



---

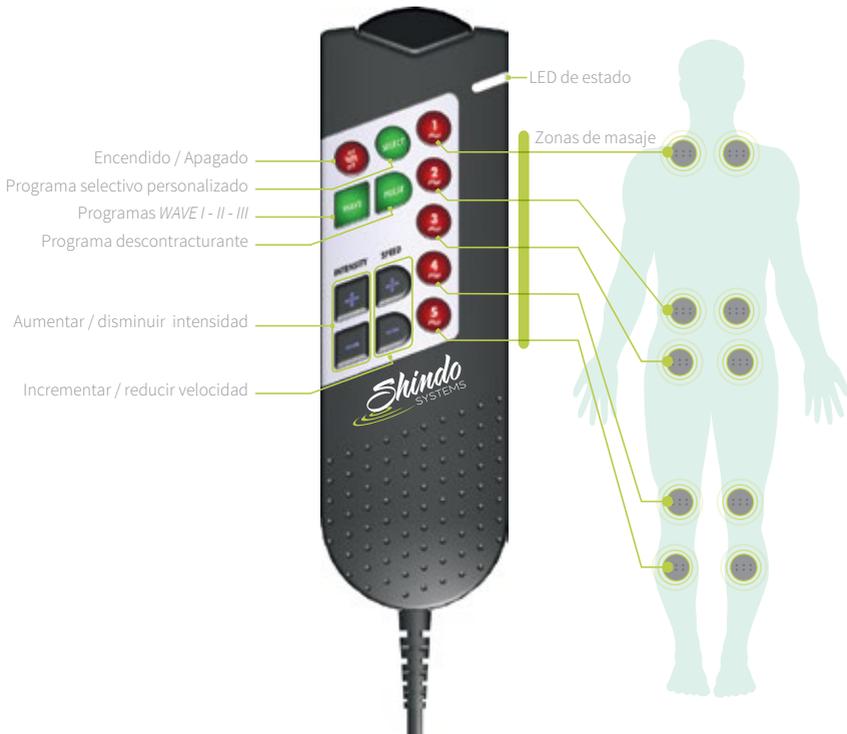
Sistema de masaje  
por vibración



MANUAL DE USUARIO

---

[www.shindo.es](http://www.shindo.es)



### AVISO DE SEGURIDAD

- Lea atentamente las instrucciones de este manual antes de hacer uso de este sistema de masaje. Una mala utilización del producto puede inducir riesgo de electrocución y fuego.
- Desenchufe el sistema de la toma de corriente después de cada uso.
- No permita que ningún líquido humedezca o empape el topper donde se ubican los motores, el mando o sus conexiones.
- Utilice únicamente el adaptador que se proporciona con el sistema y sólo con corriente A/C 220-230V.
- No permita que ningún niño utilice el sistema de masaje sin la supervisión de un adulto.
- Las reparaciones debe hacerlas un profesional cualificado. Nunca abra la caja del adaptador de corriente o del mando de control, ya que se invalidaría la garantía de compra.
- Este producto está diseñado para su uso en interior y en espacios secos. No debe utilizarse en el exterior.
- Aunque este sistema ha superado los test de compatibilidad electromagnética, las personas con marcapasos deberían consultar a su prescriptor médico antes de hacer uso de este producto.
- Si detecta algún daño en las conexiones o en alguno de los cables, desenchufe inmediatamente el producto de la red eléctrica y póngase en contacto con su distribuidor para que procedan a la reparación de los daños.
- Si el usuario tiene habitualmente la tensión baja evite levantarse bruscamente después del uso del sistema Shindo, ya que los masajes relajantes pueden bajar más su tensión arterial.

La información mostrada en este manual puede estar sujeta a cambios sin aviso previo. Shindo Systems no se hace responsable de los errores que pueda contener este manual ni de los daños que pudiesen derivar de un uso inadecuado de este sistema de masaje.

© 2014 SHINDO SYSTEMS. Todos los derechos reservados.

