

# TEST

## COME TESTIAMO E VALUTIAMO

Marche e modelli sono selezionati per coprire il più possibile il mercato. I campioni sono acquistati anonimamente nei punti vendita, trasportati e conservati in modo da garantire la loro integrità fino alla consegna in laboratorio. I laboratori che effettuano i test per conto di Altroconsumo sono indipendenti e di comprovata esperienza, così come gli esperti che effettuano le nostre prove. Le prove pratiche e di assaggio sono effettuate su campioni anonimi, in modo che i consumatori o gli esperti che le realizzano non vengano in alcun modo influenzati nella loro valutazione. I dati ottenuti nelle diverse prove sono valutati in base a criteri rigorosi: i giudizi vengono riportati in tabella con un numero di stelle, da uno (pessimo) a cinque (ottimo). La qualità globale è espressa da una valutazione in centesimi e i prodotti sono sempre elencati in ordine di qualità. Se un prodotto non supera le nostre prove di sicurezza o ha gravi problemi di conformità, il giudizio globale è sostituito da questo simbolo: ⚠

Il colore blu scuro nelle tabelle indica i prodotti di qualità globale ottima, il blu chiaro di qualità buona, il grigio chiaro di qualità media, il grigio scuro di qualità bassa

 **MIGLIORE DEL TEST**  
Migliore qualità globale del test, a prescindere dal prezzo

 **MIGLIOR ACQUISTO**  
Qualità globale almeno buona e il rapporto tra giudizio globale e prezzo o il costo d'uso più conveniente

 **MIGLIOR PREZZO**  
Qualità globale media e rapporto tra qualità globale e prezzo o costo d'uso più conveniente.

 **MIGLIOR SCELTA GREEN**  
Massimo giudizio in impatto ambientale (5 stelle) e giudizio globale buono od ottimo

 **MEGLIO EVITARE**  
Il prodotto ha gravi problemi di conformità o di sicurezza



Per sapere come testiamo e valutiamo vai su [www.altroconsumo.it/metodo-test](http://www.altroconsumo.it/metodo-test)

# IL SOLLIEVO DEL SONNO

Sfatati tutti i miti che avvolgono il giaciglio di Morfeo: rigidità, spessore, numero di strati, prezzo... Il materasso migliore costa meno della media ed è il più sostenibile.

di Matteo Metta



**M**agari bastasse un materasso per mettere le ali al sonno e finire come per magia tra le accoglienti braccia del dio Morfeo (che di ali è in effetti dotato). Purtroppo è solo una favola, anzi *la* favola che chi produce e vende materassi ci propina a ogni piè sospinto, anche per disporci meglio a un acquisto spesso esoso. D'altronde, cosa sarà mai spendere centinaia e perfino migliaia di euro per accaparrarsi un super-materasso se questo può regalarti – si fa per dire – serafici sonni, che sono il passaporto per una salute migliore e una vita

più lunga? Se innumerevoli sono gli studi scientifici che provano quanto sia importante per la salute dormire bene e quanti danni invece possa causare l'insonnia (maggiore rischio per infarto, ictus, diabete di tipo 2, sindrome metabolica: la lista potrebbe proseguire ancora a lungo), per contro non esiste alcuna prova sul ruolo cruciale del materasso nell'allontanare notti inquiete e continui risvegli. Come esserne stupiti? «Il letto è il campo dello spirito liberato dal peso» ci illumina Paul Morand, che fu amico di Marcel Proust; il giusto materasso può al massimo assicurarci

un po' di comfort, è improbabile che riesca ad alleggerire il peso interiore. Soggiornando in albergo, a più di qualcuno sarà capitato, dopo una lunga notte di sonno ininterrotto e riposante, di ritrovarsi a scostare il lenzuolo di sotto del letto alla ricerca della marca del materasso (magari uno di quei materassi massicci e vertiginosamente alti, ora di gran moda ma sopravvalutati, come dimostrano i risultati del nostro test). Ebbene, quasi sicuramente il merito di quella gloriosa dormita è della vacanza, non certo del materasso più comodo. Anche perché su un fatto si ►



Il sonno è l'orologio della salute. Ritrova il giusto passo con la guida che spiega cosa davvero serve per

### **Dormire bene**

Tua con un contributo di 1,95 €

[www.altroconsumo.it/inpratica](http://www.altroconsumo.it/inpratica)



## LA NOSTRA SCELTA: MATERASSI



**77** QUALITÀ OTTIMA

### ZENO Zeno+

449 € (materasso singolo)

**PRO** Noto per le performance ambientali. Particolarmente adatto per chi dorme disteso sulla schiena e ha una corporatura esile.

**CONTRO** Si può acquistare solo online.

**IL NOSTRO PARERE** Conquista sia il titolo di Migliore del Test sia quello di Miglior Scelta Green. Di qualità ottima, molto durevole e con un prezzo ben al di sotto della media.



**69** QUALITÀ BUONA

### IKEA Akrehamn rigido 404.816.67

219 € (materasso singolo)

**PRO** Ottiene un eccellente risultato nelle valutazioni di sostenibilità, in particolare per la durabilità.

**CONTRO** Potrebbe migliorare nei parametri "comfort" e "sostegno del corpo sul fianco".

**IL NOSTRO PARERE** Ottiene la palma di Miglior Scelta Green. Si distingue per la convenienza.



**67** QUALITÀ BUONA

### IKEA Valevåg rigido 104.507.09

189 € (materasso singolo)

**PRO** Nonostante la dichiarata rigidità nel test è risultato decisamente morbido: garantisce comunque un buon sostegno per chi dorme supino.

