

MANUAL DE SEGURIDAD Y GARANTÍA



∞ Meta Quest 2

META QUEST 2

INFORMACIÓN SOBRE SALUD Y SEGURIDAD

⚠ ADVERTENCIA Para reducir el riesgo de lesiones personales, molestias o daños materiales, asegúrate de que cada usuario de tu Meta Quest 2 lee atentamente todas las advertencias e instrucciones antes de utilizarlo.

⚠ ADVERTENCIA Guarda esta información para futuras referencias. Las características y accesorios disponibles para tu Meta Quest pueden cambiar. Visita meta.com/quest/warnings para obtener la información más actualizada.

i Además de las versiones actualizadas de las advertencias, este sitio ofrece un índice y una versión accesible en texto de mayor tamaño.

⚠ ADVERTENCIA Lee y sigue siempre todas las advertencias e instrucciones proporcionadas con cualquier aplicación, contenido o accesorio que utilices con tu Meta Quest. Si no lo haces, pueden producirse lesiones personales o daños materiales.

⚠ ADVERTENCIA ESTE SISTEMA NO ESTÁ EQUIPADO CON UN SISTEMA DE PROTECCIÓN. Tu Meta Quest no debe utilizarse para situaciones críticas o para salvar vidas. Visita el Centro de Seguridad en meta.com/quest/safety-center para obtener más información sobre el uso seguro de tu Meta Quest.

📱 Tu *Meta Quest* incluye el visor Meta Quest 2, los controladores autorizados, el sistema operativo, las cables, adaptador de corriente y accesorios autorizados.

Lectura y uso de esta Guía de seguridad y garantía

Para ayudarte a utilizar esta guía, te proporcionamos recuadros útiles que también debes leer atentamente como parte de estas advertencias:

- Las casillas de definición de algunas palabras clave están marcadas con este símbolo (📖).
- Las casillas de información proporcionan contexto sobre nuestras advertencias, marcadas con este símbolo (i).
- Otras secciones relevantes para la advertencia que estás leyendo están marcadas con este símbolo (»»). También deberías revisar la sección vinculada.

INDICE

Lectura y uso de esta Guía de seguridad y garantía	2
No apto para todos: niños y enfermedades preexistentes	4
No todos los niños están preparados para usar Meta Quest	4
Problemas médicos preexistentes	5
Interferencias con productos sanitarios y restricciones en determinados lugares	5
Usos prohibidos	6
Conseguir el ajuste adecuado	6
Ajuste del visor	6
Ajuste de los controles	6
Selección de aplicaciones y contenidos	7
Actividad física	7
Tu entorno, zona de actividad y contenido virtual	8
Percepción limitada	8
Elegir y preparar tu zona de actividad segura	8
Interactuar con el mundo físico	10
Molestias y otros síntomas físicos	12
Duración de la sesión y pausas	13
Orientaciones y limitaciones sobre el uso por parte de niños	13
Supervisar y garantizar el uso adecuado	14
Selecciona el contenido adecuado	14
Tu Meta Quest	15
Cuidado y manejo de Meta Quest	16
Alertas del sistema	17
Baterías, carga y temperatura	17
Baterías y carga	17
Temperatura	19
Mantén limpios los puntos de carga y el cable	19
Descarga eléctrica	19
Lesiones por una tensión recurrente	20
Pérdida auditiva	20
Enfermedades contagiosas	20
No es un producto sanitario	20

No apto para todos: niños y enfermedades preexistentes

No todos los niños están preparados para usar Meta Quest

⚠ ADVERTENCIA

No se recomienda su uso a niños pequeños o de menor tamaño, o si no se puede ajustar el visor para que encaje correctamente. No es un juguete. El uso por parte de niños puede provocar lesiones y efectos negativos, como fatiga muscular u ocular. Manténlo alejado de los niños que determines que no deben utilizar Meta Quest.



📌 Edad mínima para crear una cuenta. Es necesario tener una cuenta para usar Meta Quest, además deberá cumplir con requisitos concretos, como que el usuario tenga una edad mínima de 10 años (los requisitos varían según país). Consulta meta.com/quest/terms y la página de información para padres en meta.com/quest/parentinfo.

📌 Los niños, sobre todo los más pequeños y de menor tamaño. Los padres deben considerar detenidamente si su hijo está preparado para Meta Quest. El cuerpo de los niños suele estar menos desarrollado, por lo que sus ojos, cuello, espalda y fuerza pueden no permitirles utilizar Meta Quest con comodidad o seguridad. Puede que no tengan suficiente resistencia o que el visor no les quede bien. Esto es especialmente cierto para **los niños pequeños, en cuanto edad o talla**. También pueden tener reacciones más intensas ante los contenidos virtuales y les puede resultar más difícil distinguir los contenidos virtuales de los del mundo físico, incluso después de dejar de utilizarlos. Pueden no leer o entender las advertencias e instrucciones, o no mencionar la visión borrosa, el dolor u otros síntomas o molestias.

⚠ ADVERTENCIA

El uso de Meta Quest por parte de los niños debe estar siempre supervisado por un adulto para reducir la probabilidad de lesiones

o daños materiales.

- Los adultos siempre deben ayudar a los niños:
 - Lee, comprende y sigue las advertencias e instrucciones,
 - Asegúrate de lograr un ajuste adecuado y una vista clara (» **Conseguir el ajuste adecuado**).
 - Selecciona espacios de actividad adecuados para su uso (» **Elegir y preparar tu zona de actividad segura**).
 - Establece límites virtuales (» **Elegir y preparar tu zona de actividad segura**).
 - Selecciona el contenido adecuado (» **Seleccionar aplicaciones y contenidos**).
 - Haz pausas adecuadas y establece límites de tiempo de uso (» **Duración de la sesión y pausas**).

