

BÁSCULAS PORTÁTILES DE USO PERSONAL

Monitorear tu peso es cuidar tu salud.

🕒 Tiempo de lectura: 15 minutos.

Cuidar de la salud es de vital importancia, además de llevar un control del peso corporal que permita mantener un peso adecuado en niños, jóvenes, adultos y adultos mayores. Por ello, es recomendable tener en casa una báscula personal que nos permita tener un registro con el seguimiento y recomendaciones de un médico familiar o nutriólogo.

TIPOS DE BÁSCULAS

En el mercado puedes encontrar dos tipos de básculas personales:

Mecánicas (analógicas)

La medición se lee en un disco giratorio que tiene grabados el rango de valores expresados en kilogramos, son menos exactas que las electrónicas y su capacidad máxima es de alrededor de los 130 kg.

Electrónicas (digitales)

La medición en kilogramos se ve directamente en una pantalla digital (*display*) y necesitan baterías para funcionar, además son más precisas y alcanzan a medir hasta 180 kg.

Ambas básculas están diseñadas para uso doméstico.

FICHA TÉCNICA

Periodo de análisis: del 18 de agosto al 11 de noviembre del 2022.
Periodo de muestreo: del 23 de agosto al 23 de septiembre del 2022.
Marcas/modelos analizados: 9/14.
Pruebas realizadas: 140.

NORMATIVIDAD

- **NOM-010-SCFI-1994.** Instrumentos de medición-Instrumentos para pesar de funcionamiento no automático-Requisitos técnicos y metrológicos.
- **NOM-008-SCFI-2002.** Sistema general de unidades de medida.
- **NOM-050-SCFI-2004.** Información comercial-Etiquetado general de productos.
- **Metodologías internas de prueba desarrolladas por el Laboratorio Nacional de Protección al Consumidor.**



CONOCE EL ESTUDIO

Se analizaron

14 Modelos de Básculas Portátiles

5 Mecánicas

9 Electrónicas

Las pruebas



INFORMACIÓN AL CONSUMIDOR

Se verificó que en su empaque, el etiquetado de información al consumidor que presentan incluyera la siguiente información en español requerida por la normatividad nacional vigente, como:

- Denominación genérica del producto
- Razón social y domicilio fiscal del fabricante o importador
- País de origen
- Advertencias e información referente al uso
- Manejo y conservación del producto



ACABADOS

Se verificó que las básculas no presentaran aristas pronunciadas, bordes filosos o punzocortantes que pudieran poner en riesgo la integridad física de los usuarios, así como posibles defectos en su ensamble o cambio de color en las partes que conforman el cuerpo, entre otros, y pudieran demeritar su calidad y presentación.



INSTRUCTIVO Y GARANTÍA

Se corroboró que los productos incluyeran un instructivo (manual de usuario) que cumpla con lo establecido en la NOM-050-SCFI-2004 y una póliza de garantía con indicaciones claras y en términos comprensibles y legibles en español expedida de acuerdo con la Ley Federal de Protección al Consumidor (LFPC).



CARACTERÍSTICAS

Se comprobó que las funciones y características que se indican en el empaque estuvieran presentes y que estas operaran de acuerdo con lo esperado.



PRUEBA DE EXACTITUD

El objetivo de esta prueba es conocer la capacidad de la báscula para proporcionar una lectura lo más cercana al valor real de una masa conocida (peso en kilogramos), por lo que, mientras su lectura se acerque lo más posible al peso real de la persona, significa que es más exacta y nos indica si el instrumento puede dar lecturas correctas cuando se usa por personas de diferentes pesos, desde niños hasta adultos con sobrepeso.

Para su realización:

- Se seleccionaron 10 diferentes pesos que cubrieran el total de la capacidad máxima de la báscula.
- Se colocaron pesas calibradas de 5 kg, 10 kg y 20 kg de forma gradual en la plataforma de la báscula.
- Se registró con cada incremento el valor medido por la misma hasta llegar al 100% de su capacidad.
- Después, se descargaron en el mismo orden, obteniendo las correspondientes mediciones en cada pesada.

La diferencia entre los resultados de cada una de las pesadas no debió ser notablemente distinta con respecto al valor indicado por la báscula.



PRUEBA DE EXCENTRICIDAD

Considerando que para obtener una mejor medición del peso corporal de una persona hay que colocarse en el centro de la plataforma o sobre las marcas y mantenerse inmóvil; esta prueba permitió comprobar que las lecturas que brinda sean lo más cercanas al valor del peso corporal de la persona, sin importar si se mueve ligeramente o cambia su centro de gravedad sobre la plataforma.

