol appears frequently at the end of a reading.

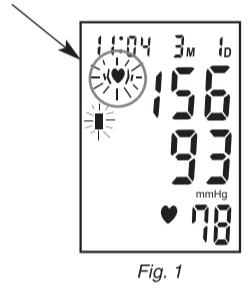


Fig. 1

**Applying Your Blood Pressure Cuff**

Before applying your blood pressure cuff, be sure you have selected the appropriate cuff:  
**Small Adult Cuff** fits arm circumference 9-5/8" - 11-3/4" (22-30 cm)  
**Adult Cuff** fits arm circumference 11-3/4" - 16-1/2" (30-42 cm)  
**Large Adult Cuff** fits arm circumference 16-1/2" - 18-7/8" (42-48 cm)

**NOTE:** If for any reason you are unable to or should not use your left arm, please modify the following instructions and apply the cuff to your right arm. Your physician can tell you which arm is best for you to use.

1. Remove any constrictive clothing or jewelry that may interfere with the cuff placement.
2. Be seated with your feet flat on the floor.
3. Position the cuff on a solid surface with the tubing facing UP and AWAY from you, Fig. 1. The metal bar on the cuff should be to the left of the tubing.
4. Widen or open the cuff by pulling or rolling the bottom of the cuff towards the right, Fig. 2. This should open the cuff, creating a cylinder. Do not extend the cuff beyond the metal bar.
5. Insert your arm into the cuff (cylinder). Position the (D) mark over the main artery (on the inside of your arm), Fig. 3.
6. The bottom edge of the cuff should be positioned approximately one inch ABOVE the elbow joint, Fig. 4.
7. Reaching underneath your left arm with your right hand, pull the end of the cuff towards your body to tighten the cuff, Fig. 5. Wrap and secure the cuff making sure that the (D) mark remains as shown, Fig. 3.
8. The cuff should fit comfortably, yet snugly around your arm. You should be able to insert two fingers between your arm and the cuff.

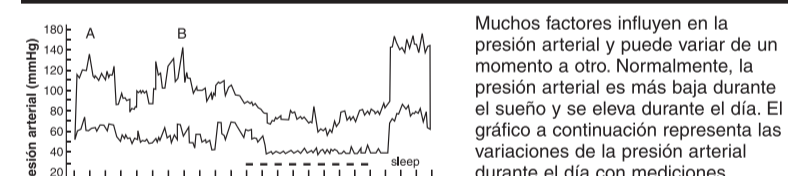
**NOTE:** The cuff size is suitable for use when the vertical "Index" mark is within the horizontal "OK" range. A different sized cuff is needed if the "Index" mark is outside of the "OK" range.

**Indicador de la WHO (Organización Mundial de la Salud)**

El Indicador de la Organización Mundial de la Salud - WHO - (por sus siglas en inglés), ubicado a la izquierda del visor identificará su lectura dentro de un rango de acuerdo con las pautas establecidas por la Organización Mundial de la Salud (WHO). Consulte el siguiente cuadro a los fines de referencia.

WHO Indicator	Systolic Pressure	Diastolic Pressure
Grado 3 de Hipertensión	>180 mmHg	>110 mmHg
Grado 2 de Hipertensión	160-179 mmHg	100-109 mmHg
Grado 1 de Hipertensión	140-159 mmHg	90-99 mmHg
Alta Normal	130-139 mmHg	85-89 mmHg
Normal	120-129 mmHg	80-84 mmHg
Óptima	<120 mmHg	<80 mmHg

**Variaciones de la Presión Arterial**



Las líneas de puntos representan el periodo de sueño. El aumento de la presión arterial a las 7 p.m. (B en el gráfico) corresponde a un hecho estresante y a las 7 p.m. (B en el gráfico) a un periodo de ejercicios físicos.

