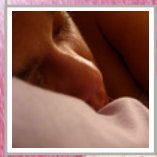
poliuretano é

le qualità del poliuretano espanso flessibile

www.poliuretano-e.it

numero 65 Febbraio 2020



le Qualità

Organizzare il riposo 1

i Consigli Acari

2

i Consigli

Posizione del letto 3

gli Esperti Spazio domestico

4

gli Esperti

Mal di schiena 5

Organizzare il riposo

■ Per ciascun professionista che opera nel campo dell'ideazione ed organizzazione degli spazi interni di una abitazione privata, di un albergo o di altro luogo deputato al riposo, è molto importante seguire una serie di regole base che possono aiutare a superare problemi specifici relativi alla funzionalità della camera da letto.
In primo luogo il progettista, sia esso architetto o arredatore, deve operare un progetto selezionando i prodotti più consoni alle richieste dei committenti: nel caso dei materassi e guanciali la scelta deve mettere in relazione la corporatura, il peso e le abitudini proprie degli abitanti della casa con l'individuazione del prodotto migliore per garantire un elevato livello di comfort.
Se si tratta di una abitazione privata dove soggiorna una famiglia, la metodologia più corretta è quella di partire da un profilo base dei singoli utenti: se, ad esempio, i due coniugi presentano caratteristiche fisiche decisamente diverse tra loro (uno snello, l'altro robusto, e così via) è preferibile operare una scelta personalizzata della coppia materasso e guanciale, perché la scelta di un solo materasso matrimoniale finirebbe probabilmente per non soddisfare pienamente nessuno dei due.

Combattere la formazione degli acari

■ Tenere l'ambiente asciutto e con una buona areazione, curare in modo particolare la pulizia di divani, tende, lenzuola e materassi sono regole importanti da seguire per alleviare l'intolleranza verso pollini e polvere. Ma tutto questo non basta ed è necessario puntare anche su materiali di qualità per contrastare la colonizzazione degli acari, sia per il rivestimento che per l'interno del materasso. L'abbinamento tra un massello in poliuretano di qualità con un rivestimento performante rappresenta il mix giusto per garantire salubrità.

Nel caso del rivestimento, le imbottiture in tecnofibra sono particolarmente adatte per contrastare la proliferazione degli acari e quindi possono essere di grande aiuto a chi soffre di allergie e ipersensibilità. Le tecnofibre, chiamate anche fibre artificiali o sintetiche, sono ottenute da vari materiali quali poliestere e cellulosa. Dai polimeri prodotti per sintesi, che si presentano in forma granulare o come polvere, attraverso un particolare processo di filatura si producono delle tecnofibre che vengono accoppiate alle fibre naturali per migliorarne la resistenza all'usura, alle muffe ed ai batteri. In particolare le fibre antimicrobiche in cui sono stabilmente integrati nel polimero degli ioni d'argento su supporto ceramico sono tra le migliori per contrastare la proliferazione batterica, riducendo il rischio di allergie, e protegge da germi patogeni prevenendo dermatosi ed irritazioni cutanee.

La posizione del materasso

■ Un materasso in poliuretano, così come per le altre tipologie di prodotti, esprime al meglio le proprie qualità se trova una corretta collocazione all'interno della casa. Il corretto soleggiamento del luogo nel quale si trova il letto, il grado di areazione ed il tasso di umidità presenti nel locale sono parametri importanti che contribuiscono a valorizzare al massimo le prestazioni del poliuretano.

Le camere da letto dovrebbero essere poste nella parte est o nord-est della casa in modo tale da ricevere il sole la mattina quando usualmente si aprono le finestre per effettuare l'arieggiamento del materasso, del cuscino e delle relative coperte.

Inoltre la posizione ad est mantiene maggiormente le condizioni termiche ideali per la presenza ed il riposo delle persone all'interno dei locali e ciò si riflette sulla qualità del rapporto tra l'utente e la zona letto.

La forma, il colore e l'orientamento di un edificio giocano un ruolo fondamentale nel risparmio energetico e nella propagazione uniforme del calore solare all'interno dell'ambiente in cui viviamo. E' importante che tutte le stanze possano ricevere la luce diretta del sole per qualche ora al giorno in quanto le radiazioni solari hanno un effetto purificante nei confronti dell'aria della nostra casa e stimolano positivamente l'attività umana. Nella camera da letto il periodico ricambio d'aria mattutino rappresenta una fondamentale operazione per mantenere l'ambiente in condizioni di salubrità.

L'organizzazione dello spazio domestico

■ La corretta organizzazione degli spazi dedicati al riposo quotidiano è estremamente importante al fine di garantire il benessere psico-fisico dell'abitante. Non solo spendiamo circa 50 - 60 ore settimanali riposando nella nostra camera da letto (rispetto alle 30 - 40 ore che destiniamo all'attività lavorativa), ma mentre dormiamo il nostro corpo cerca di guarire se stesso dallo stress e dai traumi della giornata.
Le proporzioni della camera da letto sono un elemento importante: se infatti è vero che mediamente le superfici adibite a camere sono comprese tra 9 e 14 mq, è altrettanto importante che il letto sia attorniato, almeno su tre lati, da una fascia di passaggio di circa 75 cm minimi: questo spazio perimetrale agevola diverse operazioni importanti per la corretta manutenzione del materasso, dal suo quotidiano arieggiamento alla facilità di capovolgerlo o riassettarlo di mattina.
L'esposizione della camera ai raggi solari è in relazione al suo posizionamento nella zona est dell'appartamento. Diversi studi internazionali hanno rilevato come la luce naturale sia in grado di penetrare in uno spazio interno per una profondità pari a 7 metri. Pertanto, con un corretto orientamento delle finestre, si può raggiungere una giusta dose di soleggiamento che permette il mantenimento di condizioni climatiche corrette che favoriscono le migliori prestazioni del poliuretano.

Mal di schiena e sedute

■ Anzitutto occorre considerare che è praticamente impossibile individuare in maniera univoca le cause che generano il mal di schiena. Certamente è importante analizzare l'assetto posturale della persona affetta da dolore alla schiena, ovvero come il corpo si posiziona sul letto e come sono disposti i segmenti corporei. Allo stesso tempo, occorre considerare i principali fattori che inducono il nostro corpo ad accendere la "spia luminosa" del dolore alla schiena, passando dalle considerazioni di natura teorica all'osservazione del caso pratico.

Il mal di schiena non è sempre una condizione che subentra in acuto ma piuttosto un dolore che si acuisce nel corso del tempo attraverso la sommatoria di una serie di crescenti disfunzioni. In questo contesto, le cause possono provenire da numerosi fattori quali la sedentarietà, la il prolungato tempo speso dal soggetto in posizione seduta, la mancanza di un corretto coordinamento posturale, l'obesità, sindromi addominali, oppure un eccessivo stress fisico.