



Come si sceglie un materasso

Luigi Bandini Buti

società ergonomia applicata

Non è il caso di spendere parole sull'importanza di poter dormire profondamente e in modo confortevole. Sono già tanti gli affanni che ci fanno rischiare l'insonnia: a questi non si deve aggiungere il fatto di dormire su una macchina antigravitaria sbagliata.

Ma come effettuare la scelta giusta?

Se dobbiamo comprare una bicicletta, anche solo vedendola ci facciamo un'idea sufficientemente chiara delle sue caratteristiche, delle sue prestazioni e, in buona misura, anche delle sue qualità tecnologiche. La bicicletta, come i prodotti di natura meccanica, autoesplicativa, ci racconta di sé anche prima di provarla.

Non è altrettanto facile scegliere un materasso, perché di sé non dice nulla. Ci appare come un pacco più o meno ben foderato, che non si sa cosa racchiuda; e naturalmente operare la scelta solo in base alla qualità della fodera vuol dire essere certi di commettere errori colossali sul piano della salute e del comfort.

Per la qualità dei materassi in generale vi sono tecnici ed enti specializzati in grado di descrivere e certificare le caratteristiche che distinguono un prodotto buono da uno meno buono o cattivo.

Anche le caratteristiche di comfort del materasso sono ben note: riguardano l'affondamento, l'accoglimento e la risposta elastica; sono misurabili e documentabili.



Ma quali caratteristiche rispondono ai bisogni del singolo, ai miei bisogni?

L'unico consiglio serio per effettuare una scelta oculata è: provare il materasso, non diversamente da quel che si fa quando si vuole acquistare un abito, come suggerisce anche il Consorzio produttori materassi di qualità.

La prova sarà inevitabilmente breve e disagiata (potremo provare il materasso completamente vestiti e per pochi minuti) ma sarà comunque sufficiente per effettuare confronti e per farsi un'idea abbastanza precisa di quel che fa per noi.

Una prova empirica consigliata consiste nel far passare un braccio fra corpo steso e materasso: se passa con difficoltà, il materasso può essere troppo morbido; se passa invece con eccessiva facilità, il materasso è troppo duro.



CONSORZIO PRODUTTORI



MATERASSI DI QUALITÀ

Consorzio Produttori Materassi di Qualità

Foro Buonaparte 65, 20121 Milano - www.consorziomaterassi.it - Numero Verde 800.373740