

# EXERCITADOR RESPIRATÓRIO

Incoterm

**EXR100**

Foto meramente ilustrativa



**MANUAL DE INSTRUÇÕES**



**Incoterm**  
Saúde e bem-estar

O Exercitador Respiratório Incoterm EXR 100 é utilizado com objetivo de fortalecer a musculatura do aparelho respiratório, estimulando a expansão pulmonar e restabelecendo sua capacidade.

É composto por três cilindros graduados que indicam a velocidade do fluxo de ar. As esferas coloridas dentro dos cilindros indicam a taxa aproximada do fluxo de passagem. O feedback visual permite que o paciente monitore seu desempenho no exercício respiratório e o motive a realizar inspirações que se aproximem da capacidade pulmonar total.

**Atenção!** Este produto é um exercitador respiratório, não sendo indicado para medir vazão ou capacidade pulmonar.

### **Precauções**

- Produto de uso individual.
- Em nenhuma hipótese deve ser utilizado por mais de um paciente.
- O uso do equipamento por crianças deve ser acompanhado por um adulto.
- O exercício respiratório deve ser indolor. Em caso de dor, interrompa imediatamente o exercício e consulte seu médico.
- Não utilizar o produto cuja embalagem esteja aberta, danificada ou violada, para que haja garantia da qualidade e do uso individual.
- Armazenar em local seco e fresco, ao abrigo da luz solar.

### **Higienização**

- Desmonte o produto separando os componentes.
- Lave o bocal antes e depois de cada sessão de exercícios com sabão neutro e água corrente e deixe-o secar.
- Não utilizar cloro, ácidos ou produtos abrasivos.

### **Indicações de uso**

- Atletas, praticantes de exercícios regulares, exercícios leves e pessoas saudáveis;
- Sedentários, crianças e idosos não acostumados à prática de exercícios físicos;
- Profissionais como por exemplo, cantores, músicos e atores, que sofrem com a exigência pulmonar na prática de suas atividades;
- Obesos, portadores de doenças pulmonares ou pessoas em pré ou pós operatório, para melhoramento do condicionamento respiratório.
- Na prevenção e tratamento de atelectasias pulmonares.

## Operação



### Exercício de inspiração

1. Segure o espirômetro de incentivo em posição vertical.
2. Coloque o bocal na boca e feche bem os lábios em torno dele.
3. Respire lentamente e o mais profundamente possível. Faça com que a primeira bola, na câmara de 600cc, suba até o topo; as outras duas bolas ainda estarão no fundo.
4. Melhore sua respiração, permitindo que a segunda bola, na câmara de 900cc, suba até o topo; a terceira bola ainda ficará no fundo.
5. Continue melhorando sua respiração, permitindo que todas as três bolas subam ao topo.
6. Prensada a respiração o maior tempo possível. Em seguida, retire o bocal e expire lentamente e deixe as bolas caírem no fundo da coluna.

A elevação das três esferas nem sempre é possível desde o início do tratamento. Isso pode ocorrer, pois é necessário algum tempo para o fortalecimento dos músculos respiratórios.

### Contra indicações:

Não recomendado para pacientes com antecedentes de pneumotórax espontâneo.

**Condições de armazenamento, uso e transporte:**

Temperatura: 10°C a 30°C

Umidade: 45% a 75%

Manter em local seco e protegido da chuva e sol.

**Especificações técnicas:**

<b>MOVIMENTOS</b>	<b>INSPIRAÇÃO</b>
Fluxo de passagem de ar	600 a 1200cm <sup>3</sup> /seg
Regulagem de resistência (nível de esforço)	Não regulável
Dimensões	140 x 136 x 70mm
Peso	140g
Validade	Indeterminada
USO INDIVIDUAL	

Resp. Téc.: Diego Zandona Nardin – CRQ: 05202514

Número de notificação junto à ANVISA: 10343200040





A INCOTERM garante a qualidade deste produto e firma o compromisso do atendimento em garantia e assistência técnica, bem como a troca incondicional do mesmo caso sejam detectados e comprovados defeitos de fabricação. Esta garantia é válida pelo período de 03 (três) anos a partir da data da compra e mediante apresentação de nota fiscal. A garantia de 03 (três) anos não se aplica às partes sensíveis ao desgaste de uso normal (tais como: Mangueira e bocal). Estas partes têm garantia de 06 (seis) meses, também contados a partir da data de entrega efetiva do produto. Qualquer intenção de reparo por pessoas não autorizadas implicará na perda da garantia.



Importado por: Incoterm Indústria de Termômetros LTDA  
Av. Eduardo Prado, 1670 - Porto Alegre/RS | CEP: 91751-000 | CNPJ: 87.156.352/0001-19  
Tel.: 51 3245.7100 | Fax: 51 3248.1470  
[www.incoterm.com.br](http://www.incoterm.com.br)



Origem: Yuyao Shengchang Medical Instrument Factory, Shuizezhou Village,  
Simen Town, Yuyao Citym Zhejiang Province, China

Rev000\_05/2020\_MKT/PNM