Para su realización:

- Se empleó una masa conocida utilizando las pesas calibradas indicadas en las pruebas anteriores, de manera que la lectura de la báscula fuese de una tercera parte de su capacidad máxima.
- La masa fue colocada en el lado izquierdo de la plataforma y después en el derecho.
- Se registraron ambas lecturas con el fin de calificar la diferencia entre ambas.
- Una excentricidad excelente significa que la diferencia entre las dos lecturas fue mínima.



PRUEBA DE REPETIBILIDAD

Se verificó que las lecturas consecutivas de un mismo peso no arrojaran diferencias significativas entre ellas y que no excedieran una tolerancia aceptable para la medición.

Para su realización:

- La prueba se llevó a cabo al 50% de la capacidad máxima de medición de la báscula y después a su máxima capacidad (100%).
- Una repetibilidad considerada excelente significa que la báscula ofrece una lectura muy similar en un periodo corto de tiempo (minutos) cuando una persona se pesa, esto muestra un diseño de mejor calidad.

BÁSCULAS MECÁNICAS

Portátiles de Uso Personal



E

\$187

HUT INTERNACIONAL

/ HBBSP-2556 / China 🇨🇳

Capacidad máxima (kg)	Información al consumidor	Instructivo
130 kg	✓ Completa	✓ Cumple

Garantía	Acabados
1 año	Sin defectos

Exactitud	Repetibilidad	Excentricidad
E	E	E

Características	
• Cuerpo metálico.	• Superficie antiderrapante.
• Ajuste manual con perilla.	• Escala de medición en kg.



E

\$245

TAURUS

/ OBELIX M99000300 / China 🇨🇳

Capacidad máxima (kg)	Información al consumidor	Instructivo
130 kg	✓ Completa	✓ Cumple

Garantía	Acabados
2 años	Sin defectos

Exactitud	Repetibilidad	Excentricidad
E	E	E

Características	
• Cuerpo metálico.	• Superficie antiderrapante.
• Ajuste manual con perilla.	• Escala de medición en kg.



E

\$189

WEIGHTCARE

/ WCS-0410 / China 🇨🇳

Capacidad máxima (kg)	Información al consumidor	Instructivo
130 kg	✓ Completa	✓ Cumple

Garantía	Acabados
1 año	Presenta pequeña zona con desprendimiento de pintura.

Exactitud	Repetibilidad	Excentricidad
E	E	E

Características	
• Cuerpo metálico.	• Superficie antiderrapante.
• Ajuste manual con perilla.	• Escala de medición en kg.

Lo que encontramos
• Presentó una zona con desprendimiento de pintura sin ser grave.



MB

\$299

LEMON STYLING

/ WELLNESS / China 🇨🇳

Capacidad máxima (kg)	Información al consumidor	Instructivo
136 kg	✓ Completa	✓ Cumple

Garantía	Acabados
2 años	Sin defectos

Exactitud	Repetibilidad	Excentricidad
E	MB	E

Características	
• Cuerpo metálico.	• Superficie antiderrapante.
• Ajuste manual con perilla.	• Escala de medición en kg y lb.



Precios Promedio de Básculas Portátiles de Uso Personal en la Ciudad de México y Zona Metropolitana, Aguascalientes, Durango y La Paz, levantados del 7 al 15 de diciembre del 2022.

Simbología: **E** Excelente **MB** Muy Bueno **B** Bueno **S** Suficiente

Precios: **\$** Precio Promedio

Notas:

*stone (st) es una unidad de masa usada en el sistema de unidades imperial del Reino Unido y equivale a 6.35 kg.

BÁSCULAS MECÁNICAS

Portátiles de Uso Personal



S

\$179

MAINSTAYS

/ LR-SCL-PL / China 🇨🇳

Capacidad máxima (kg) 130 kg	Información al consumidor ✓ Completa	Instructivo ✓ Cumple
--	--	--------------------------------

Garantía 1 año	Acabados Sin defectos
--------------------------	---------------------------------

Exactitud B	Repetibilidad B	Excentricidad B
------------------------------	----------------------------------	----------------------------------

Características	
<ul style="list-style-type: none"> Cuerpo metálico. Ajuste manual con perilla. 	<ul style="list-style-type: none"> Superficie antiderrapante. Escala de medición en kg.