- Los adultos deben vigilar a los niños durante y después del uso para detectar cualquiera de los síntomas descritos en estas advertencias (» **Malestar y otros síntomas físicos**). La sección » **Orientaciones y limitaciones sobre el uso por parte de niños** contiene más orientaciones importantes.

Problemas médicos preexistentes

⚠ ADVERTENCIA Consulta a un médico antes de usar tu Meta Quest si estás embarazada, perteneces a la tercera edad, tienes anomalías de visión binocular preexistentes, trastornos psiquiátricos, o tienes una afección cardíaca u otra afección médica grave.

⚠ ADVERTENCIA **Riesgo de convulsiones.** El contenido virtual puede incluir destellos de luz o patrones que pueden desencadenar convulsiones u otros síntomas. Deja de utilizarlo inmediatamente y consulta a un médico si experimentas mareos intensos, convulsiones, espasmos oculares o musculares, o desmayos mientras utilizas tu Meta Quest. Consulta a un médico si anteriormente has tenido convulsiones, desmayos u otro síntoma relacionado con la epilepsia.

ⓘ Convulsiones. Algunas personas (aproximadamente 1 de cada 4000) pueden experimentar mareos intensos, convulsiones, espasmos oculares o musculares o desmayos provocados por ciertos destellos o patrones de luz. Estos síntomas pueden ocurrir mientras ven la televisión, jugando a videojuegos o experimentando contenidos virtuales, aunque nunca hayan tenido convulsiones o un desmayo antes ni tengan antecedentes de convulsiones o epilepsia. Estos síntomas son más habituales en niños y jóvenes.

Interferencias con productos sanitarios y restricciones en determinados lugares

- **⚠ ADVERTENCIA** **Componentes magnéticos.** Tu Meta Quest contiene imanes y componentes que emiten campos magnéticos/electromagnéticos que podrían afectar al funcionamiento de aparatos electrónicos y médicos cercanos, entre los que se incluyen marcapasos cardíacos, audífonos y desfibriladores. Si tienes un marcapasos, un audífono u otro dispositivo médico implantado:
 - Mantén una distancia segura entre el dispositivo médico y el visor y los controlador de Meta Quest.
 - Consulta a un médico o al fabricante de tu dispositivo médico antes de utilizar tu Meta Quest.
 - No utilices el sistema tu Meta Quest si observas interferencias con otros dispositivos médicos.
 - Sigue las restricciones e instrucciones establecidas en determinados lugares para limitar o evitar el uso de aparatos radioelectrónicos (por ejemplo, en hospitales, aviones o gasolineras).

Usos prohibidos

ADVERTENCIA

No lo utilices en situaciones peligrosas. No lo utilices nunca en situaciones peligrosas del mundo físico, en las que una tarea requiera una atención concentrada y una gran coordinación o precisión de movimientos, como correr o conducir. No lo utilices mientras manipulas objetos o materiales peligrosos, como utilizar un cuchillo para picar alimentos.



ADVERTENCIA

NO UTILIZAR EN CASO DE DISCAPACIDAD. No utilices el visor cuando estés impedido, ya que puede aumentar tu susceptibilidad a síntomas adversos y afectar negativamente a tu movimiento y equilibrio. Entre los impedimentos que debes evitar cuando decidas utilizar el visor se incluyen:

- Has consumido alcohol o drogas
- Tienes resaca o malestar estomacal
- Sientes cansancio, agotamiento o insomnio
- Sientes estrés o ansiedad
- Tienes una enfermedad infecciosa, dolor de cabeza, migraña o dolor de oídos.

Conseguir el ajuste adecuado

Ajuste del visor

Para reducir el riesgo de molestias –como presión, enrojecimiento, irritación, rozaduras, náuseas, tensión u otros síntomas–, el visor debe estar bien ajustado a cada usuario.

- Ajusta las correas de la cabeza para asegurar una colocación cómoda del visor.
- Ajuste la distancia entre las lentes para cada usuario moviendo las copas oculares directamente a una posición que proporcione la imagen más clara y nítida.
- Cuando está correctamente ajustado, el visor debe encajar de forma cómoda y se debe ver una imagen única y nítida. Vuelve a comprobar el ajuste antes de reanudar el uso para reducir el riesgo de molestias por cualquier cambio involuntario en las correas de la cabeza o en la posición de las lentes.



» Malestar y otros síntomas físicos

Ajuste de los controles

ADVERTENCIA

Instala y utiliza muñequeras u otras sujeciones autorizadas con los controladores y accesorios para sujetarlos a la muñeca durante su uso, de modo que no se conviertan en proyectiles. » **Cuidado y manejo de Meta Quest**

Selección de aplicaciones y contenidos

ADVERTENCIA

Elige tu aplicación y contenido con cuidado, porque el contenido virtual puede parecer muy realista. Los usuarios pueden reaccionar ante contenidos aterradores, violentos, desorientadores o que provoquen ansiedad como si estuvieran ocurriendo en el mundo físico.


- Si eres nuevo en el contenido virtual o has experimentado incomodidad al probarlo antes, empieza con las clasificaciones de Contenido y Comodidad generalmente apropiadas para todos los usuarios, para ver si una experiencia es adecuada para ti. Por ejemplo, prueba el contenido clasificado como Cómodo antes de probar el contenido clasificado como Moderado, Intenso o Sin clasificar. » **Clasificaciones de contenido y comodidad**




Clasificaciones de contenido y comodidad


Las calificaciones de contenido las pueden proporcionar agencias de calificación internacionales o regionales y se muestran en la Meta Quest Store. Estas clasificaciones proporcionan recomendaciones de edad y descriptores de contenido.

Las valoraciones de comodidad pueden mostrarse en la Meta Quest Store. Estas pueden ayudarte a comprender lo cómoda que es de usar una aplicación y la probabilidad de que te provoque mareos, dependiendo de tus necesidades y de tu nivel de experiencia con contenidos virtuales.