Está prohibida la reproducción total o parcial de cualquiera de los elementos gráficos o de texto de este manual sin el consentimiento previo de Shindo Systems.

## EL MÉTODO SHINDO

Shindo es el término japonés que hace referencia a las vibraciones de la tierra. Por este motivo, ha sido la palabra elegida para dar nombre a este innovador y revolucionario método de automasaje por vibración.

Este método se basa en la utilización de la gravedad, la postura horizontal y la energía de la vibración para conseguir estimular y acelerar la capacidad natural de autorecuperación del cuerpo humano en presencia de fatiga y de ciertas lesiones o sobrecargas, incluidas contracturas musculares y superficiales.

A partir de los principios de este método nace el sistema Shindo, desarrollado por el Instituto Europeo de Calidad del Sueño (ESCI), y que integra programas de automasaje no intrusivo en un topper compatible con todos los colchones homologados del mercado.

El sistema Shindo combina 4 técnicas de masaje por vibración, 3 de ellas orientadas a la prevención y la analgesia y otra dirigida a acelerar el proceso de recuperación muscular actuando como descontracturante. Más información en la sección "Programas de masaje".

El Sistema Shindo puede ser utilizado por el usuario para:

- **Obtener un descanso de calidad en la postura habitual.**
- **Acelerar la latencia de sueño antes de dormir.**
- **Tonificar el cuerpo antes de levantarse de la cama.**
- **Relajar la musculatura favoreciendo una sensación de bienestar.**
- **Mejorar la recuperación de ciertos problemas musculares y estimular la circulación periférica.**
- **Reducir la retención de líquidos.**



## CÓMO FUNCIONA EL SISTEMA SHINDO

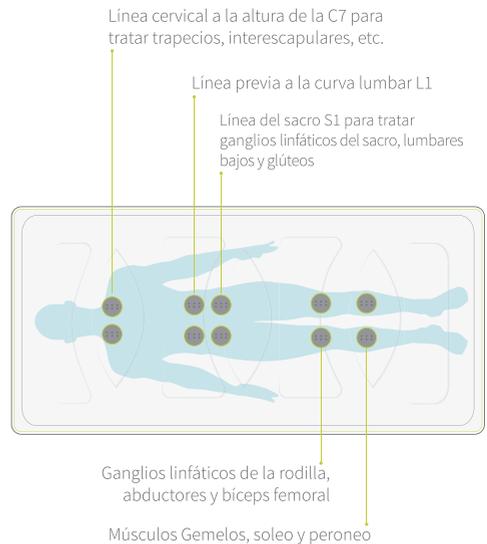
Al tratarse de un método de automasaje, es el propio usuario el que percibe el control de la fuerza e intensidad del masaje. Aunque existen secuencias predefinidas por los expertos para cada una de las 4 terapias, un usuario avanzado puede intercambiar las secuencias para personalizar sus masajes en función de los beneficios percibidos, sin ceñirse estrictamente a las secuencias desarrolladas para la mayoría de personas. De esta forma conseguimos que sea el propio usuario del sistema el que personalice el tipo de masaje que necesita en cada momento y en qué zonas aplicarlo.

El sistema Shindo está compuesto por 10 puntos de masaje, que se distribuyen en 5 filas para adaptarse perfectamente a la fisionomía del cuerpo humano cuando éste está tumbado boca arriba (supino).

Estos puntos de masaje, se controlan a través de un sencillo mando a distancia desde el que se puede:

- Elegir el tipo de terapia deseada.
- Aumentar o disminuir la intensidad de la vibración.
- Incrementar o reducir la velocidad de la secuencia del programa.
- Activar o desactivar las zonas de vibración.

Las 5 filas de puntos de masaje, compuestas por dos puntos cada una, están estratégicamente situadas, para trabajar en las siguientes zonas:



## PROGRAMAS DE MASAJE

En base a su intensidad y tipo de vibración, el sistema Shindo ofrece 4 tipos de masaje diferentes, indicados para cubrir las necesidades específicas de cada persona o de cada momento.



