



¿Tienes que cambiar de cama y te planteas cómo puedes hacer una elección adecuada? A continuación te acercamos algunas claves que te pueden ser de ayuda a la hora de seleccionar la cama que más cómoda te puede resultar.

Cómo escoger la cama perfecta

Escoger la cama que más se ajuste a tus necesidades es un aspecto clave para obtener un

buen descanso. De lo contrario, si se tiene un descanso deficiente podrás acabar teniendo muchos problemas de salud, que pueden ir desde los dolores musculares a los articulares. Además, dormir mal afecta a otros factores como el estrés y puede provocar enfermedades.

Ten presente el espacio disponible

Uno de los puntos a tener en cuenta es el espacio que tienes disponible a la hora de poner a la cama porque va a determinar las medidas que podrá tener la máxima. Se debe tener en cuenta que alrededor de la cama debe tener un metro libre. Esta cantidad de espacio es fundamental para que se pueda circular libremente por el espacio y también para que las puertas puedan abrir y cerrar libremente.

Altura

El siguiente aspecto que debes tener en cuenta es la altura que tienen las personas que van a dormir en la cama. Lo recomendable para que sea cómoda verdaderamente es que tenga entre 15 y 20 centímetros sobre la altura de la persona que vaya a usarlo, Otro aspecto a tener presente es el propio ancho de la cama.

Precio

Es importante que tengas presente cuál es tu presupuesto antes de hacer la compra del mobiliario porque la mayoría de las veces acaba condicionando las elecciones en este sentido que se hacen. Una vez se deja claro cuál es la cantidad de dinero que se puede destinar precisamente para llevar a cabo a la adquisición de la cama verás como las opciones que tienes a tu alcance ya son más acotadas y hacer la elección correcta será más sencillo.

Funcionalidad

La funcionalidad que buscas que tenga la cama es otro de los puntos importante. Piensa si buscas una cama que tenga sólo la función básica de ser un lugar para descansar o si quieres que tenga otros aspectos también como un espacio de almacenamiento, cajones, etc. Incluso encontrarás otras que tendrán en su interior o parte de abajo una cama adicional. Piensa en qué necesitas según tus circunstancias: [comprar camas abatibles](#) , dobles, individuales... y a partir de ahí escoge el modelo que consideres más adecuado.

Tipos de cama

En la actualidad puedes encontrar en el mercado diferentes tipos de camas en función del material con el que estén realizada, su tamaño, etc. Los detallamos.

En función del tamaño

Si nos centramos en los tipos de cama que puedes encontrar en función del tamaño de la misma veremos que se pueden dividir en dos grandes grupos. Los modelos individuales y las camas matrimoniales. Las camas individuales pueden tener una plaza o una plaza y media y en el caso de las camas matrimoniales pueden tener dos plazas. En la actualidad se pueden encontrar dos tipos de camas matrimoniales más grandes, las conocidas como Queen size, que cuentan con un ancho de 1.80 y un largo de 2 metros, y las llamadas King size, que tienen 2 x 2 metros.

Según los materiales

Las camas, generalmente, si atendemos al tipo de material con el que están hechas pueden ser de madera o metal. La madera se caracteriza por ser un material noble y duradero que se caracteriza por aportar calidez al ambiente en todo momento. Por otro lado, las opciones realizadas a base de metal como el aluminio, que son la posibilidad más económica, dan un aspecto moderno a cualquier ambiente.

El estilo

Algo que va bastante de la mano de los materiales con los que pueda estar realizada la cama en cuestión es el estilo de la misma. Intenta que la pieza guarde una armonía con el resto de la decoración del espacio y la casa, en general. De este modo, optar por camas con materiales metálicos será propio de ambientes industriales o más modernos mientras que los espacios más cálidos buscarán las opciones de madera.

Se trata de aunar lo mejor de la estética con la comodidad y un precio apto para tu bolsillo y para ello son varios los aspectos que se han de tener presentes, tal y como hemos desgranado. Seguir estos pequeños pasos cuesta muy poco esfuerzo y serán claves para hacer una buena elección al comprar tu cama.