

Alla ricerca del divano letto più comodo

Pubblicato: Martedì 6 Dicembre 2022



Non è così semplice riuscire a **trovare un divano letto comodo** che assicuri un riposo ristoratore dopo giornate faticose tra mille impegni. Quello di cui c'è bisogno è un arredo che sia in grado di garantire il massimo del comfort, ma sono parecchi gli aspetti che devono essere tenuti in considerazione. Il divano letto, per altro, rappresenta un **mobile multifunzionale** che, in base alle esigenze e alle circostanze, può ricoprire la funzione di letto o di divano. Tutti e due gli arredi possono essere utilizzati per il riposo: questa è la ragione per la quale c'è bisogno di una soluzione che offra i più elevati standard di qualità.

Il valore della qualità del sonno

La scelta del [divano letto matrimoniale](#) non deve essere sottovalutata per il semplice motivo che dormire è una delle più importanti attività della nostra vita. Non è mai superfluo mettere in evidenza che un **sonno di qualità** è destinato a influire in maniera significativa sul benessere delle persone sia dal punto di vista fisico che a livello psicologico. Nel caso in cui si riposi male o poco, in effetti, si possono avvertire le conseguenze dal punto di vista della salute, dello stress e dell'umore. Tanti fattori di origine medica influenzano il **livello di qualità del riposo**: si pensi per esempio al bruxismo o all'insonnia. Ma anche il materasso può condizionare il modo in cui si dorme e gli effetti del sonno.

Come trovare un divano letto di eccellenza

Per poter essere considerato funzionale ed eccellente, un divano letto deve essere caratterizzato da un

materasso spesso, in quanto il comfort garantito dal prodotto cambia in funzione dell'altezza. Inoltre, è opportuno pensare al materiale di cui il materasso è fatto. Per fortuna in commercio si possono trovare tanti prodotti in grado di assecondare le necessità più diverse. Non è detto che ogni modello sia degno di uguale considerazione, proprio perché ogni persona ha delle esigenze specifiche: per qualcuno, dunque, un **materasso in memory foam** potrebbe essere più adatto rispetto a uno in lattice. Questo vuol dire che prima di qualunque acquisto è fondamentale valutare con attenzione le proprie necessità. Il rivestimento, a sua volta, è un aspetto che vale la pena di citare. Sono tante le persone che hanno problemi di allergie, le quali – come si può facilmente immaginare – influiscono in modo significativo sul riposo. L'asma, la tosse e la rinite sono tutti **sintomi allergici** che possono essere di disturbo per il sonno; per non correre rischi è indispensabile mantenere sempre pulito il materasso, il quale deve essere rivestito con tessuti atossici e anallergici.

Come dormire

La **cattiva digestione** è uno dei fattori che possono compromettere la qualità del sonno e la sua capacità di risultare rigenerante. Gli esperti raccomandano di evitare di mangiare, nelle due ore prima di andare a letto, a maggior ragione quando si tratta di alimenti piccanti o grassi. Quando ci si sdraia **prima di aver completato la digestione**, infatti, il rischio è di patire un fastidio allo stomaco. In più, per digerire in maniera ottimale è fondamentale la posizione in cui si dorme. Parecchi professionisti per esempio raccomandano di mantenere la posizione supina per riposarsi e di lasciare le braccia lungo i fianchi. Sembra, inoltre, che per evitare il bruciore di stomaco sia preferibile stare sdraiati sul fianco sinistro.

Il materasso per il divano letto

In commercio è possibile trovare materassi di **materiali, altezze e dimensioni differenti**. La lunghezza di solito è sempre uguale, mentre a variare è la larghezza. Il divano letto deve essere ampio a sufficienza per garantire un comfort ottimale, e se si hanno delle necessità specifiche si può anche richiedere un materasso su misura. Il **lattice** è uno degli elementi più usati, ma in alternativa si può optare anche per il memory foam, che si adatta alla forma del corpo.

Dove acquistare un divano letto

Il divano letto può essere acquistato anche online, per esempio sul **sito web di Divanoso**, marchio che ha scelto di mettere in vendita i suoi prodotti solo online. Così, i prezzi possono essere più convenienti anche perché si evita la filiera distributiva di tutti gli intermediari.

Redazione VareseNews
redazione@varesenews.it