**Información Importante Previa al Uso**

1. Las mediciones de la presión arterial solo debe interpretarla un médico o profesional capacitado del área de salud familiarizado con su historia clínica.
2. Tome las mediciones en un lugar tranquilo. Debe estar sentado y relajado.
3. Evite fumar, comer, tomar medicamentos, el consumo de alcohol o la actividad física 30 minutos antes de la lectura. Si evidencia signos de estrés, evite tomarse la presión mientras esa sensación no haya desaparecido.
4. Descanse 15 minutos antes de tomar una lectura.
5. Retire toda indumentaria o accesorio apretado que pudiera interferir con la colocación del brazalete.
6. Mantenga el monitor estable durante la medición. Permanezca quieto; no hable durante la medición.
7. En el cuadro que se suministra anote las lecturas diarias.
8. Tome las lecturas todos los días a la misma hora (o según lo recomendado por el médico).
9. Espere, como mínimo, 15 minutos entre lecturas. El tiempo de espera puede variar dependiendo de las características fisiológicas individuales.
10. Este dispositivo ha sido diseñado para uso en adultos.
11. Se puede detener el proceso de inflado y desinflado con sólo pulsar el botón de ENCENDIDO/APAGADO.

**Taking Your Blood Pressure Reading**

Proceed only after reading the previous sections of this manual.

1. Position the monitor on a flat, stable surface with the digital display panel in view. Insert the cuff tubing connector into the left side of the monitor, Fig. 1.
2. Rest your elbow on a solid surface with your palm facing upward. Elevate your arm so that the cuff is at the same level as your heart, Fig. 2. Relax your left hand.
3. Press the POWER button to turn the unit on and select the memory bank you want your reading to be stored in by pressing the MEMORY button to alternate between memory bank 1 or 2. Press the POWER button to confirm your selection.
4. This unit will run a self-test, Fig. 3, and show the last measured reading, Fig. 4, or if there is no previous measurement, "0", as shown in Fig. 5.
5. When the display appears as shown, Fig. 6, the monitor is ready. The cuff will automatically begin to inflate.
6. The display will show the increasing pressure in the cuff. Along with the measurement progress on the left side of the screen.
7. The cuff will automatically inflate to approximately 190 mmHg or 40 mmHg higher than the last systolic pressure stored in memory.
8. Once the cuff inflates to the appropriate pressure level, the measurement will begin.
9. The unit will begin to automatically deflate and the numbers appearing on the display will decrease.
10. When all the air is deflated, the measurement is complete. The unit will display your blood pressure (systolic and diastolic) measurements and pulse rate, Fig. 7.

**Care and Maintenance**

1. Disconnect the cuff tubing from the monitor and remove batteries prior to storing.
2. Only use a soft, dry cloth to clean your blood pressure monitor.
3. Avoid using any types of liquids on the monitor or cuff.
4. Do not store the unit where it will be exposed to direct sunlight, dust or humidity.
5. Avoid extreme temperatures.
6. Never disassemble the monitor or cuff.
7. Dropping or subjecting your blood pressure monitor to strong shocks should be avoided.

