

DR-HO'S

motionsolution

colchoneta de estiramiento
y movilización



Spine Care

La Solución para una Columna
en Forma y Flexible

MANUAL DEL USUARIO

Queridos Amigos,

Gracias por elegir mi colchoneta DR-HO'S MotionSolution. Realmente aprecio tu confianza en mí.

Te encantará lo fácil que es de usar y sentirás una increíble comodidad y alivio, tanto durante como después de usarla.

La colchoneta DR-HO'S MotionSolution utiliza tecnología de movilización pasiva para ayudar a movilizar y estirar la columna vertebral y los músculos circundantes. Proporciona una de las soluciones más cómodas y agradables para una columna rígida y dolorida.

Para tu cabeza, cuello y hombros superiores: la flexión y extensión de la colchoneta, la rotación de lado a lado y los movimientos de rebote progresivos harán maravillas para liberar la rigidez en tu cuello y hombros.

Para la parte superior de la espalda y la postura: la colchoneta gira, levanta y extiende la parte superior y media de la espalda, lo que reduce la inclinación. Después, te sentirás bien y te resultará más fácil mantenerte erguido.

Para la parte inferior de la espalda y caderas: Con el soporte de espalda caliente bajo el arco de la espalda, tus músculos se calientan y se aflojan.

La colchoneta levantará gradualmente la espalda con pausas suaves y rebotes, proporcionando un increíble estiramiento y extensión.

También girará suavemente las caderas y la parte inferior de la espalda para aflojar los músculos y las articulaciones. La combinación de calor y estiramiento pasivo se sentirá increíble, especialmente para cualquier persona con dolor de espalda crónico o problemas de disco.

Te animo a usar regularmente la colchoneta MotionSolution de DR-HO para mantener un rango saludable de movimiento y promover la salud de la columna vertebral. Te sentirás muy relajado mientras usas la esterilla y, después de cada tratamiento, estarás erguido con una buena postura, te sentirás suelto y ágil, y estarás listo para moverte con facilidad.

Saludos cordiales,
Dr. Michael Ho



TABLA DE CONTENIDO

- 1** Importantes medidas de seguridad
- 2** Contenido
- 2** Diagrama del producto
- 2** Especificaciones del producto
- 3** Precauciones y Contraindicaciones
- 3** Mantenimiento y limpieza
- 4** Uso previsto
- 5** Características y beneficios
- 6** Cómo posicionarse en la colchoneta
- 7** Instrucciones paso a paso
- 9** Solución de problemas
- 10** Servicio al cliente

IMPORTANTES MEDIDAS DE SEGURIDAD

Al usar la colchoneta DR-HO'S MotionSolution, siempre observe las precauciones básicas de seguridad.

Advertencias

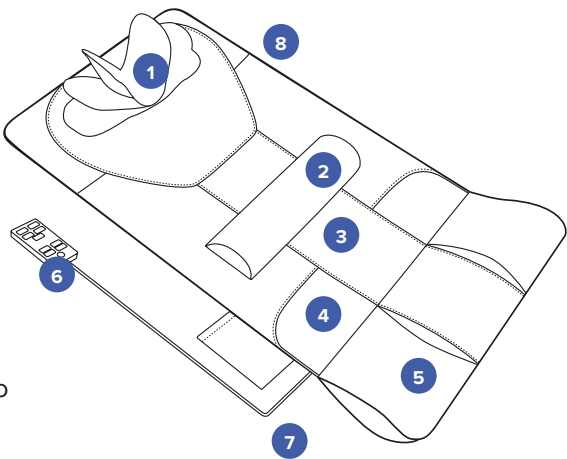
- Evite exponer el producto al agua, otros líquidos, luz solar directa o altas temperaturas.
 - Nunca deje MotionSolution Mat sin supervisión mientras está en uso.
 - Utilizar el producto solo para los fines previstos.
 - Este sistema no debe ser utilizado ni usado para jugar por niños. Mantenga el sistema y su cordón fuera del alcance de los niños.
1. El uso del sistema en lugares con diferentes especificaciones eléctricas puede dañar el producto, por lo que por favor compruebe las especificaciones antes de encenderlo. No utilice este producto con ningún tipo de adaptador o dispositivo convertidor de tensión; se considera una modificación no autorizada del producto y como tal anula la garantía.
 2. No tire, gire o dañe el cable de alimentación y no está permitido tocar superficies calientes. Inspeccione periódicamente el cable y el enchufe. No utilice un cable o enchufe dañados. Un cable o enchufe dañado debe ser reemplazado por una persona calificada para evitar riesgos.
 3. Si el sistema funciona mal, o está dañado de cualquier forma, póngase en contacto con el servicio al cliente para asistencia. El producto solo ha de ser reparado por un profesional calificado si está defectuoso. Inspeccione regularmente el producto para detectar signos de desgaste o daño antes de su uso.
 4. No use la colchoneta al aire libre o en mal tiempo, y siempre úselo en una superficie plana.
 5. Este sistema podrá ser utilizado, limpiado y/o mantenido por personas con dificultades físicas, sensoriales o mentales reducidas o carentes de experiencia y/o conocimientos solo si han recibido supervisión o instrucciones sobre el uso del sistema de forma segura y si comprenden los peligros implicados.
 6. Nunca se ponga de pie sobre la colchoneta de aire. Acuéstese sobre la colchoneta como se describe más adelante en este manual.
 7. Apague la colchoneta MotionSolution y retire el enchufe de la red cada vez que termine de usar el dispositivo y antes de limpiarlo. Proceda de la siguiente manera: agarre el enchufe (no el cable) y retire del enchufe de la red. Nunca tire del cable de alimentación.
 8. Este producto no puede ser utilizado por personas enfermas, que tengan o hayan sufrido lesiones en la columna vertebral o que hayan sido operadas recientemente. Consulte a su médico antes del uso.
 9. Póngase en contacto con su proveedor en caso de problemas.

