

O guia de bolso
DEFINITIVO

para você **escolher bem**
o seu colchão.



Investir no colchão ideal para o seu biotipo vai contribuir não só com a sua saúde, mas também trazer mais bem-estar e qualidade de vida. A primeira dica é optar sempre por produtos homologados pelo INER e que tenham o Certificado Pró-Espuma. Ele garante a qualidade superior das espumas e da composição estrutural de montagem dos colchões de espumas e de molas. Dessa forma, você terá a certeza de que está levando para casa um produto que passou por testes criteriosos de qualidade, durabilidade, procedência de matéria-prima e composição estrutural. Lembrando que os critérios utilizados para a Certificação Pró-Espuma, são mais rigorosos que os do Inmetro por isso garante qualidade superior.

GARANTA A QUALIDADE!

Qual o melhor colchão para você?

A gente vai te ajudar a encontrar essa resposta com algumas dicas.

ESPUMAS OU MOLAS?

- Molas: se você se movimenta muito durante o sono, esse tipo de colchão vai proporcionar mais molejo e adaptabilidade ao seu corpo.



- Espumas: se você busca um suporte mais firme, o colchão ideal para você é o de espumas.



COLCHÃO DE MOLAS

Caso a sua opção seja um colchão de molas, o próximo passo é definir o tipo das molas. As mais encontradas são as ensacadas e a mola Bonnel.

Mola ensacada

Indicada para colchões de casal, em que duas pessoas dormirão juntas. Esse tipo de mola propaga o movimento apenas do lado da pessoa que está se movimentando, proporcionando um sono tranquilo e independente para a pessoa ao lado. As molas ensacadas são embaladas individualmente, em tecido TNT, e conectadas apenas pelo tecido. Por essa razão, quando a mola é compactada, ela se movimenta independentemente das demais que compõem o conjunto da base do colchão, proporcionando uma experiência de sono individual.

Mola Bonnel

Indicada para pessoas que buscam o auxílio do molejo durante o sono, porém propaga o movimento em toda a superfície, por se tratar de um módulo único. Recomendada para pessoas que dormem sozinhas.

SUPORTE GARANTIDO

O INER – Instituto Nacional para Estudo do Repouso – foi pioneiro no Brasil ao definir normas técnicas para a fabricação e o uso de molas nos colchões, definindo a fabricação em aço e sua espessura, garantindo qualidade e suporte ao peso.

ALÉM DAS MOLAS, ESCOLHER O CONFORTO É FUNDAMENTAL!

Logo após a definição das molas, é tão ou mais importante, definir as camadas de conforto que mais te agradam e atendem a sua necessidade. É a parte boa!

CAMADAS DE CONFORTO

São as camadas de espuma que estarão acima das molas e que terão contato direto com o corpo, proporcionando as sensações que buscamos ao dormir. Porém, esse é um ponto que exige atenção na hora de escolher o colchão ideal, pois a densidade da espuma da camada de conforto também deve ser compatível ao seu biotipo, independente do suporte máximo de peso das molas.

Convencional

Espuma convencional em poliuretano, apresenta diversas densidades.

Viscoelástica

Também conhecida como espuma da Nasa, tem a capacidade de se moldar diante do peso com um retorno bem lento. Por essa razão, pode se adaptar muito bem às curvas do corpo, aliviando os pontos de pressão e de tensão.

Viscoelástica gel

Versão com tecnologia mais avançada, que apresenta partículas de gel em sua composição, que ajudam a dispersar o calor natural do contato com o corpo e proporcionam uma sensação de mais frescor.

HR (high resilience)

A sua composição permite que ela ofereça um toque macio e confortável, parecido com o látex natural, porém não afunda demais e tem um retorno rápido à sua forma original, por isso é chamada de espuma de alta resiliência.

Soft

Muito macia. Não oferece resistência quando pressionada e por isso proporciona a sensação de alto conforto. Diferentemente da viscoelástica, ela retorna rapidamente à forma original.

Hipersoft

Ainda mais macia e não resiste ao toque quando comprimida, indicada apenas para pillow top.

Aglomerada

Feita da mistura de cortes de espumas convencionais que, quando aglomeradas, devem chegar a uma densidade 65, sendo uma espuma bem mais firme que as geralmente utilizadas. Nos produtos com certificado Pró-Espuma, o uso desse tipo de espuma é permitido apenas em algumas situações, considerando que a camada de contato com o corpo não deve ser composta de espuma aglomerada.

COLCHÃO DE ESPUMAS

Caso a sua opção seja o colchão de espumas, você deve se atentar à densidade da espuma, que deve ser compatível ao seu peso e à sua altura. É muito importante escolher um colchão com a densidade correta, pois essa é uma das garantias de que seu colchão não irá deformar.

É possível identificar a sua densidade ideal consultando a tabela de biotipo, uma ferramenta desenvolvida pelo INER para auxiliar o consumidor a ser mais assertivo em sua busca.

TABELA OFICIAL DE BIOTIPO DO INER (Instituto Nacional de Estudos do Repouso)

Altura(m) Peso (Kg)	Até 1,50	1,51 a 1,60	1,61 a 1,70	1,71 a 1,80	1,81 a 1,90	Acima de 1,91
Até 50	D23	D23*/20	D23/20*	D20	-	-
51 a 60	D26	D26*/23	D26/23	D23	-	-
61 a 70	D28	D26/28*	D26/28*	D26/28*	D26	-
71 a 80	-	D33	D28/33*	D28/33*	D28	-
81 a 90	-	-	D33	D33*/28	D33*/28	D28
91 a 100	-	-	D40	D40/33*	D33	D33
101 a 120	-	-	D45	D40	D40	D40/33*
121 a 150	-	-	-	D45	D45/40*	D40

Observações importantes:

- O * significa que é a densidade preferencial.
- Quando for um casal, opte pela densidade da pessoa mais pesada.
- Para recém-nascidos e crianças de até três anos, pode ser utilizada a densidade D18.



Quer saber mais?

 @ineroficial

 www.iner.org.br



PROMOVEMOS ESCOLHAS CONSCIENTES PARA UM SONO SAUDÁVEL!

Temos ao nosso lado a DOW, empresa associada ao INER, que nos proporciona suporte no desenvolvimento de estudos laboratoriais, a fim de garantir que os produtos com Certificado Pró-Espuma tenham as melhores qualidade e pureza de espumas do mercado.



VAI COMPRAR UM COLCHÃO?

As indústrias com produtos que recebem a certificação Pró-Espuma são submetidas à uma auditoria quadrimestral, realizada pelo laboratório Falcão Bauer, na qual os produtos certificados são recolhidos aleatoriamente e submetidos a rigorosos testes e análises que garantem a qualidade das espumas e a montagem estrutural dos colchões.



Quer saber mais?

@proespuma

www.proespuma.org.br

