S MODA EL PAÍS

Luz roja, sprays para almohadas y ruido blanco: cómo acondicionar una habitación para dormir bien

Anna Blanqué, directora de marketing de Velfont, pone el foco en los textiles. "Los textiles con los que estamos en contacto toda la noche forman parte del microentorno donde respiramos durante horas: almohadas, protectores de colchón, sábanas bajeras y rellenos nórdicos pueden acumular alérgenos, humedad y polvo", explica. Su gama AlerProTECH incorpora probióticos activos en el tejido para reducir la presencia de los cuatro alérgenos más habituales en el hogar: ácaros, polen, perros y gatos.

Como recomendación general, "hay que ventilar, cerrar las ventanas en las horas de más polen, lavar la ropa de cama con frecuencia, controlar la humedad, aspirar en lugar de barrer y reducir acumuladores de polvo como alfombras, peluches o cortinas pesadas", dice Blanqué. En época de polen, añade, conviene no tender la ropa en el exterior, ducharse al llegar a casa, cambiarse de ropa o lavarse el pelo antes de acostarse para llevar menos alérgenos al dormitorio.



Funda de colchón AlerProTECH, de Velfont. Funda impermeable, transpirable y antialérgenos. Incorpora tratamiento con probióticos, pensado para reducir la presencia de ácaros, polen y alérgenos de perros y gatos, sin recurrir a biocidas. Protege el colchón de polvo, suciedad y líquidos. 41,85 €