CONTENIDOS

- 1 x colchoneta MotionSolution DR-HO'S
- 1 x Adaptador
- 1 x Manual del usuario

DIAGRAMA DEL PRODUCTO

1. Movilizador del cuello
2. Soporte de espalda caliente
3. Movilizador de espalda
4. Zonas de glúteos en azul
5. Zonas de descanso de piernas
6. Control remoto
7. Cable de alimentación con enchufe
8. Cremallera (para almacenamiento)



El Movilizador de cuello y el Movilizador de espalda caliente son ajustables y se pueden mover hacia arriba o hacia abajo para adaptarse a su altura.

Las áreas elevadas en la colchoneta proporcionan soporte para los muslos pero no hacen ningún movimiento; albergan las bombas y ofrecen un cómodo lugar de descanso para las piernas.

ESPECIFICACIONES DEL PRODUCTO

Código del producto Modelo	H08646 MSM-8801
Nombre	Colchoneta MotionSolution de DR-HO
Voltaje	12V  2.5A
Temporizador predeterminado	10+1 minutos
Funciones	Tratamiento específico para cuello / hombros, espalda media y espalda baja, además de 4 programas de movimiento modulado automático seleccionables
Materiales	Cuero PU, Gamuza, Lana
Dimensiones	120 x 60 cm
Peso	4,68 kg

PRECAUCIONES Y CONTRAINDICACIONES

- No utilice DR-HO'S MotionSolution si tiene huesos fracturados, post-cirugía, úlceras cutáneas u otras condiciones de salud que no son adecuadas para ejercicios con calor o de movimiento espinal.
- Si siente alguna molestia durante o después de usar el sistema, detenga y descanse un día o dos antes de usarlo de nuevo. Si el malestar continúa, deje de usar el sistema.
- Como siempre, consulte a su médico sobre cualquier problema de salud o preocupaciones antes de empezar nuevos ejercicios, usar esta colchoneta o probar cualquier dispositivo nuevo.

Descargo de responsabilidad:

Los productos de DR-HO no están destinados a diagnosticar, tratar o curar enfermedades y trastornos. En caso de problemas de salud, consulte a su médico para un diagnóstico y tratamiento adecuados.

MANTENIMIENTO Y LIMPIEZA

- Almacene la colchoneta en un espacio seguro, seco y bien ventilado.
- Use la cremallera para plegar la colchoneta en tres secciones y cerrar los lados para un fácil almacenamiento y transporte.
- Si no va a utilizar la colchoneta por un período prolongado, cúbrala con una lona a prueba de polvo o guárdela plegada en su embalaje original para evitar la acumulación de polvo.
- Siempre desconecte la colchoneta de la fuente de alimentación antes de limpiarla.
- Evite el uso de detergentes corrosivos; En su lugar, utilice un paño húmedo para limpiarla.