Lo que encontramos
<ul style="list-style-type: none"> Tuvo un desempeño menor con variación de 3.8 kg en la prueba de Excentricidad. Presentó una diferencia de entre 4.5 kg y 4.9 kg en la prueba de Exactitud.

Simbología: **E** Excelente **MB** Muy Bueno **B** Bueno **S** Suficiente

Notas:

*stone (st) es una unidad de masa usada en el sistema de unidades imperial del Reino Unido y equivale a 6.35 kg.

BÁSCULAS ELECTRÓNICAS

Portátiles de Uso Personal



Precios Promedio de Básculas Portátiles de Uso Personal en la Ciudad de México y Zona Metropolitana, Aguascalientes, Durango y La Paz, levantados del 7 al 15 de diciembre del 2022.



E

\$424

TAURUS

/ BALANZA M99001300 / China 🇨🇳

Capacidad máxima (kg) 180 kg	Información al consumidor ✓ Completa	Instructivo ✓ Cumple
--	--	--------------------------------

Garantía 2 años	Acabados Sin defectos
---------------------------	---------------------------------

Exactitud E	Repetibilidad E	Excentricidad E
------------------------------	----------------------------------	----------------------------------

Características	
<ul style="list-style-type: none"> Plataforma de vidrio. Pantalla LCD. 4 sensores de precisión. 	<ul style="list-style-type: none"> Medición en kg y lb. Utiliza 1 pila tipo CR 2032 de 3 volts.



MB

\$324

HUT INTERNACIONAL

/ HBBSVD-222 / China 🇨🇳

Capacidad máxima (kg) 180 kg	Información al consumidor ✓ Completa	Instructivo ✓ Cumple
--	--	--------------------------------

Garantía 3 años	Acabados Sin defectos
---------------------------	---------------------------------

Exactitud E	Repetibilidad MB	Excentricidad E
------------------------------	-----------------------------------	----------------------------------

Características	
<ul style="list-style-type: none"> Plataforma de vidrio templado de 6 mm. Pantalla LCD. 4 sensores de precisión. 	<ul style="list-style-type: none"> Indicador de batería baja y sobrecarga. Medición en kg, lb y st*. Utiliza 1 pila tipo CR 2032 de 3 volts.

Precios: **\$** Precio Promedio

BÁSCULAS ELECTRÓNICAS

Portátiles de Uso Personal



Precios Promedio de Básculas Portátiles de Uso Personal en la Ciudad de México y Zona Metropolitana, Aguascalientes, Durango y La Paz, levantados del 7 al 15 de diciembre del 2022.



MB

\$499

LEMON STYLING

/ FITNESS / China 🇨🇳

Capacidad máxima (kg)	Información al consumidor	Instructivo
180 kg	✓ Completa	✓ Cumple

Garantía	Acabados
2 años	Sin defectos

Exactitud	Repetibilidad	Excentricidad
E	MB	E

Características	
<ul style="list-style-type: none"> Plataforma de vidrio templado. Pantalla LCD. Medición de índice de masa corporal (IMC), entre otros. 	<ul style="list-style-type: none"> Memoria para 12 usuarios. Medición en kg y lb. Incluye batería recargable de 3.7 volts con cable USB.



MB

\$1,882

OMRON

/ HBF-222T / China 🇨🇳

Capacidad máxima (kg)	Información al consumidor	Instructivo
150 kg	✓ Completa	✓ Cumple

Garantía	Acabados
1 año	Sin defectos

Exactitud	Repetibilidad	Excentricidad
E	MB	E

Características	
<ul style="list-style-type: none"> Plataforma de vidrio. Medición de índice de masa corporal (IMC), entre otros. Almacena 4 perfiles de usuario. 	<ul style="list-style-type: none"> Pantalla LCD. Ofrece conexión "Bluetooth" y aplicación para teléfono celular. Medición en kg. Utiliza 4 pilas tipo AAA de 1.5 volts.

Lo que encontramos
<ul style="list-style-type: none"> Necesita de ciertos pasos para programarla, por lo que su uso, en un principio, no es tan fácil. Puede conectarse por <i>Bluetooth</i> a un teléfono inteligente y mediante una aplicación del fabricante (disponible para Android e iOS) puede llevar un registro de tu peso, índice de masa muscular, entre otros.



MB

\$399

STEREN

/ ELITE LINE MED-110 / China 🇨🇳

Capacidad máxima (kg)	Información al consumidor	Instructivo
150 kg	✓ Completa	✓ Cumple

Garantía	Acabados
1 año	Sin defectos

Exactitud	Repetibilidad	Excentricidad
E	MB	E

Características	
<ul style="list-style-type: none"> Plataforma de vidrio. Medición de índice de masa corporal (IMC), entre otros. 	<ul style="list-style-type: none"> Pantalla LCD. Medición en kg, lb y st*. Utiliza 1 pila tipo CR 2032 de 3 volts.