**Product Specifications**

**Name and model number:** Automatic Premium Digital Blood Pressure Arm Monitor, SDI-786A

**Display system:** Digital display/LCD

**Measuring method:** Oscillometric

**Power source:** 4 "AA" batteries

**Measuring range:** Pressure: 0-300 mmHg  
Pulse: 30-180 beats/minute

**Accuracy:** Pressure: ±3 mmHg  
Pulse: ±5% of reading

**Inflation/Deflation:** Pump Driven  
Automatic Pressure Release Valve

**Memory:** Built-in memory enabling display of up to 120 (60 per memory bank) measurements

**Automatic shut-off:** Approximately 1 minute after last button operation

**Operation environment:** Temperature 41°F - 104°F (5°C - 40°C)  
Humidity < 85%

**Storage environment:** Temperature 41°F - 131°F (-20°C - 55°C)  
Humidity < 95%

**Monitor dimensions:** 4-1/4" x 6" x 2-3/8"

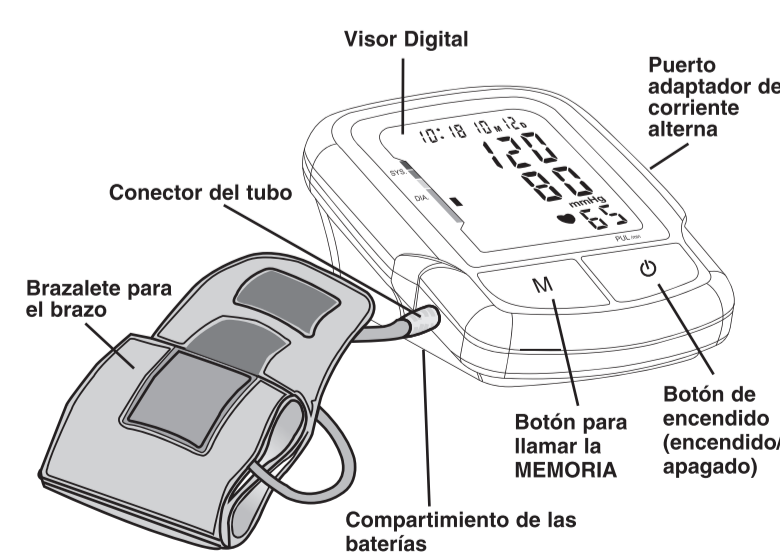
**Weight:** 10.5 oz. (without batteries)

**Arm circumference range:** Adult size cuff fits arm circumference: 11-3/4" - 16-1/2" (30-42 cm).  
Cuff, detailed guidebook, quick start guide, blood pressure log, storage case

**Options (sold separately):** Large adult size cuff fits arm circumference: 16-1/4" - 18-7/8" (42-48 cm). Small adult size cuff fits arm circumference: 8-5/8" - 11-3/4" (22-30 cm). AC Adapter

Specifications are subject to change without notice. Simple Diagnostics

**Identificación del Producto y Precaución**



**PRECAUCIÓN:**  
Puede detener el proceso de inflado o desinflado en cualquier momento presionando el botón de ENCENDIDO.

**Índice**

Introducción ..... 20

Identificación del producto y precaución ..... 21

¿Por qué controlar la presión arterial en el hogar? ..... 22

Información general acerca de la presión arterial ..... 22

Variaciones de la presión arterial ..... 24

Información importante previa al uso ..... 24

Indicador de la WHO (Organización Mundial de la Salud) ..... 25

Detección de Latidos del Corazón Irregulares ..... 26

Colocación/cambio de baterías ..... 27

Cómo fijar la fecha/hora ..... 28

Cómo colocar el brazalete de presión arterial ..... 29

Cómo tomar la lectura de la presión arterial ..... 30

Cómo llamar las mediciones de la memoria ..... 31

Descripción de los símbolos del visor ..... 32

Análisis de fallas ..... 32

Cuidado y mantenimiento ..... 33

Especificaciones del producto ..... 33

Ejemplo de registro de la presión arterial ..... 34

**Introducción**

Para obtener el máximo beneficio del monitor de presión arterial, se recomienda consultar primero con el médico o profesional capacitado del área de salud.

Gracias por comprar un Monitor Digital Automático de Presión Arterial Simple. Con el debido cuidado y uso, obtendrá lecturas confiables durante muchos años.

El método de medición que emplea el Monitor Automático se denomina oscilométrico. El monitor detecta el movimiento de la sangre por la arteria del brazo y lo convierte en lectura digital. El método oscilométrico no requiere del uso de un estetoscopio; por lo que el monitor resulta fácil de usar.

Las lecturas de presión arterial determinadas con este dispositivo equivalen a las obtenidas por un observador capacitado que emplee el método de auscultación con brazaletes estetoacústicos, dentro de los límites prescritos por el American National Standard for Electronic or Automated Sphygmomanometers (Norma Nacional Estadounidense de Esfigmomanómetros Electrónicos o Automatizados).

**Sample Blood Pressure Log**

Name: \_\_\_\_\_ Age: \_\_\_\_\_ Weight: \_\_\_\_\_

Date	1/2	1/2	1/3
Time	7:00 AM	9:30 PM	7:30 AM
mmHg			
240			
220			
200			
180			
160			
140			
120			
100			
80			
60			
Pulse	68	71	69
Body Condition	Healthy	Well	Normal