### MASAJE DESCONTRACTURANTE MUSCULAR

Aceleración del proceso de autorecuperación de contracturas.



**ACCIÓN DE MASAJE:** Vibración repetida (x4) de arriba hacia abajo con pausas entre zonas.

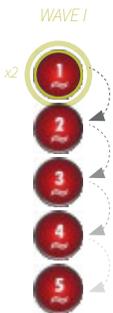
**BENEFICIOS:** Alivia el dolor y las molestias producidas por sobrecargas musculares leves y moderadas en las áreas de influencia. Disminuye el tono muscular, pudiéndose circunscribir la vibración a las áreas de mayor compromiso o tensión muscular (gemelos, lumbares, trapecios), localizando su acción a través de las funciones del mando.

**INDICADO PARA:** Personas con lesiones, molestias musculares y predisposición a sufrir “agujetas”.



### MASAJE DE PROPIOCEPCIÓN Y RELAJACIÓN FISIOLÓGICA

Inducción de relajación fisiológica y mejora del equilibrio.



**ACCIÓN DE MASAJE:** Vibración secuencial desde arriba hacia abajo.

**BENEFICIOS:** Favorece la representación espacial de los distintos segmentos corporales, ayudando así a una mejor conciencia de la postura y del esquema corporal para mejorar el equilibrio. En baja intensidad y velocidad, disminuye las constantes vitales (pulso y respiración), induciendo a un estado de relajación propicio para iniciar el sueño (acorta la latencia del sueño).

**INDICADO PARA:** Personas con problemas de equilibrio y también para personas que padecen insomnio o tienen problemas para conciliar el sueño.



## MASAJE TONIFICANTE Y ANALGÉSICO

Prevención de agujetas, dolores musculares y contracturas.

WAVE II



Intensidad  
+

**ACCIÓN DE MASAJE:** Vibración de onda senoidal continua, que va de más a menos y de menos a más.

**BENEFICIOS:** A mayor velocidad e intensidad, tiene un efecto tonificante que oxigena el músculo a modo de precalentamiento, preparándolo para la actividad física.

A menor velocidad e intensidad, tiene un efecto analgésico que relaja la musculatura después de la actividad física. Esto favorece que el músculo vuelva al volumen y el consumo previos a la actividad, con el objetivo de prevenir contracturas, rampas, etc.

**INDICADO PARA:** Deportistas y personas que, por motivos de trabajo u ocio, tienen una actividad física considerable.



## MASAJE LINFÁTICO Y CIRCULATORIO

Mejora el drenaje y estimula la función del sistema inmunitario.

WAVE III



**ACCIÓN DE MASAJE:** Vibración secuencial desde abajo hacia arriba, facilitando el retorno linfático y venoso.

**BENEFICIOS:** Reduce la retención de líquidos, retrasando la aparición de celulitis, varices y estrías, mejorando además la eliminación de toxinas y la hidratación celular, facilitando el drenaje linfático y el retorno de la sangre venosa de vuelta al corazón.

**INDICADO PARA:** Personas con varices, problemas circulatorios y retención de líquidos.

## INSTRUCCIONES DE INSTALACIÓN Y USO

---

Si ha adquirido el producto completo (topper de masaje + colchón), asegúrese de que la cremallera de ensamblado que une ambas piezas está completamente cerrada.

En caso de utilizar el topper de masaje con otro colchón homologado, revise que la superficie anti-deslizante esté apoyada sobre una superficie libre de objetos voluminosos y otros elementos que puedan dificultar su adherencia.

Una vez revisadas las superficies de masaje debe conectar el mando al topper y el adaptador de corriente A/C a la red eléctrica.

Con ambos elementos correctamente conectados ya puede tumbarse boca arriba sobre el topper, tomar el mando de control, e iniciar la sesión de vibración siguiendo estas sencillas instrucciones.

