

Trova casa su **immobiliare.it**

Residenziale

Luogo

Scegli Tipologia

Cerca

Sonno, salute e comfort

## Ergonomici e traspiranti, per i materassi la scelta dev'essere su misura

di Maria Chiara Voci

28 giugno 2021



▲ ReGenerazioni di Dorelan è un materasso studiato per garantire una giusta distribuzione del peso, tenendo conto anche dei movimenti

🔖 2' di lettura



Dormire bene è indispensabile per la salute ed è anche una questione di materasso. Troppo spesso sottovalutato, è uno di quei complementi di arredo che dovrebbero essere scelti con la massima cura e anche con un minimo di competenza. Perché non è solo un fatto di gusti: a chi piace di più la sensazione di fluttuare nel morbido e chi si addormenta meglio su un supporto rigido. Ma è una decisione che deve sposare il ritmo di vita di ciascuno di noi.

«Per una persona sportiva è meglio un materasso più duro – spiega Alessandro Catanzaro, posturologo, titolare a Roma dello studio Posturalmente – perché sostiene il corpo, preparandolo però ad essere attivo e in movimento durante la giornata». Chi è piccolo di statura dovrebbe prestare attenzione all'altezza da terra. «I movimenti che si compiono nei primi quindici minuti della giornata sono molto importanti per stare bene – prosegue l'esperto -. Per questo è essenziale poter mettere subito i piedi in terra». E così via: chi è allergico deve scegliere modelli naturali o con fibre trattate con ioni d'argento, ad alta azione antibatterica e che contrastano disgregandoli acari e polveri.

Loading...

C'è poi, banalmente, l'esame della posizione che il fisico di ciascuno di noi associa al relax. «Per chi ha l'abitudine di addormentarsi lateralmente – prosegue Catanzaro – è meglio un materasso più morbido e capace di raccogliere le curve della testa e del fianco, le due zone in cui si carica il peso del corpo. Al contrario, chi dorme sulla schiena troverà maggior riposo su un supporto duro e così anche chi prende sonno sulla pancia, perché viene contrastata così l'inversione di curva a livello lombare».

Tante esigenze, ma anche tante risposte delle aziende che impegnano ogni anno team specifici di ricerca per migliorare i loro prodotti. ReGeneration è il nuovo materasso di Dorelan che «rigenera durante il sonno perché è studiato per garantire una perfetta distribuzione del peso, tenendo conto anche dei movimenti del corpo». È composto da 5 diverse tecnologie Myform che, insieme, rendono il prodotto performante in termini di benessere termico grazie alla sua capacità traspirante e al mantenimento del microclima. La linea Dynamic di Simmons è pensata «per il rapido recupero delle energie fisiche». Gli innovativi materiali utilizzati (schiume, fibre elastiche e nanoparticelle nelle imbottiture) hanno reso possibile la realizzazione di supporti che interagiscono con il fisico, stimolandone il corretto riposo. Al contrario, stessa casa ma linea Natural: è una scelta per chi scommette sulla sostenibilità. Garantito l'uso di materiali come il cashmere o la pura lana vergine, il lino, il cotone organico e le fibre di bamboo.

#### NEWSLETTER

RealEstate+, la newsletter premium sul mondo dell'immobiliare

Scopri di più →



Il materasso Adaptive di Flou grazie alla qualità dei materiali visco-elastici utilizzati e alla struttura a 4 strati di imbottitura, «garantisce eccellenti livelli di adattabilità anche a corporature molto diverse tra di loro». Per Dormire differenzia infine i modelli per il benessere igienico, per il benessere termico e per il benessere ergonomico.

Riproduzione riservata ©

---

ARGOMENTI [materasso](#) [Ben Simmons](#) [Roma](#)

---

loading...