 **Cómodo** en general, las experiencias cómodas evitan el movimiento de la cámara, el movimiento del jugador o los contenidos y efectos desorientadores.

 **Moderado** las experiencias pueden incorporar algún movimiento de cámara, movimiento del jugador u ocasionalmente contenidos y efectos desorientadores.

 **Intenso** las experiencias incorporan un importante movimiento de cámara, movimiento del jugador o contenidos y efectos desorientadores.

 Las experiencias **sin clasificar** no están clasificadas, pero pueden tener un contenido intenso. Si experimentas mareos, vértigos u otros efectos negativos, interrumpe la experiencia y prueba otra que se ajuste a tu nivel de comodidad.

Para reducir el riesgo de sufrir molestias, ve a meta.com/help/comfort.

Actividad física

ADVERTENCIA

La actividad física vigorosa puede provocar lesiones o la muerte, incluso en personas aparentemente sanas. Antes de empezar un nuevo programa de ejercicios, consulta a un médico. Esto es especialmente importante si has estado inactivo durante cierto periodo, tienes alguna situación cardíaca especial o sospechas que pueda empeorar alguna otra condición médica;

- Considera la posibilidad de hacer pausas más frecuentes durante la actividad extenuante.
» Duración de la sesión y pausas
- Elige cuidadosamente el contenido activo. Las actividades en las que te muevas en posiciones no sentadas o no erguidas (por ejemplo, mirando al suelo en una flexión) o en las que utilices otros equipos de ejercicio (por ejemplo, pesas) pueden aumentar el riesgo de lesiones o daños materiales.
- Seca tu Meta Quest de cualquier resto de sudor tras su uso, siguiendo las instrucciones de
» Cuidado y manejo de Meta Quest.

Tu entorno, zona de actividad y contenido virtual

Percepción limitada

⚠ ADVERTENCIA **Visión y audición limitadas.** El visor producen una experiencia atractiva y pueden bloquear tu percepción del entorno físico (vista y oído), lo que puede exponerte a peligros. No utilizar los dispositivos de seguridad de tu Meta Quest aumenta el riesgo de sufrir molestias, lesiones o daños materiales.

- Durante el uso, no sujetes ni manipules objetos que sean peligrosos, que puedan lesionarte a ti o a otras personas o que puedan dañarse.
- El visor limita tu campo de visión. Ten cuidado al moverte, ya que puedes no percibir algo a tu lado.
- Quitarte el visor para tener una visión sin obstáculos en cualquier situación del mundo físico que requiera atención o coordinación.

Elegir y preparar tu zona de actividad segura

📏 Zona de actividad es el área que eliges para utilizar tu Meta Quest.

⚠ ADVERTENCIA **Sé siempre consciente de tu entorno físico y de los peligros potenciales.** Pueden producirse lesiones graves y daños materiales si golpeas objetos, paredes (u otros elementos estructurales), personas o animales domésticos, o si tropiezas o te caes. Ten cuidado para evitar lesiones. Deja de utilizar tu Meta Quest o comprueba el entorno utilizando la función Passthrough (Cámara exterior) si no tienes seguridad de que tu entorno es seguro.



■ Funciones de seguridad de movimientos te ayudan a orientarte en el mundo físico mientras utilizas tu Meta Quest. Estas funciones y tu Meta Quest funcionan mejor en un espacio bien iluminado, con paredes y alrededores que creen diferentes patrones para que los sensores de tu Meta Quest puedan seguir tus movimientos.

- **Passthrough** es una función de tu Meta Quest que utiliza un sensor para mostrar tu entorno en la pantalla de tu Meta Quest. La función Passthrough te ayuda a permanecer dentro de tu zona de actividad, a mantener tus límites virtuales y a navegar por tu zona de actividad física si no tienes límites virtuales establecidos o si te sales de ellos.
- **Límites virtuales** te ayudan a permanecer en tu zona de actividad para evitar colisiones con objetos del mundo físico mientras estás en tu entorno virtual.
- **Identificación de objetos** es una función que te ayuda a ser consciente, en el contenido virtual, de los objetos físicos que ha

» Interactuar con el mundo físico

- Elige un zona de actividad apropiada para el contenido que piensas utilizar, preparándola de modo que puedas mantener tu seguridad. Evita los peligros (incluidas las personas, los animales domésticos o los objetos situados por encima de la cabeza) o apártalos de tu camino.

» Peligros que debes evitar

- Utiliza los dispositivos de seguridad de los movimientos para orientarte sobre el entorno durante su uso.
- Es posible que tu Meta Quest no pueda seguir tus movimientos, y que los dispositivos de seguridad no funcionen correctamente, en zonas con paredes lisas sin decorar, paredes de cristal o espejo muy reflectantes o en zonas mal iluminadas. **» Peligros que debes evitar**
- Los movimientos rápidos o bruscos pueden hacer que choques o pierdas el equilibrio.
- Ten cuidado con las personas o animales domésticos que puedan entrar en tu zona de actividad sin que tú o tu Meta Quest detectéis su presencia. Toma las medidas adecuadas antes de utilizar tu Meta Quest para evitar que entren en tu espacio, especialmente aquellos que puedan no entender que tu percepción es limitada (por ejemplo, los niños).
- Una buena opción sería que otra persona actúe como observador mientras te mueves en el contenido virtual.
- Si usas el visor con gafas puede aumentar el riesgo de lesiones faciales si te caes o te golpeas la cara.
- El uso del visor en un vehículo en movimiento, como un coche, un autobús, un avión o un tren, puede aumentar tu susceptibilidad a los síntomas adversos debido a la variación de la velocidad o a los movimientos bruscos. (**» Malestar y otros síntomas físicos**). También puede aumentar la probabilidad de lesiones o daños materiales.