- Pulse el botón **[On/Off]** para iniciar el último programa de masaje utilizado. Si se ha desconectado de la red eléctrica se iniciará con el programa **SELECT**.
- Seleccione un programa de masaje deseado. El botón con la opción activa se mostrará en verde:
  - > BOTÓN **[WAVE]**: técnicas de prevención y analgesia. Pulse repetidamente el botón wave para pasar de un programa al siguiente:
    - WAVE I.** Programa relajante y propioceptivo.
    - WAVE II.** Programa tonificante y analgésico.
    - WAVE III.** Programa de masaje linfático y circulatorio.

En estos 3 programas puede variar tanto la intensidad de la vibración como la velocidad de la secuencia.

- > BOTÓN **[PULSE]**: masaje descontracturante muscular.

En este programa puede variar tanto la intensidad de la vibración como la velocidad de la secuencia.

- > BOTÓN **[SELECT]**: masaje selectivo personalizado.

En este programa puede variar la intensidad de la vibración pero no la velocidad de la secuencia. Puede variar la intensidad de todos los motores al mismo tiempo con los botones **[+] [-]** de **INTENSITY**, o bien pulsar el botón rojo correspondiente a cada área **[1 a 5]** para cambiar secuencialmente entre sus 5 niveles de intensidad. De esta manera puede disfrutar de las zonas activas deseadas con diferente intensidad de vibración.

- Con los botones azules **[+] [-]** puede variar entre 5 niveles de intensidad (**INTENSITY**) y 3 de velocidad (**SPEED**) para los programas en los que estén disponibles (indicación luminosa).
- En cualquier programa seleccionado, si lo desea, puede desactivar una zona de vibración pulsando el botón rojo correspondiente a esa área **[1 a 5]**. La luz de esa zona se apagará cuando esta esté inactiva. Puede volver a pulsar el botón de una zona apagada para activarla.

El sistema de masaje se desactivará automáticamente a los 15 minutos de uso. Si lo desea puede reiniciarlo inmediatamente de nuevo con el botón **[On/Off]**.

Para finalizar la sesión de masaje puede pulsar el botón **[On/Off]** en cualquier momento.

## CARACTERÍSTICAS TÉCNICAS

El Sistema Shindo, el único homologado que reproduce fielmente el método de masaje Shindo, es un sistema combinado de descanso y masaje compuesto por dos piezas principales:

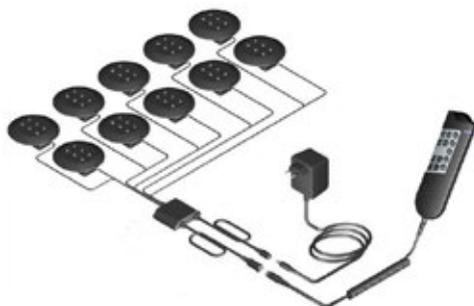
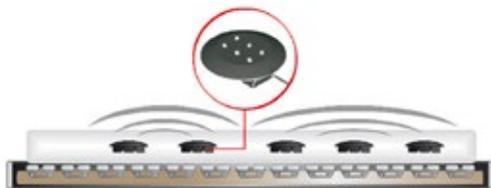
- Shindo Base: una base de sustentación.
- Shindo Topper: un topper que integra la electrónica de masaje.

Ambas partes funcionan como un todo, pero son independientes y de fácil separación, por lo que en caso de avería o necesidad de reparación, se envía el topper y el usuario puede seguir disfrutando de su colchón.

Además, el topper tiene una superficie interior anti-deslizante, de manera que puede ser utilizada en otros colchones homologados.



La electrónica de masaje está formada por 5 pares de motores especialmente situados para favorecer zonas muy concretas del cuerpo humano.



### FICHA TÉCNICA - TOPPER

Núcleo P.U.R. de alta densidad (35 kg/m<sup>3</sup>) con base natural de aceite de soja

Alta resistencia y adaptación, con canales de aireación internos

Sistema de masaje integrado con salida para conexión de mando y toma de corriente

Cremallera perimetral inferior para acoplar con el colchón

Cremallera perimetral para desenfundado del núcleo

Tapa inferior en tejido antideslizante en TOPPER individual y Tejido 3D para PACK

Tapa superior con diseño ergonómico acolchado con Hypersoft.