USO PREVISTO

La colchoneta MotionSolution es un dispositivo patentado e innovador que funciona mediante el uso de tecnología de movilización de movimiento pasivo o terapia de movimiento pasivo para mover suavemente la columna vertebral y los músculos circundantes para ayudar a:

- Estirar y liberar los músculos tensos
- Soltar las articulaciones rígidas
- Restaurar la elasticidad natural
- Mejorar y mantener una columna vertebral saludable y en forma
- Mejorar o aumentar la movilidad
- Mejorar la postura y reducir la presión en los discos

La colchoneta MotionSolution trata la columna vertebral mediante:

- Mejorando la alineación de la columna vertebral para reducir la presión sobre los músculos, discos y articulaciones.
- Moviendo suavemente la columna vertebral en flexión, extensión, rotación, torsión y alargamiento.
- Mejorando la movilidad a través de movimientos consistentes y suaves.
- Relajando los músculos de la parte inferior de la espalda con terapia térmica, promoviendo una mejor circulación y flexibilidad muscular.
- El movimiento pasivo ayuda a movilizar la columna vertebral para ayudar a reducir la tensión muscular, mejorar el movimiento articular y la elasticidad del ligamento que ayuda con la agilidad, estar más erguido con una mejor postura y reducir la presión en las articulaciones y los discos.

Esta combinación de características hace que la colchoneta sea una solución eficaz y no invasiva para mejorar la salud de la columna vertebral y mantener una columna en forma y saludable.

Recomendado para:

- **Personas mayores:** Abordando problemas de rigidez y movilidad relacionados con la edad.
- **Trabajadores de oficina y estudiantes:** Contrarrestando los efectos de estar sentado por mucho tiempo y "cuello tecnológico".
- **Trabajadores con dolor de espalda:** El calor ayuda a calmar y relajar los músculos tensos de la espalda.
- **Individuos activos:** Mejorando la recuperación de los entrenamientos o el trabajo físico.
- **Cualquiera que busque alivio del dolor:** Es una alternativa no invasiva para la salud de la columna vertebral y muscular.
- Personas que sufren de **dolor o rigidez crónica o aguda** en el cuello, los hombros o la parte baja de la espalda.
- Personas que experimentan movilidad reducida debido a condiciones como **mala postura**.
- Aquellos que necesitan **mantenimiento diario de la columna vertebral**.
- Las personas que buscan **mejorar su calidad de vida mediante la mejora flexibilidad, aliviar la tensión y relajarse después de un día estresante**.

17 Movilizadores de Movimiento

- Proporcionan movilización y estiramientos a la columna vertebral.
- Estos movilizadores levantan, estiran, rotan, giran y alargan la columna vertebral para liberar músculos tensos, aflojar articulaciones rígidas y restaurar la elasticidad natural.
- Los movimientos simulan e imitan técnicas profesionales de terapia manual utilizadas para ajustes espinales y relajación muscular, como flexión, extensión y rotación de lado a lado, para ayudar a restaurar la alineación natural, elasticidad y movilidad de la columna vertebral.

Soporte de espalda calefactor

- La colchoneta incorpora terapia de calor para relajar los músculos, mejorar la circulación sanguínea, reducir la tensión y mejorar el confort.

Componentes ajustables

- Los movilizadores de espalda y cuello se pueden ajustar para adaptarse a usuarios de diferentes alturas y tipos/medidas de cuerpo.

Modos de Terapia Dirigida

- Estos modos permiten una terapia dirigida a áreas específicas como el cuello, los hombros y la parte superior de la espalda, o la parte inferior de la espalda.

Programas Automatizados

- La colchoneta ofrece cuatro modos preprogramados para una terapia integral, cada uno proporcionando una serie única de diferentes movimientos de movilización y estiramiento de la columna vertebral: (P1) Movimiento de Extensión Corporal, (P2) Movimiento de Ondulación Corporal, (P3) Movimiento de Torsión Corporal y (P4) Movimiento Energizante Corporal.

Control remoto fácil de usar

- El control remoto facilita la personalización de la configuración durante el uso.
- Seleccione un modo de terapia dirigida o uno de los 4 modos preprogramados.
- Personalice el nivel de intensidad.
- Ajuste la configuración de calor.
- Ajuste el temporizador.

Movimientos impulsados por AI

- La colchoneta viene programada con la experiencia clínica del Dr. Ho para replicar técnicas precisas de estiramiento y movilización de la columna; ayuda a mantener una columna saludable y en forma con la relajación muscular y una mayor flexibilidad de las articulaciones y ligamentos.

Fácil de usar

- La colchoneta funciona automáticamente, requiriendo que el usuario simplemente se acueste y se relaje, a menudo induciendo el sueño debido a sus efectos calmantes.

Duradera y Versátil

- La colchoneta es ligera, portátil y adecuada para uso doméstico y viajes.