⚠ Peligros a evitar. Algunos peligros que debes identificar y evitar cuando prepares la zona de actividad o utilices tu Meta Quest incluyen:

- Paredes, puertas, ventanas, escaleras, balcones, rampas y portales
- Muebles (como mesas de centro), lámparas, alfombras sueltas y suelos irregulares
- Personas (especialmente niños pequeños) y animales domésticos
- Tableros y muebles de cristal o espejo
- Líquidos, llamas y fuentes de calor (como velas, chimeneas o electrodomésticos para la cocina)
- Ventiladores de techo, lámparas y columnas
- Televisores, monitores u otros aparatos electrónicos



⚠ ADVERTENCIA

No para uso en exteriores. Utilizar tu Meta Quest al aire libre puede causar que surjan peligros adicionales e incontrolados (por ejemplo, superficies irregulares/resbaladizas, condiciones meteorológicas y objetos/vehículos/personas/animales inesperados). El agua y otros elementos del exterior pueden dañar tu Meta Quest o perjudicar su funcionamiento. Puede que no seas capaz de crear un entorno siempre seguro. Es posible que tu Meta Quest no funcione correctamente en exteriores y no pueda seguir tu posición. Las condiciones de iluminación demasiado brillantes o tenues pueden impedir que los sensores y las funciones de seguridad de movimientos de tu Meta Quest funcionen de forma óptima, y pueden provocar pérdidas de seguimiento. **» Funciones de seguridad de movimientos**

Interactuar con el mundo físico

Límites virtuales. Sigue las instrucciones en pantalla para definir tu zona de actividad. Los límites virtuales no te impiden físicamente a ti ni a otros (personas, mascotas, objetos) entrar o salir de tu zona de actividad. Un límite virtual puede no alertarte lo suficientemente rápido si te estás moviendo con rapidez. Establece tus límites para que protegerte en función del contenido y el movimiento que pienses utilizar.

- El sistema de límites virtuales no tiene sobre la cabeza, así que elige espacios de actividad sin riesgos sobre la cabeza.



⚠ ADVERTENCIA

Establecer espacios extra de seguridad. Si estableces tus límites virtuales justo al lado de un elemento peligroso, podrías golpear o tocar dicho peligro. Mantén un espacio extra de seguridad de unos 30 a 60 cm más allá del límite virtual, en función de la actividad, el espacio que tengas disponible y la longitud de tus brazos.

- Si utilizas las manos en lugar de los controladores, es posible que los límites virtuales y otras alertas no funcionen si no tienes las manos dentro de la vista limitada de tus sensores Passthrough.

Realidad mixta. Ver e interactuar con objetos o superficies físicas externas (como un sofá, una pared, una mesa, un teclado o un escritorio) mientras utilizas tu Meta Quest se denomina «realidad mixta». Meta Quest te permite ver un vídeo en directo de tu entorno físico a través de los sensores del visor. Con la realidad mixta, puedes ver objetos virtuales superpuestos a la vista de tu entorno físico. Por ejemplo, una aplicación puede permitirte ver un tablero de ajedrez virtual encima de tu mesa de café. En otros casos, los objetos físicos pueden estar cubiertos o imitados por objetos virtuales. Por ejemplo, una aplicación puede permitirte poner un escritorio virtual encima de tu escritorio real, de modo que puedas ver y utilizar tu escritorio mientras estás en una aplicación totalmente inmersiva.

Marcado de objetos e identificación de objetos. Cuando marcas dónde están los objetos físicos, Meta Quest puede identificar esos objetos físicos y permitir experiencias de realidad mixta cuando pasas al contenido virtual. Meta Quest no puede mostrar objetos físicos que sean dinámicos, que no estén marcados o que se hayan movido desde que se marcaron.

- Marca todos los objetos físicos de la zona de actividad y retira los objetos físicos que no marques. Por ejemplo, marca las mesas de centro de punta a punta en la zona de actividad, pero retira los juguetes que no vayas a utilizar.
- Cuando marques objetos físicos dentro de la zona de actividad, intenta ser hacerlos con la mayor precisión posible.
- De una sesión a otra, comprueba la exactitud del mundo físico con respecto a lo marcado en la sesión anterior.

Passthrough. Los sensores de Passthrough no son tan claros ni amplios como tu visión natural. Passthrough puede ir por detrás de lo que ocurre en el mundo físico y no representar con precisión la distancia/profundidad o los colores. Ten cuidado cuando utilices Passthrough para ver tu entorno.

Ten cuidado al agarrar y manipular objetos físicos, ya sea en Passthrough o en realidad mixta.



Multijugador local es una configuración disponible en algunas aplicaciones que permite a los usuarios compartir el mismo entorno virtual, compartiendo una única zona de actividad o espacios de actividad físicamente cercanos.

⚠️ ADVERTENCIA

Entrar en contacto con otros usuarios locales podría causar lesiones, colisiones o daños materiales. Selecciona los espacios compartidos con cuidado y sigue todas las instrucciones y advertencias de la aplicación para configurar y utilizar tu(s) espacio(s) de actividad.

- Cada usuario local debe verificar que la(s) zona(s) de actividad está configurada para realizar interacciones seguras sin que los usuarios entren en contacto el uno con el otro.
- Evita abarrotar una zona de actividad compartida. Tener más usuarios locales y mobiliario aumenta el riesgo de lesiones.
- Ten cuidado al salir de los mismos límites compartidos que otro usuario, porque puede que no veas a la persona física (o a su avatar) cuando salga de la aplicación.