Tejido Velour 30% Viscosa-70% Poliéster

### FICHA TÉCNICA - COLCHÓN

Núcleo P.U.R. de alta resistencia de 15.5 cm

Acolchado perimetral: Tejido técnico 3D 100% Poliéster

Tapas : Tejido técnico 3D acolchado Hypersoft

Cremallera superior para acoplar al TOPPER

## CONDICIONES DE USO PREVISTAS

---

Shindo Topper se ha diseñado para trabajar de forma óptima con Shindo Base, aunque puede ser utilizado con colchones de firmeza media-alta dando así unas prestaciones suficientemente correctas.

El Sistema Shindo es un equipo apto para dormir, y por tanto se puede dejar de forma permanente sobre Shindo Base o sobre su colchón habitual siguiendo las instrucciones que se aconsejan más adelante, y siempre desconectándolo de la corriente eléctrica una vez se termine el masaje.

Como cualquier colchón estándar, es compatible con bases tapizadas y somieres, incluso somieres articulados.

Debe usarse sólo en estancias cubiertas, habitables y secas.

El sistema de masaje está diseñado para funcionar de forma óptima con adultos de percentil 95 y en postura supino. Los niños no pueden utilizar el sistema de masaje sin supervisión de un adulto. Así mismo, los niños y las personas con estatura baja o personas con malformaciones en la columna deben asegurarse de que ni el cráneo ni la columna apoyan sobre los estimuladores mecánicos.

El colchón puede ser utilizado tanto en bases tapizadas como en somier multilaminas, pero NUNCA sobre somier de muelles.

## EN CASO DE PROBLEMAS

---

De manera general, en caso de observar problemas en el funcionamiento del topper de masaje, se recomienda desconectar el sistema de la red eléctrica durante aproximadamente 1 minuto, luego volver a conectar la alimentación eléctrica y probar de nuevo.

Si el problema persiste debe contactar con el distribuidor autorizado que le ha suministrado el producto para iniciar el proceso de revisión y reparación.

Si detecta algún daño en las conexiones o en alguno de los cables, desenchufe inmediatamente el producto de la red eléctrica y póngase en contacto con su distribuidor para que procedan a la reparación de los daños.

## CONTRAINDICACIONES Y LIMITACIONES DE USO

---

El Sistema Shindo sólo puede utilizarse con el adaptador facilitado por defecto. No son aptos los adaptadores de móviles u otros equipos de uso habitual.

Si el usuario es consciente de que tiene una hernia discal y desea utilizar el sistema de masaje, desconecte la zona próxima a las vértebras afectadas.

Desenchufe el equipo si no está usando el sistema de masaje o antes de limpiarlo.

Tenga especial cuidado con los cables, asegurando que no queden expuestos a superficies cortantes, desgastes o enganchones.

Nunca trate de abrir el mando, ni ninguno de los elementos que protegen los equipos de vibración. Abrirlo puede ponerle en peligro y perdería automáticamente toda garantía del producto.

Nunca desprenda los sistemas de vibración del soporte que los oculta, ya que puede causar daños irreparables a éste y perdería la garantía.

Las reparaciones sólo pueden llevarse a cabo por el fabricante.

En el caso improbable de que alguna función tenga una avería o exista algún elemento (textil, cremallera, núcleo, cable, etc.) con un desperfecto, no conecte el sistema a la corriente eléctrica y póngase en contacto con el distribuidor.

No permita que ningún líquido alcance el mando del sistema.

El sistema está diseñado para usarse en entornos habitables, cerrados y secos. Nunca use el Sistema Shindo en el exterior.

El fabricante no se hace responsable de las consecuencias de un daño intencionado al equipo o un uso indebido.

No sobrecargue el sistema con pesos puntuales ni permanentes superiores a los de una persona.