CÓMO POSICIONARTE EN EL COJÍN

1. Coloque los glúteos sobre las dos zonas azules.
2. Recuéstese con las rodillas flexionadas o las piernas extendidas.
3. Asegúrese de que el soporte lumbar (el soporte ajustable rojo con función de calor) esté posicionada bajo la curva de su espalda baja deslizándola hacia arriba o hacia abajo.
4. Asegúrese de que el movilizador cervical le sostenga el cuello deslizándolo hacia arriba o hacia abajo para adaptarlo a tu altura.

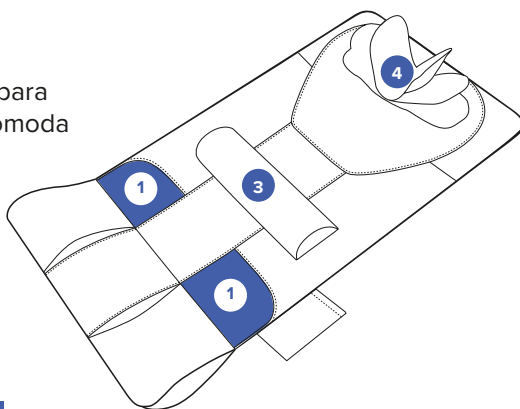
Nota: Pruebe diferentes posiciones para encontrar la alineación más cómoda para su columna.

La mejor manera de salir de la colchoneta (y de su cama):

1. Gire hacia un lado, dejando que sus piernas cuelguen por el borde de la cama o el sofá.
2. Empuje hacia arriba usando su codo y su otra mano.



Este método es fácil y es el mejor para su cuello y su espalda baja!



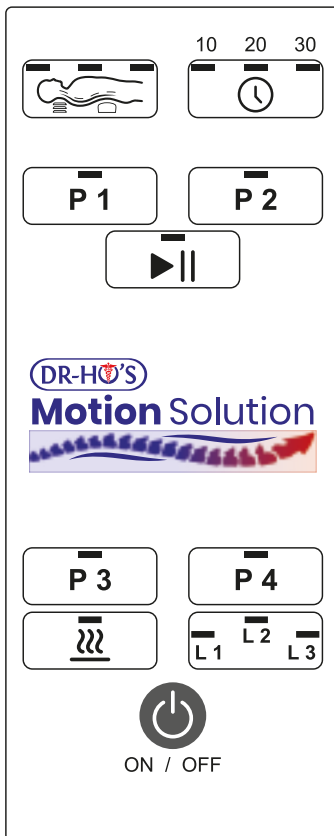
Consejo:

Se recomienda usar la Colchoneta MotionSolution durante 20 a 30 minutos por sesión, y más tiempo si se desea.

INSTRUCCIONES PASO A PASO

Puede usar la colchoneta con la configuración predeterminada o seleccionar segmentos específicos de la columna vertebral para tratar. Alternativamente, puede elegir uno de los cuatro programas automodulados: P1, P2, P3 o P4.

Hay tres niveles de intensidad y opciones de duración del tratamiento de 10, 20 ó 30 minutos, todos con función de apagado automático.



Primero, pulse este botón  para encender el dispositivo. La colchoneta entrará en modo de espera con la configuración predeterminada: Programa P1, intensidad media y duración de 10 minutos.

Para comenzar el tratamiento con estas configuraciones predeterminadas, pulse este botón  por segunda vez.

Alternativamente, pulse los botones siguientes para un tratamiento personalizado:

 Pulse este botón si quiere seleccionar una zona específica de la columna vertebral para tratar. La zona correspondiente se iluminará para una de las siguientes regiones:

- Cuello y hombros
- Dorsal superior y medio
- Dorsal inferior, medio y caderas

 Pulse este botón para seleccionar la duración del tratamiento: 10, 20 ó 30 minutos.

Pulsa uno de los 4 botones para seleccionar un programa específico: P1, P2, P3 o P4:

 **Movimiento de Extensión Corporal**
Benefíciase del modo automodulado "Movimiento de extensión corporal", que se enfoca en extender la columna vertebral para aliviar tensión, rigidez y dolor.

 P 2

Movimiento Ondulatorio Corporal

El modo automodulado "Movimiento Ondulatorio Corporal" se enfoca en restaurar los movimientos articulares de la columna vertebral, aliviar las articulaciones y músculos, y ayudar a recuperar la flexibilidad y agilidad.