⚠ ADVERTENCIA No comprender bien que un objeto virtual es físico o viceversa puede provocar lesiones (por ejemplo, intentar apoyarse en una mesa virtual sin una mesa física que la sostenga o intentar caminar por un sofá virtual superpuesto a un sofá físico). Utiliza Passthrough, deja de utilizar Meta Quest o quítate el visor si no puedes distinguir qué objetos son virtuales y cuáles físicos.

Molestias y otros síntomas físicos

⚠ ADVERTENCIA Deja de utilizar Meta Quest si sientes molestias u otros síntomas físicos durante o después de su uso. No reanudes la actividad hasta que te hayas recuperado totalmente de las molestias u otros síntomas. Si experimentas síntomas continuos durante el uso de Meta Quest o después, evita las actividades visual o físicamente exigentes, u otras actividades que requieran un equilibrio y una coordinación mano-ojo sin problemas, hasta que te hayas recuperado totalmente. Si las molestias, los síntomas físicos u otros efectos secundarios continúan durante un periodo prolongado o son graves después de dejar de usarlo, consulta a un médico y no reanudes el uso de Meta Quest hasta que te diga que está bien.

■ Algunos ejemplos de molestias u otros síntomas físicos que pueden incitarte a dejar de usarlo son:

- Malestar o dolor, sobre todo en la cabeza, los ojos, los hombros, el cuello, la espalda o el pecho
- Mareo (> **Mareo**), mareo, desorientación, alteración del equilibrio o de la coordinación mano-ojo; sudoración inusual; aumento de la salivación; náuseas; sensación de desmayo o aturdimiento
- Tensión ocular, espasmos oculares o musculares, visión alterada, borrosa o doble u otras anomalías visuales
- Falta de aliento o palpitaciones
- Sensación de cansancio
- Presión o rozaduras, picor o irritación, cambios duraderos en el aspecto de la piel, hinchazón o pérdida inusual de vello u otras molestias cutáneas

I El mareo (mareo inducido visualmente, o VIMS, por sus siglas en inglés) puede surgir en relación con el uso de Meta Quest. Cuando ocurra debe ser temporal. La selección de contenidos, las pausas y las sesiones más cortas pueden ayudarte a reducir el mareo.
» **Selección de aplicaciones y contenidos;** » **Duración de la sesión y pausas**

Duración de la sesión y pausas

⚠ ADVERTENCIA El uso prolongado sin las pausas adecuadas puede aumentar el riesgo de lesiones, molestias, efectos adversos o daños

materiales. Quitate el visor y deja de usarlo si sientes molestias y no vuelvas a usarlo hasta que desaparezcan.

- Asegúrate de que su uso no interfiere con las actividades de la vida diaria.



I Tiempo y pausas. Haz descansos regulares cuando utilices tu Meta Quest. Empieza con sesiones de uso cortas y descansos largos cuando utilices un visor o un contenido nuevos. Por ejemplo, cuando empieces a utilizar Meta Quest empieza con un periodo máximo de uso de 30 minutos seguido de un descanso de 15 minutos. Aumenta la cantidad de tiempo que utilizas Meta Quest gradualmente, a medida que te acostumbras a la experiencia. Diferentes personas pueden necesitar diferentes duraciones de sesión y descanso.

Orientaciones y limitaciones sobre el uso por parte de niños

Los padres deben leer y explicar esta sección a sus hijos, junto con » **No todos los niños están preparados para usar Meta Quest.**

I Desarrollo infantil y contenidos virtuales. Los niños que utilizan contenidos y sistemas virtuales se enfrentan a algunos riesgos, sobre todo los niños de menor edad o tamaño. Garantizar un ajuste adecuado (» **Conseguir el ajuste adecuado**) puede reducir algunos de estos riesgos. » **Edad mínima para crear una cuenta.**

- **Tamaño corporal, fuerza y patrones de movimiento.** Los niños suelen tener la cabeza más pequeña y menos fuerza en el cuello que los adultos. Cuanto más pequeño o joven sea el niño, más pesado le parecerá el visor. Esto significa que el movimiento, sobre todo el del cuello, requiere más esfuerzo para estos niños en comparación con los adultos. Además, los niños tienden a utilizar todo el cuerpo mientras están en contenidos virtuales, lo que podría provocar tensiones en el cuello, la espalda y las piernas, sobre todo tras un uso intenso o prolongado.

- **Ojos.** La distancia entre las pupilas de un niño (llamada distancia interpupilar o DIP) puede ser menor que la distancia entre las partes de las lentes de tu visor que ayudan a enfocar (llamada distancia interaxial o DIA). Si las lentes no pueden ajustarse a la medida de tu hijo (**» Conseguir el ajuste adecuado**), existe un mayor riesgo de que aparezcan síntomas como fatiga visual, visión borrosa, dolores de cabeza o náuseas. El sistema visual de los niños más pequeños aún está en desarrollo y puede verse afectado negativamente por el uso de contenidos virtuales.
- **Convulsiones.** Los trastornos convulsivos subyacentes pueden descubrirse con el uso de contenidos virtuales por parte de los niños.

» Riesgo de ataques y convulsiones

Comprender la realidad. Los niños más pequeños pueden tener dificultades para comprender que las experiencias virtuales no ocurren en el mundo físico. Pueden responder tanto física como psicológicamente en función de lo que experimenten en el mundo virtual.

Supervisar y garantizar el uso adecuado

- Debe evitarse el uso prolongado por parte de niños, ya que podría afectar negativamente a la coordinación ojo-mano, el equilibrio, la capacidad de realizar varias tareas a la vez, o provocar otros riesgos de lesión o efectos negativos.
- Limita el tiempo que los niños pasan utilizando Meta Quest en general. Considera la posibilidad de establecer límites diarios y semanales.
- Asegúrate de que los niños hagan pausas durante el uso. Los niños más pequeños deben hacer pausas más frecuentes y largas. **» Duración de la sesión y pausas**
- Asegúrate de que el uso que hacen los niños es adecuado en cuanto a selección de contenidos y duración de las sesiones, y no interfiere con sus actividades de la vida diaria.
- Es posible que los niños no tracen correctamente los límites virtuales y que no se mantengan dentro de ellos al utilizar contenidos virtuales. Los padres deben ayudar a sus hijos a trazar límites virtuales (ayudando a mover muebles si es necesario) y asegurarse de que se mantienen en ellos.