No se recomienda utilizar el sistema de masaje más de 30 minutos sin supervisión médica, con excepción del masaje relajante.

Usar el sistema de masaje en postura supino. No se ha comprobado su eficacia en postura lateral o prono.

## MANTENIMIENTO

---

El topper de masaje Shindo puede ser desenfundado. La funda puede lavarse en seco o en tintorería.

No permita que ningún líquido humedezca o empape el topper donde se ubican los motores, el mando o sus conexiones.



Consideraciones generales:

- No lavar la funda en lavadora.
- No utilizar secadora.
- Lavado en seco.
- No exponer a la luz solar.
- No usar en zonas húmedas.

## GARANTÍA

---

1. **Garantía en vigor:** La garantía entra en vigor al presentar la factura comercial del distribuidor debidamente cumplimentada y comienza en la fecha de entrega de la mercancía.
2. **Duración:** La garantía se extiende a dos años en las condiciones de uso descritas.
3. **Validez:**
  - a. La garantía se refiere exclusivamente al comprador, siempre que el uso del producto sea el adecuado y bajo circunstancias normales de un entorno de interior seco y habitable.
  - b. La garantía incluye la reparación y/o el cambio de piezas por parte de los técnicos especializados, excluyendo todas las exigencias de indemnización.
  - c. El cumplimiento de las condiciones de uso de la garantía por parte del proveedor no significa la prolongación o renovación de la duración original de la misma.
4. **Daños excluidos de la Garantía:**
  - a. El sistema se entrega en perfecto estado, sin daños aparentes ni defectos.
  - b. La garantía no entra en vigor en caso de daño intencionado, uso inapropiado, golpes o almacenamiento incorrectos.
  - c. Denegamos cualquier responsabilidad que puedan ocasionar futuros daños por un defecto del sistema.
  - d. Queda excluida de la garantía cualquier daño o reparación con intervención al equipo por parte de personal no autorizado.
  - e. La expedición hasta el servicio técnico más cercano o hasta nuestra sede central debe realizarse a portes pagados y el producto debe llegar perfectamente embalado con todos sus componentes en perfectas condiciones.

El Sistema Shindo se fabrica con materiales de excelente calidad y cumple con las normativas más exigentes en los procesos de fabricación:

- Sistema antideslizante en la base para mejorar la fijación entre el topper Shindo y el colchón.
- Sistema higiénico y de fácil reposición en caso de avería.
- Oeko-Tex Clase 1 en el producto acabado.
- Sistema antihumedad (gramaje/seguridad) para evitar condensación.
- Material innovador: Viscoinstant Evolution que mejora la transpirabilidad sin perder confort.
- Espesor de 6cm de espuma HR envolviendo al sistema.
- Sistema de seguridad eléctrico marcado CE.
- Homologado para colchones con un estándar de firmeza media-alta.

Además, el sistema cumple con todas las garantías de normativa eléctrica europea y posee el marcado CE de compatibilidad electromagnética EN55014:2006 y biocompatibilidad eléctrica.




**DECLARACIÓN DE CONFORMIDAD CE  
PARA BAJO VOLTAJE  
EC DECLARATION OF CONFORMITY  
FOR LOW VOLTAGE**

Esta declaración se refiere únicamente al producto en el estado en el que se colocó en el mercado, y excluye componentes añadidos y/u operaciones que realice posteriormente el usuario final. La declaración no es válida, si el producto ha sido modificado sin el acuerdo.

This declaration relates exclusively to the product in the state in which it was placed on the market, and excludes components which are added and/or operations carried out subsequently by the final user. The declaration is no more valid, if the product is modified without agreement.

