

# ¿Qué colchón me compro?

¿Qué colchón me compro? Esa fue la pregunta que llevábamos tiempo haciéndonos. Nosotros tenemos «problemillas» con la espalda, lumbalgias, contracturas, etc... y cosillas de esas. Desde siempre hemos dormido en colchones duritos, ya que en ellos descansábamos mejor.

**El primer colchón** que nos compramos, hace más de 20 años, era uno de los clásicos multielastic reforzados, que **nos duró más de 10 años**. Pero el problema llegó cuando hubo que cambiarlo.

En ese momento, en el mercado encontramos **muchísimos tipos de colchón**, de espuma, muelles, látex, etc... y con diferentes grados de firmeza. No sabíamos cuál comprar y no meter la pata. Pero **si no te asesoran bien, lo más seguro que metas la pata** y más de una vez. En nuestro caso, **2 colchones en 5 años ¡horroroso!** porque con ninguno de ellos hemos dormido bien desde el primer día, y la espalda nos dolía más que nunca.

Y para el último, un poco desesperados, nos fuimos al Corte Ingles con la pregunta **¿Qué colchón me compro?**.

La chica que nos atendió, se quedó un poco perpleja cuando le contamos nuestra experiencia. **Entonces llegaron sus preguntas:**

- **¿Cómo duermes?**

- Si duermes boca arriba, en posición supina, sobre la espalda, debes escoger colchones duros.

- Si duerme de lado, te puede convenir un colchón de menor firmeza, que permita al hombro hundirse levemente, hasta encontrar una posición cómoda.

#### ▪ **¿Cuánto pesas?**

- Si pesas bastante, necesitarás colchones firmes, que ofrezcan buena sujeción. En un colchón blando te hundirías en exceso.
- Las personas más ligeras necesitan también colchones de mayor flexibilidad, que se adapten a su forma para repartir mejor el peso.

#### ▪ **¿Te mueves mucho?**

- Si te mueves mucho mientras duermes te conviene un colchón algo más duro que te permita girarte sin esfuerzo. En un colchón blando te hundirías demasiado, y te costaría girar, lo que resulta incómodo.

#### ▪ **¿Pasas calor?**

- Si pasas calor, sudas con facilidad o vives en un lugar cálido, los colchones de muelles pueden convenirte más, pues se ventilan mejor y son más frescos.
- Si eres friolero o vives en un lugar frío, los modelos de espuma, de látex o de material viscoelástico guardan más el calor.

**Dos horas!!!** dos, estuvimos **probando y descartando colchones**. Al final cada uno quería una firmeza distinta, pero nuestra cama es de 135 cm y no podíamos poner dos camas.

Pero si tuvimos una solución. **El colchón Magister Sofía**, colchón firme de espumaciones técnicas y viscoelástica, acolchado Air soft y **con dos zonas independientes de firmeza.**



**Por fin dormimos, pero sobre todo descansamos!!!!!!** ¿El precio? es mejor esperar a rebajas u otros descuentos, por que el colchón es caro, por lo menos para nosotros, pero merece la pena, llevamos con el casi un año y estamos encantados.