 P 3

Movimiento de Torsión Corporal

Experimente los beneficios del modo automodulado "Movimiento de Torsión Corporal", que se enfoca en estirar y relajar los ligamentos tensos alrededor de la columna vertebral, ayudando a restaurar la elasticidad y movilidad.

 P 4

Movimiento Energizante Corporal

Descubre los beneficios del modo automodulado "Movimiento Energizante Corporal", que se enfoca en movimientos de rebote y sacudida para ayudar a aflojar los tejidos fibrosos tensos derivados de lesiones antiguas y envejecimiento. Este modo también favorece una buena alineación postural y equilibra todo el rango de movimientos a lo largo de la columna vertebral.

 II

Pulse este botón para pausar el funcionamiento de la colchoneta. Pulsa de nuevo para reanudar.

 L1 L2 L3

Pulse este botón para seleccionar el nivel de intensidad: L1, L2 o L3. Elija el nivel que haga que su tratamiento sea tan cómodo como desee, lo cual permite personalizar su experiencia según sus necesidades.

 III

Pulse este botón para activar el calor relajante en el soporte lumbar. El calor no solo mejora su confort, sino que también hace que su tratamiento sea aún más efectivo. Si cree que ha tenido suficiente, solo pulse de nuevo para apagar el calor.

RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS

Problema	Causa	Solución
Olor anormal.	La nueva espuma y los materiales de revestimiento pueden tener un ligero olor al abrirse por primera vez, pero esto es completamente normal.	Para ayudar a reducir el olor, deja airear la colchoneta en una habitación abierta durante 24 horas y pronto recuperará un aroma fresco.
Pliegues notorios en la colchoneta.	Estos se deben al embalaje y enrollado durante el envío.	Solo tiene que desdoblar la colchoneta y colocarla plana para que los pliegues desaparezcan.
La superficie de la tela de malla se ve irregular después de usarla.	Esto puede deberse a aire atrapado en los Body Mobilizers (mobilizadores corporales).	Para solucionarlo, presione suavemente la colchoneta para ayudar a liberar las bolsas de aire.
La colchoneta deja de funcionar automáticamente.	Tenga en cuenta que la colchoneta está diseñada para apagarse automáticamente. Se apagará después de 10, 20 ó 30 minutos de funcionamiento, según el tiempo seleccionado.	Si desea continuar con su sesión, solo pulse el botón ON/OFF para reiniciar la colchoneta.

Siempre estamos aquí para ti. Ya sea que tenga una pregunta, necesite un poco de ayuda o simplemente no esté seguro de algo, nuestro equipo de servicio al cliente está listo para brindarle un apoyo amigable. Su experiencia nos importa, y queremos asegurarnos de que se sientas apoyado en cada paso del camino. Así que no lo dude, póngase en contacto cuando quiera. Estamos encantados de ayudarle!

MARCA: DR HO'S MOTION SOLUTION
MODELO: MSM-8801

Fabricado por:

Guangzhou Xinbo Electronic Co. Ltd.

No.23 Building, The Second Phase, Huachuang Animation Industry Park,
Panyu, Guangzhou, Guangdong Province, 511450, P.R. China

Fabricado en China

Para:

TEVECOMPRAS 2001 SRL

Av. Corrientes 4850 (C1414AJ0), Buenos Aires, Argentina

CUIT 30-68845272-0

GUARDAR ESTAS INSTRUCCIONES SOLO PARA USO DOMÉSTICO



ESTA MARCA INDICA QUE ESTE PRODUCTO NO DEBE SER DESHECHADO CON OTROS RESIDUOS DOMÉSTICOS. PARA PREVENIR POSIBLES DAÑOS AL MEDIO AMBIENTE O A LA SALUD HUMANA DEBIDO A LA ELIMINACIÓN INCONTROLADA DE RESIDUOS, RECÍCLALO DE MANERA RESPONSABLE PARA FOMENTAR LA REUTILIZACIÓN SOSTENIBLE DE LOS RECURSOS MATERIALES.

PARA DEVOLVER SU DISPOSITIVO USADO, POR FAVOR UTILICE LOS SISTEMAS DE DEVOLUCIÓN Y RECOLECCIÓN O PÓNGASE EN CONTACTO CON EL COMERCIANTE DONDE SE COMPRÓ EL PRODUCTO. ÉL SE ENCARGARÁ DEL RECICLAJE SEGURO PARA EL MEDIO AMBIENTE.



Spine Care

La Solución para una Columna
en Forma y Flexible

@drhonow  

DR-HO'S MotionSolution Modelo MSM-8801 | V2024-11
Fabricado en China