B

\$502

MICROLIFE

/ WS 50 / China 🇨🇳

Capacidad máxima (kg)	Información al consumidor	Instructivo
150 kg	✓ Completa	✓ Cumple

Garantía	Acabados
2 años	Sin defectos

Exactitud	Repetibilidad	Excentricidad
E	B	E

Características	
<ul style="list-style-type: none"> Plataforma de vidrio. Pantalla LCD. Autoencendido y apagado automático. 	<ul style="list-style-type: none"> Medición en kg, lb y st*. Utiliza 1 pila tipo CR 2032 de 3 volts.

Lo que encontramos
<ul style="list-style-type: none"> Tuvo una desviación de -1.2 kg en la prueba de repetibilidad a la máxima capacidad (150 kg).

Simbología: **E** Excelente **MB** Muy Bueno **B** Bueno **S** Suficiente

Notas:

*stone (st) es una unidad de masa usada en el sistema de unidades imperial del Reino Unido y equivale a 6.35 kg.

Precios: **\$** Precio Promedio

\$ Precio obtenido por Internet el 15/11/2022.

\$ Se hace la observación que el precio que se encontró es de un modelo muy similar (equivalente), solo presenta una ligera diferencia estética respecto de la muestra analizada por el Laboratorio de la Profeco.

BÁSCULAS ELECTRÓNICAS

Portátiles de Uso Personal



Precios Promedio de Básculas Portátiles de Uso Personal en la Ciudad de México y Zona Metropolitana, Aguascalientes, Durango y La Paz, levantados del 7 al 15 de diciembre del 2022.



B
\$394

WEIGHTCARE

/WCS-220 / China

Capacidad máxima (kg)	Información al consumidor	Instructivo
180 kg	✓ Completa	✓ Cumple

Garantía	Acabados
1 año	Sin defectos

Exactitud	Repetibilidad	Excentricidad
E	B	E

Características	
<ul style="list-style-type: none"> Plataforma de vidrio templado, pantalla LCD, 4 sensores de precisión, indicador de batería baja y peso máximo excedido. 	<ul style="list-style-type: none"> Medición en kg, lb y st*. Utiliza 1 pila tipo CR 2032 de 3 volts.

Lo que encontramos
<ul style="list-style-type: none"> Tuvo una desviación de -1.8 kg en la prueba de repetibilidad a la máxima capacidad (180 kg).



B
\$649

CONAIR

WW8933ES / China

Capacidad máxima (kg)	Información al consumidor	Instructivo
182 kg	✓ Completa	✓ Cumple

Garantía	Acabados
10 años	Sin defectos

Exactitud	Repetibilidad	Excentricidad
E	B	E

Características	
<ul style="list-style-type: none"> Plataforma de vidrio. Memoria para 10 usuarios. Medición de índice de masa corporal (IMC), entre otros. 	<ul style="list-style-type: none"> Pantalla LCD. Medición en kg, lb y st*. Utiliza 1 pila tipo CR 2032 de 3 volts.

Lo que encontramos
<ul style="list-style-type: none"> Tuvo una desviación de -1.2 kg en la prueba de repetibilidad a la máxima capacidad (182 kg).



B
\$239

MAINSTAYS

/LR-SCL-GL-SQ / China

Capacidad máxima (kg)	Información al consumidor	Instructivo
180 kg	✓ Completa	✓ Cumple

Garantía	Acabados
3 meses	Sin defectos

Exactitud	Repetibilidad	Excentricidad
MB	B	E

Características	
<ul style="list-style-type: none"> Plataforma de vidrio. Pantalla LCD. Indicador de batería baja y sobrecarga. 	<ul style="list-style-type: none"> Medición en kg, lb y st*. Utiliza 1 pila tipo CR 2032 de 3 volts.

Lo que encontramos
<ul style="list-style-type: none"> En la prueba de Exactitud su diferencia fue, en promedio, de 445 g. Tuvo una desviación de -1.52 kg en la prueba de repetibilidad a la máxima capacidad (180 kg).



Simbología: **E** Excelente **MB** Muy Bueno **B** Bueno **S** Suficiente

Precios: **\$** Precio Promedio

Notas:

*stone (st) es una unidad de masa usada en el sistema de unidades imperial del Reino Unido y equivale a 6.35 kg.