■ Las funciones de tiempo de pantalla están disponibles en el Centro Familiar Meta, donde puedes controlar y elegir las selecciones de contenidos de los niños y su duración.

Selecciona el contenido adecuado

- Los adultos deben participar activamente en la selección de aplicaciones y contenidos para los niños.
- Evita exponerlos a contenidos inapropiados.

Los niños y el contenido. El contenido virtual es una experiencia inmersiva y algunas aplicaciones pueden llegar a ser intensas, violentas, provocar miedo o ansiedad. La realidad mixta también puede provocar reacciones intensas. Los niños más pequeños pueden confundir los mundos virtual y físico al utilizar contenidos virtuales. Algunas aplicaciones o contenidos pueden ser inapropiados para los niños. **» Selección de aplicaciones y contenidos**

- Los contenidos que requieren mucho movimiento de cabeza/cuello y cuerpo pueden ser complicados para los niños. Para los niños de menor tamaño, elige contenidos en los que tengan que estar sentados o de pie que requieran pocos movimientos rápidos de cabeza/cuello/cuerpo. Utiliza la información disponible en la Meta Quest Store para elegir contenidos adecuados a sus capacidades físicas y a su nivel de experiencia de juego.
- Vigila a los niños para detectar signos de tensión o lesiones en el cuello o en el cuerpo, como dolor o rigidez. Si se producen, plantéate elegir contenidos menos desafiantes, acortar la duración de la sesión y que se tomen un día o más de descanso. Si las molestias persisten, consulta a un médico.

ADVERTENCIA

Es más probable que se produzcan efectos negativos sobre la visión en los niños más pequeños, en etapas más tempranas de su desarrollo, o de menor tamaño, como consecuencia de una mala adaptación y ajuste de las lentes o de un uso repetido y prolongado. Estos efectos pueden ser, dificultad para enfocar, fatiga visual, dolores de cabeza o cansancio.

» Desarrollo infantil y contenidos virtuales

- Asegúrate de que Meta Quest se ajusta correctamente a tu hijo, con el mejor ajuste de visión posible, y de que toma descansos frecuentes. **» Conseguir el ajuste adecuado**

ADVERTENCIA

Los niños más pequeños pueden ser más susceptibles de sufrir daños auditivos asociados al uso de Meta Quest con un volumen alto.



Tu Meta Quest

ADVERTENCIA

Hardware y software o accesorios no autorizados: Meta Quest no está diseñado para usarlo con ningún dispositivo, accesorio, software ni aplicación no autorizados. El uso de cualquiera de ellos o la modificación o pirateo del sistema Meta Quest, del software o las aplicaciones puede provocarte lesiones a ti o a otros, molestias, daños materiales, problemas de funcionamiento o daños en tu Meta Quest que la garantía puede no cubrir.

■ Accesorios y piezas de repuesto. Meta Quest Store ofrece las piezas de repuesto y accesorios necesarios y también autoriza las piezas de repuesto y accesorios necesarios para tu Meta Quest.

- Para saber cómo identificar si un accesorio o pieza de repuesto está autorizado para su uso con tu Meta Quest, visita meta.com/help/quest/authorizedparts.
- Los accesorios de marca y autorizados pueden ayudarte a personalizar Meta Quest según tus preferencias.

Cuidado y manejo de Meta Quest

▲ ADVERTENCIA

No utilices Meta Quest si alguna parte está rota o dañada. Ponte en contacto con el servicio de asistencia de

Meta Quest para obtener ayuda en meta.com/help/quest.



- No desmontes, aplastes, dobles, deformes, perfores, rompas ni ejerzas una presión elevada sobre el visor o los controladores. Esto puede causar una fuga o un cortocircuito interno en las baterías y provocar un sobrecalentamiento.
- Evita dejar caer tu Meta Quest. Las caídas pueden dañar el visor, los controladores y las baterías. Inspecciona el sistema Meta Quest antes de cada uso para ver si hay daños aparentes.
- No coloques el Meta Quest zonas que puedan calentarse mucho, como dentro de un coche a temperaturas elevadas, encima o cerca de una superficie de cocina, un aparato de cocina, una plancha o un radiador, ni bajo la luz directa del sol. Un calentamiento excesivo puede dañar tu Meta Quest y puede hacer que las baterías exploten. No seques el Meta Quest si se ha mojado o está húmedo con un aparato o fuente de calor como un horno microondas, un secador de pelo, una plancha o un radiador.
- No coloques ninguna parte de Meta Quest debajo de una almohada, manta, ropa o parte de tu cuerpo. Asegúrate siempre de que el visor y el adaptador de corriente tengan una ventilación y un flujo de aire adecuados mientras los estés usando o cargando. Cubrir el visor con materiales que afecten significativamente al flujo de aire puede afectar al rendimiento o provocar lesiones o daños materiales.

No dejes que el Meta Quest se moje o entre en contacto con líquidos. Aunque el Meta Quest se pueda secar y parezca funcionar con normalidad, los contactos de la batería o los circuitos podrían empezar a corroerse lentamente y suponer un peligro para la seguridad.