**Declaramos que los productos**  
*We declare that the products*

Nombre / Name	<b>Shindo Systems</b>												
Tipo, Artículo No. / Type, Item No.	<table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="font-size: 8px;">173838 Colchón SHINDO 090X130</td> <td style="font-size: 8px;">173945 Topper SHINDO 090X130</td> </tr> <tr> <td style="font-size: 8px;">173943 Colchón SHINDO 105X130</td> <td style="font-size: 8px;">173946 Topper SHINDO 105X130</td> </tr> <tr> <td style="font-size: 8px;">173950 Colchón SHINDO 105X200</td> <td style="font-size: 8px;">173947 Topper SHINDO 105X130</td> </tr> <tr> <td style="font-size: 8px;">173836 Colchón SHINDO 135X130</td> <td style="font-size: 8px;">173948 Topper SHINDO 150X130</td> </tr> <tr> <td style="font-size: 8px;">173944 Colchón SHINDO 150X130</td> <td></td> </tr> <tr> <td style="font-size: 8px;">173949 Colchón SHINDO 180X130</td> <td></td> </tr> </table>	173838 Colchón SHINDO 090X130	173945 Topper SHINDO 090X130	173943 Colchón SHINDO 105X130	173946 Topper SHINDO 105X130	173950 Colchón SHINDO 105X200	173947 Topper SHINDO 105X130	173836 Colchón SHINDO 135X130	173948 Topper SHINDO 150X130	173944 Colchón SHINDO 150X130		173949 Colchón SHINDO 180X130	
173838 Colchón SHINDO 090X130	173945 Topper SHINDO 090X130												
173943 Colchón SHINDO 105X130	173946 Topper SHINDO 105X130												
173950 Colchón SHINDO 105X200	173947 Topper SHINDO 105X130												
173836 Colchón SHINDO 135X130	173948 Topper SHINDO 150X130												
173944 Colchón SHINDO 150X130													
173949 Colchón SHINDO 180X130													

cumplen con los requerimientos de la Directiva de la CE  
fulfills the requirements of the EC Directive

**Directive 2004/108/CE  
Directive 2006/95/EU  
Standard EN62233:2008**

por lo tanto corresponde a los reglamentos de la Directiva de la UE.  
and therefore corresponds to the regulations of the EU-Directive.

**L'Alcúdia, 12.06.2014**

Lugar y Fecha de expedición  
Place and Date of Issue



**Vicent Barberà Roig**

Nombre y firma de la persona autorizada  
Name and Signature of authorized person

Colchones Delox S.L. (Elastic Confort)  
Pol. Ind. La Creu C/ Ciudad Doria, 45 - 46250 L. Alcudia (Valencia)

## INNOVACIÓN Y DESARROLLO APLICADOS AL DESCANSO

El sistema Shindo ha sido desarrollado por el Instituto Europeo de Calidad del Sueño (ESCI), formado por un amplio equipo de profesionales con más de 10 años de experiencia en la fabricación y desarrollo de nuevos productos orientados al área del descanso.



El sistema de masaje SHINDO SYSTEMS es una tecnología desarrollada por el Instituto Europeo de Calidad del Sueño



Este símbolo indica que el aparato eléctrico fuera de uso se debe desechar de forma independiente y nunca junto a los residuos domésticos. Con este propósito, la Unión Europea ha establecido un sistema de recolección y reciclaje específico en el que la responsabilidad recae sobre los productores.

Este aparato está diseñado y fabricado con materiales y componentes de alta calidad que se pueden reciclar y reutilizar. Es muy probable que los aparatos eléctricos y electrónicos contengan elementos que, si bien son indispensables para el correcto funcionamiento del sistema, pueden resultar peligrosos para la salud y el medio ambiente si su manipulación o eliminación se realiza de forma incorrecta. Por lo tanto, le rogamos que no deseche su aparato usado junto con los residuos domésticos.

Cuando finalice la vida útil del producto debe depositarlo sin coste alguno en el punto de recogida local más cercano o dejarlo en la tienda al comprar otro dispositivo.

***Entre todos podemos conseguir mejorar nuestro medioambiente.***





shindo.es

COLCHONES DELAX, S.L.  
CIF B-97686059  
NRI 46 88050  
C/ Ciutat Dario, 45  
Poligon Industrial La Creu  
46250 l'Alcúdia (València)