

La importancia de un buen descanso depende en gran medida del canapé, según Confortonline.es

El descanso tiene un impacto directo en el bienestar de las personas. Confort Online desvela la importancia de la correcta elección de un canapé, para que el descanso sea efectivo

Descansar correctamente por la noche es fundamental para gozar de un buen estado de bienestar. Durante ese periodo de descanso, el organismo de la persona recupera su energía lo que permite que ésta pueda afrontar el día a día con un buen grado de motivación. Los expertos recomiendan dormir unas 8 horas de sueño para que el reloj biológico funcione correctamente. Expertos, como www.confortonline.es, alertan de que factores como el estrés, las pantallas o la propia cama influyen directamente en la calidad del sueño.

La cama: una fiel compañera de viaje

Se estima que unos 25 años de la vida de una persona ésta se los pasa durmiendo. Atendiendo a estos sorprendentes datos, la calidad del sueño tiene un enorme impacto en cómo una persona va a afrontar su jornada diaria.

Según apuntan los expertos el ritmo de vida acelerado y la exposición continuada a las pantallas no favorecen un buen descanso. Sin embargo, alterar estas pautas de consumo resulta muy complejo. Ante esto, desde <https://www.confortonline.es/> invitan a tomar conciencia de la importancia de contar con una buena cama. "Podemos ver como un sacrificio el hecho de no tener contacto con una pantalla dos horas antes de irnos a la cama. También podemos ver difícil no estresarnos con el trabajo, dada la hiperconexión que diluye los límites entre la vida laboral y la personal. Sin embargo, cuesta encontrar una excusa para no invertir en un elemento tan importante como una cama", afirman desde la empresa.

El canapé, un elemento fundamental en el descanso

Es común atender a la importancia del colchón, pero los profesionales insisten en que no es el único elemento que influye en el buen descanso. "Tendemos a pensar que lo más importante de una cama es el colchón, pero si no se cuenta con un canapé de calidad, el descanso no resultará tan bueno".

En este sentido, la elección de un buen binomio canapé – colchón garantiza un mejor sueño. Las características del canapé pueden cambiar la naturaleza del descanso. "Un canapé sólido influye en la sensación de firmeza durante el sueño, mientras que uno de láminas o un canapé tapizado puede generar una sensación de mayor ligereza. Es importante elegir un canapé que se adapte a los gustos de la persona, por eso contamos con un sinfín de ofertas confortonline".

El canapé y la tranquilidad de tener todo en orden

Recientemente profesionales como Marie Kondo han impulsado una fiebre del orden. Este tipo de expertos han puesto encima de la mesa cómo la organización de un lugar afecta al estado emocional

de las personas que en él se encuentran. Por ello, ha crecido la demanda del Canapé Abatible.

"Este canapé permite guardar elementos bajo él. Ante la escasez de metros en las viviendas modernas, este tipo de canapé da una solución perfecta a los usuarios. Permite que las personas cuenten con un lugar de almacenaje perfectamente diseñado para mantener el orden de zapatos, sábanas, mantas y demás".

Datos de contacto:

Confort Online

<https://www.confortonline.es>

868 97 30 59

Nota de prensa publicada en: [Madrid](#)

Categorías: [Interiorismo](#) [E-Commerce](#) [Consumo](#)

NotasdePrensa

<https://www.notasdeprensa.es>