- Inspecciona periódicamente tu Meta Quest por si existe algún daño (incluyendo las siguientes piezas) y no lo uses si ves o sospechas que hay algún daño:
 - El visor (incluidas las lentes)
 - Componentes eléctricos (incluidos los contactos y puertos de carga)
 - Controladores
 - Otros accesorios, incluidos originalmente con tu Meta Quest o no

- No intentes reparar ninguna parte del sistema Meta Quest por tu cuenta. Para obtener más información, ponte en contacto con el servicio de asistencia de Meta Quest.
- Sustituya la interfaz facial del dispositivo si se desgasta o no se puede limpiar.
- Con el fin de evitar que se dañe el sistema Meta Quest, no lo expongas a humedad, a una humedad ambiente elevada, a altas concentraciones de polvo o partículas en suspensión en el aire, a temperaturas fuera del rango de funcionamiento o a la luz solar directa.

⚠ Luz solar directa. Evita la luz solar directa en las lentes. La luz solar directa sobre las lentes, incluso durante un periodo breve, puede dañar la óptica y la pantalla. No almacenes ni transportes el visor de ninguna manera que pueda exponer las lentes directamente a la luz del sol.

- Para evitar daños, mantén tu Meta Quest alejado de mascotas.
- Mantén limpias todas las partes de tu Meta Quest, limpiándolas regularmente siguiendo las instrucciones disponibles en el servicio de asistencia de Meta Quest.
- Una limpieza inadecuada puede dañar tu Meta Quest y dificultar su funcionamiento, incrementando el riesgo de lesión o daños materiales.

Alertas del sistema

⚠ ADVERTENCIA Actúa inmediatamente si te avisan las siguientes alertas del sistema:



Alerta de sobrecalentamiento. Las alertas acústicas y visuales pueden indicar que el visor se está sobrecalentando. Quitate inmediatamente el visor y deja que se enfríe antes de seguir utilizándolo.



Alerta de volumen del sonido. Puede aparecer una alerta visual si el nivel de volumen es demasiado alto. Baja el volumen del sonido para reducir el riesgo de pérdida auditiva.

Alerta de error de seguimiento. Una alerta visual puede indicar que el sistema de seguimiento de tu visor o los límites virtuales no funcionan correctamente o pueden estar desactivados. Quitate el visor y vete a un espacio seguro. A continuación, sigue las instrucciones proporcionadas en tu visor para solucionar este problema.

Baterías, carga y temperatura

Baterías y carga

⚠ ADVERTENCIA El visor contiene una batería recargable de iones de litio. Cárgalas sólo de acuerdo con estas advertencias y otras instrucciones.

Los controladores pueden incluir baterías AA reemplazables por el usuario. El uso de un Meta Quest dañado o el uso inadecuado de las baterías o del adaptador de corriente puede provocar un incendio, una explosión, una fuga de las pilas, un sobrecalentamiento u otro

peligro y provocar lesiones graves o daños materiales. No cargue ni utilice el visor o los controladores si conoce o sospecha que alguno de ellos está dañado.

Si hay fugas de líquido de la batería, no permitas que el líquido entre en contacto con la piel o los ojos. Si se produce el contacto, lávate la zona afectada con abundante agua y pide consejo médico.

- No intentes cargar o utilizar el visor o los controladores si no se encienden después de intentar cargarlos, si se calientan de forma anómala tras usarlos o cargarlos o si el compartimento de las baterías está hinchado, gotea o desprende humo.
- Sustitución
 - **Visor.** La batería recargable de iones de litio del visor no puede ser sustituida ni reparada por el usuario. No intente acceder a la batería, abrirla, repararla ni sustituirla.
 - **Controladores.** Las baterías AA en los controladores son reemplazables por el usuario. No intente abrir o modificar las baterías. No mezcle baterías AA viejas y nuevas; sustitúyalas todas al mismo tiempo.
 - Las baterías gastadas pueden tener fugas y dañar los controladores. Retire rápidamente las baterías gastadas. Retire las baterías antes de guardarlas o de dejar de utilizarlas durante un tiempo prolongado. Recicle o deseche las baterías usadas inmediatamente.
- Ponte en contacto con el servicio de asistencia de Meta Quest si necesitas ayuda con las baterías o la gestión de energía de tu Meta Quest. **» Cuidado y manejo de Meta Quest**
- No utilices baterías externas o fuentes de alimentación que no sean las autorizadas por Meta Quest. **» Hardware y software o accesorios no autorizados**
- No tires el Meta Quest al fuego o a un incinerador, ya que las baterías podrían explotar al sobrecalentarse. No lo almacenes ni lo tires a la basura general.

❗ Manipulación incorrecta a evitar. Lo siguiente podría provocar fallos en la batería u otros fallos eléctricos en tu Meta Quest (**» Cuidado y manejo del Meta Quest**):

- Desmontar, aplastar, doblar, deformar, perforar.
- Exponer a altas temperaturas o a fuentes de calor.
- Exposición a líquidos.
- Caídas.
- Carga o utiliza el dispositivo si no se enciende tras intentar cargarlo.

Temperatura



ADVERTENCIA

Comprueba periódicamente la temperatura del visor y los controladores para evitar quemaduras o molestias.



El visor, los controladores, y el adaptador de corriente cumplen con los límites aplicables de las normas del sector sobre la temperatura estándar en las superficies. Algunos puntos de contacto, incluidas las superficies frontales, pueden estar calientes. Esto es normal durante el uso o la carga.

- **El contacto prolongado de la piel con una superficie caliente de el visor (cuando están enchufados), los controladores o el adaptador de corriente puede producir molestias en la piel, enrojecimiento o quemaduras de baja temperatura. Si notas que el visor, los controladores o el adaptador de corriente están calientes hasta el punto de resultar incómodo, deja de usarlos o cargarlos y déjalos enfriar.**
- Si tienes alguna afección médica o física especial que disminuya la capacidad de detectar el calor en la piel debes tener especial cuidado al utilizar el dispositivo o al cargarlo con el adaptador de corriente. Sigue las advertencias o los avisos térmicos que puedan aparecer en la pantalla del visor. >> **Alertas del sistema**

Mantén limpios los puntos de carga y el cable



ADVERTENCIA

Con el fin de evitar el sobrecalentamiento, mantén los siguientes puntos de carga eléctricos limpios y secos:

- puerto y contactos de carga del visor,
- puerto de los auriculares, y
- adaptador de corriente y cable de carga autorizados.

