

Bien choisir sa literie

La literie est un **marché** qui n'a jamais cessé de **progresser** ou, qui lorsque toutes les autres familles de produits s'effondraient, a réussi à rester stable.

La chambre adulte se porte bien et les lits deviennent de plus en plus grands.

Les fabricants doivent faire preuve d'**innovations** pour toujours coller au plus près de vos besoins : de nouvelles technologies permettent de réaliser des couchages personnalisés de grand confort et ergonomiques.

On assiste à l'arrivée de produits très **contemporains** comme la laque ou le métal mais le bois est toujours plébiscité même s'il s'éclaircit.

Chaque année des études montrent que le **bien dormir**, nécessaire pour la santé, dépend de la literie. Des scientifiques arrivent à le prouver en testant des personnes pendant leur sommeil.

Bien dormir ou mieux dormir est devenu un combat commun entre tous les acteurs de la profession.

Morphée réalise vos **rêves** et vous aide au travers de ce catalogue à comprendre ce milieu technique et complexe.

Votre literie doit :

- **Favoriser le relâchement** de votre corps
- **Etre adaptée à chaque morphologie** pour soutenir de manière uniforme toutes les parties de votre corps.

Choisir son matelas dépend de plusieurs critères : morphologie, taille, position, fragilité du dos...

Pour **obtenir un bon couchage**, le sommier joue un rôle fondamental. Il est fortement recommandé de changer de literie tous les 10 ans, **mais pourquoi ?**

En changeant de literie, vous **améliorez la qualité récupératrice de votre sommeil !**

Comment repérer les signes d'une literie usagée ?

- Votre matelas présente des marques d'usure visibles
- Vous vous réveillez avec des douleurs au dos
- Déformation ou affaissement : si vous ressentez les ressorts, vous vous enfoncez ou que votre lit garde l'empreinte de votre corps
- Vous n'avez pas assez de place
- Votre literie émet des odeurs désagréables
- Vous préférez dormir ailleurs que dans votre propre lit

Le confort d'un matelas dépend de la composition de son âme et de son matelassage.

Le matelas en mousse

La mousse polyrétane, est une **matière alvéolaire dense et résiliente**.

La **densité** du matelas détermine sa **fiabilité**. Plus la densité est élevée plus le matelas bénéficie d'une garantie importante.

La densité moyenne est de 40 kg / m³ pour le HR et 60 kg/m³ pour le HD.

Le matelas en latex

Il offre une vraie **indépendance de couchage**, avec une excellente aération et évacuation de l'humidité.

Son extrême élasticité est synonyme de confort. Il offre différents niveaux de soutien et est reconnu pour ses qualités **hypoallergéniques**.

Le **latex naturel** présente une qualité de **résilience de haute performance** contribuant à proposer des confort enveloppants et fiables

Le matelas ressorts

Il favorise un soutien ferme, dynamique et progressif. Il est capable de résister à de fortes pressions, conseillé aux **personnes agitées** pendant leur sommeil.

Les ressorts ensachés permettent une indépendance de couchage importante.

Ressorts biconiques : pour les **personnes corpulentes** car ils sont plus étroits au milieu.

Le sommier contribue au confort du matelas en fonction de sa technique de suspension.

Sommier à lattes

Habillé ou non, à lattes actives ou passives, votre sommier est généralement un produit ferme. Des lattes nues associées à des rotules en rotations constituent un sommier plus ergonomique.

Le sommier à ressorts

Il est principalement associé aux matelas à ressorts. Le sommier à ressorts ensachés contribue à apporter plus de profondeur de confort.

Le sommier à plots

Cette nouvelle technologie en terme de suspension apporte les avantages du ressort et de la latte. Ce sommier moyen et haut de gamme est plutôt adapté aux matelas alvéolaires.