LO QUE ENCONTRAMOS

NO SON TAN EXACTAS

Presentó una diferencia de entre **4.5 kg** y **4.9 kg**.



MAINSTAYS

Su diferencia fue en promedio de **445 g**.



MAINSTAYS

PRESENTÓ LECTURAS DIFERENTES

Tuvo una desviación de **7.9 kg** en la prueba de Repetibilidad a la máxima capacidad.



MAINSTAYS

SEGÚN DONDE TE PARES, EL PESO VARÍA

Tuvo un desempeño menor con variación de **3.8 kg** en la prueba de Excentricidad.



MAINSTAYS

CARACTERÍSTICAS DE BÁSCULAS

MECÁNICAS

Solo ofrecen la medición del peso corporal.

ELECTRÓNICAS

Ofrecen más características según el modelo, como:

- Medición del índice de masa corporal (IMC)
- Memoria para guardar las mediciones de varias personas
- Lectura en kilogramos (kg) o libras (lb)

PUEDE SER COMPLICADA AL PRINCIPIO

Necesita de ciertos pasos para programarla, por lo que su uso, en un principio, no es tan fácil.



OMRON

TIENE UNA APLICACIÓN PARA LLEVAR UN REGISTRO



OMRON

Ofrece la posibilidad de conectarse por medio de *Bluetooth* a un teléfono inteligente (*smartphone*), y mediante una aplicación del fabricante (disponible para Android e iOS) llevar un registro de tu peso, índice de masa corporal (IMC), entre otros.

RECOMENDACIONES

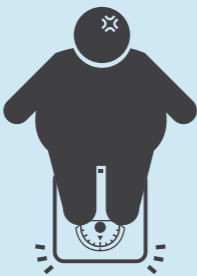
De compra

PIENSA QUÉ NECESITAS Y CUÁNTO PUEDES PAGAR

Antes de comprarla compara tus opciones y elige una de acuerdo con tu presupuesto y necesidades.

UNA PANTALLA DIGITAL FACILITA LA LECTURA

A pesar de que las básculas electrónicas tienen un costo mayor que las mecánicas, te recomendamos comprarla ya que conserva el registro de peso por algunos segundos después de bajar de ella, lo que facilita su lectura.



PIDE QUE TE SELLEN LA GARANTÍA

Será necesaria si necesitas hacer alguna reclamación.



SUSTENTABILIDAD

Como están fabricadas de materiales reciclables como el vidrio o el acero, al final de su vida útil podrás entregarla al servicio público de limpia, así el impacto ambiental será menor.

Si vives en el interior del país entra en la página de la institución estatal encargada para saber cuándo se llevarán a cabo las jornadas o ferias de reciclaje.

Si quieres desechar una báscula electrónica y vives en la Zona Metropolitana del Valle de México, puedes llevarla a Recicladrón, mantente informado en:

<http://data.sedema.cdmx.gob.mx/reciclatron/index.html#Yi977i-xAfs>



De uso

LLEVA UN REGISTRO DE TU PESO

De esta manera podrás llevar un control periódico (por ejemplo, semanalmente). También verifica si tu peso es el adecuado según tu estatura y edad (índice de masa corporal —IMC—). Lo puedes calcular en: <http://www.imss.gob.mx/salud-en-linea/calculaimc>

LEE EL MANUAL ANTES DE PONERLA EN FUNCIONAMIENTO

En el caso de las básculas electrónicas es recomendable leer el instructivo ya que algunas tienen la capacidad de llevar a cabo mediciones adicionales al peso, como el índice de masa corporal, y necesitan programarse. Otras requieren de presionar con el pie en la plataforma para inicializarla.

PONLA EN UN LUGAR PLANO

Nivelado y firme para un mejor funcionamiento y manténla lejos del paso de la gente para evitar tropiezos.

NO MALTRATES TU BÁSCULA CON MOVIMIENTOS BRUSCOS

La puedes dañar en su sistema interno irremediablemente y si tienen plataforma de vidrio templado se pueden quebrar. El vidrio es muy resistente, y en las pruebas donde lo sometimos a pesadas de entre 150 kg y 182 kg lo comprobamos, pues no sufrió daños.

REVISLA LA BATERÍA ANTES DE PESARTE

La lectura puede ser errónea o poco confiable cuando el estado de carga de la batería es baja (esto en básculas electrónicas). Revisa el instructivo para que sepas cuándo debes cambiarlas.