Revisa periódicamente estos puntos de carga para asegurarte de que no muestran signos de corrosión o daños. Deja de usar el sistema y ponte en contacto con el servicio de asistencia de Meta Quest si puedes apreciar signos de corrosión/daños o tiene sospechas.

Descarga eléctrica



ADVERTENCIA

Para reducir el riesgo de una descarga eléctrica:

- No modifiques ni abras ninguno de tus componentes de Meta Quest.
- No cargues el sistema Meta Quest si cualquiera de las partes suministradas o los cables autorizados o el adaptador de corriente están sucios, rotos, con cables a la vista o si el compartimento de las baterías está dañado.
- No insertes ningún objeto metálico, conductor o extraño en la toma de carga o cables de carga.
- No expongas tu Meta Quest al agua u otros líquidos.
- Utiliza únicamente cables y adaptadores de corriente autorizados con tu Meta Quest.

Lesiones por una tensión recurrente

ADVERTENCIA

El uso del sistema de Meta Quest puede provocar dolor en los músculos, las articulaciones, el cuello, las manos o la piel. Si se te cansa o te duele alguna parte del cuerpo mientras usas el sistema Meta Quest, o si sientes síntomas como hormigueo, entumecimiento, ardor o rigidez, para y descansa al menos hasta que hayan desaparecido los síntomas. Si sigues teniendo síntomas durante o después del uso, deja de usarlo. Si los síntomas persisten, consulta a un médico.

Pérdida auditiva

ADVERTENCIA

No utilices niveles de volumen altos durante periodos prolongados para evitar posibles daños auditivos



permanentes. » **Alertas del sistema**

Enfermedades contagiosas

ATENCIÓN

Para evitar la transmisión de enfermedades contagiosas, las personas con enfermedades contagiosas, especialmente infecciones o afecciones, en particular, sobre todo de los ojos (como la conjuntivitis), la piel o el cuero cabelludo no deben compartir un Meta Quest.

No es un producto sanitario

AVISO

El sistema Meta Quest no es un producto sanitario, y su propósito no es diagnosticar, tratar, curar o prevenir ninguna enfermedad.

INFORMACIÓN DE CUMPLIMIENTO Y REGLAMENTACIÓN

Por la presente, Meta Platforms Technologies, LLC declara que este producto cumple los requisitos esenciales y otras disposiciones relevantes de la Directiva 2014/53/UE. Para consultar la declaración completa de conformidad, visita el siguiente enlace: meta.com/legal/quest/compliance/.



AT, BE, BG, HR, CY, CZ, DK, EE,
FI, FR, DE, EL, HU, IE, IT, LV, LT,
LU, MT, NL, PL, PT, RO, SK, SI,
ES, SE, UK(NI), CH, LI, NO, TR, IS

Cuando el dispositivo opera en el intervalo de frecuencias comprendido entre 5,150 y 5,350 GHz, su uso queda restringido a interiores.

Las marcas CE y otras marcas importantes de cumplimiento de la normativa están colocadas debajo de la correa derecha del dispositivo.

Especificaciones eléctricas del producto

Componente	Tipología	Frecuencia inalámbrica	EIRP
Visor	5V, 2A	Wi-Fi 2400-2483,5MHz	<20dBm
		Wi-Fi 5150-5250MHz/ 5250-5350MHz/ 5470-5725MHz	<23dBm
		Wi-Fi 5725-5875MHz	<14dBm
		Bluetooth/GFSK 2402-2478 MHz	<10dBm
Controlador	1,5V, 190mA	GFSK 2402-2478 MHz	<10dBm
Pilas (Controlador)	1,5V (2 x AA alcalinas)	No aplicable	No aplicable

Adaptador de corriente

Nombre del fabricante (de la fuente de alimentación externa):	Meta Platforms Technologies, LLC
Domicilio:	1 Hacker Way, Menlo Park, CA 94025, USA
Identificador del modelo:	AN10A-050P-H, AN10E-050P-H, AN10H-050P-H, AN10K-050P-H, AN10S-050P-H

Voltaje de entrada (tensión de entrada) (CA):	100-240 VAC
Frecuencia de la corriente alterna (CA) de entrada:	50/60 Hz
Voltaje de salida (tensión de salida) (CC):	5 V DC
Intensidad de salida:	2A
Potencia de salida:	10W
Eficiencia media en activo:	80,58%
Eficiencia a baja carga (10%):	78,26%
Consumo eléctrico en vacío:	0,0272W

Información sobre la exposición a radiofrecuencia

Este dispositivo cumple con los requisitos de la UE (1999/519/EC) y las directrices de la Comisión Internacional sobre Protección Frente a Radiaciones No Ionizantes (ICNIRP) en lo que se refiere a la limitación de la exposición del público en general a los campos electromagnéticos a efectos de protección de la salud.

Apple y el logotipo de Apple son marcas comerciales de Apple Inc.

App Store es una marca de servicio de Apple Inc.

Google Play y el logotipo de Google Play son marcas comerciales de Google LLC.

INFORMACIÓN DE LA GARANTÍA LIMITADA

Puede consultar la garantía limitada en meta.com/legal/limited-warranty o solicitarla escribiendo a la dirección indicada a continuación.

Meta Platforms Technologies, LLC
1 Hacker Way, Menlo Park, CA 94025, USA

Meta Platforms Technologies Ireland Ltd.
Merrion Road, Dublin 4, D04 X2K5, Ireland