**CONTRO** Sostegno inadeguato per chi dorme sul fianco e pesa molto.

**IL NOSTRO PARERE** Il Miglior Acquisto è un prodotto di buona qualità con un prezzo imbattibile.

## Il metodo del test

### DATA DI ACQUISTO E DI ANALISI DEI MATERASSI

Si tratta di un test internazionale svolto in ambito ICRT, il consorzio mondiale che promuove ricerche e test su beni di consumo e servizi, con il quale Altroconsumo ha condiviso metodo del test, acquisti dei materassi e valutazioni. I materassi in vendita in Italia selezionati per il test sono stati acquistati da Altroconsumo in negozi fisici e online, tra maggio e giugno 2022.

### LA SCELTA DEI MODELLI

Per scegliere i materassi da testare abbiamo contattato i produttori più importanti, chiedendo di indicarci sia i loro bestseller sia le nuove uscite. Dopodiché è stata effettuata la selezione finale dei modelli.

### IL PESO DELLE PROVE

I materassi sono stati sottoposti a numerose prove, che possiamo condensare in quattro macrocategorie, ciascuna delle quali concorre a determinare il giudizio globale con un diverso peso percentuale: sostegno del corpo complessivo (40%), durabilità (30%), comfort (15%), sostenibilità ambientale (15%).

Per ulteriori dettagli sulla scelta dei materassi testati, sul peso delle prove e, più in generale, sul metodo del nostro test, vedi:

[www.altroconsumo.it/metodo-test-materassi](http://www.altroconsumo.it/metodo-test-materassi)

► può stare certi: non esiste il materasso perfetto, capace di soddisfare tutti, ma solo quello più adatto a ciascuno di noi.

### Un acquisto a riposo

Sono tante le variabili in gioco: la corporatura, il peso, la posizione che si è soliti assumere per dormire (supina o di fianco), la presenza o no di acciacchi vertebrali, se si preferisce stare sul rigido o sul morbido, se si soffre di più il freddo o il caldo. Ecco perché, quando si sceglie un nuovo materasso è il caso di pensarci bene, o meglio di non pensarci affatto: lasciare la mente a riposo e far decidere il corpo. Sdraiarsi su un materasso in vendita in un negozio vale infinitamente di più del profluvio di parole di una televendita. Fortunatamente chi fa acquisti a distanza (online o dalla tv) ha dalla sua il diritto di recesso: 14

Materasso  
(singolo)

	PREZZO	CARATTERISTICHE						RISULTATI					QUALITÀ GLOBALE %
		In euro min-max (ottobre 2022)	Materiale principale	Spessore (cm)	Rigidità misurata	Intensità dell'effetto memory	Livello di calore	Sostegno del corpo in posizione supina	Sostegno del corpo sul fianco	Comfort	Durabilità	Sostenibilità ambientale	
 <b>ZENO</b> Zenos+	449	Poliuretano	21,5	media	media	medio	★★★★★	★★★	★★★★	★★★★★	★★★★★	77	
<b>EMMA</b> Hybrid premium	563-620	Molle	24	media	bassa	medio	★★★★	★★★	★★★★	★★★★★	★★★★	75	
<b>FABRICATORE</b> Super comfort	1.165	Molle	25	media	media	medio	★★★★	★★★	★★★★	★★★★★	★★★★	72	
<b>LORDFLEX'S</b> Lady memory	608	Molle	25	media	media	fresco	★★★★	★★★	★★★	★★★★★	★★★★	70	
<b>VERADEA</b> Memory gel top	610	Poliuretano	28	media	media	medio	★★★★	★★★	★★★★	★★★★	★★★★	70	
 <b>IKEA</b> Akrehamn rigido 404.816.67	219	Poliuretano	19	media	media	caldo	★★★★	★★★	★★★	★★★★★	★★★★★	69	
<b>MANIFATTURA FALOMO</b> Balance de luxe	730-967	Molle	28,5	morbido	media	fresco	★★★★	★★★★	★★★★	★★★★	★★★	68	
 <b>IKEA</b> Valevåg rigido 104.507.09	189	Molle	24	molto morbido	n.d.	medio	★★★★	★★	★★★★	★★★★★	★★★★	67	
<b>VERADEA</b> Ibrido	560	Molle	26,5	morbido	bassa	fresco	★★★★	★★★	★★★★	★★★★★	★★★★	67	
<b>MANIFATTURA FALOMO</b> Evo de luxe	560-690	Molle	29,5	media	media	medio	★★★★	★★★	★★★	★★★★★	★★★★	67	
<b>DREAMNESS</b> Mizar	595	Molle	27	rigido	n.d.	fresco	★★★★	★★★★	★★★	★★★★	★★★★	66	
<b>IKEA</b> Vågstranda rigido 204.507.42	299	Molle	27	molto morbido	n.d.	fresco	★★★	★★★	★★★★	★★★★★	★★★	65	
<b>ENNEREV</b> Absolute 1600 super rigido - kapok	650-950	Molle	25	morbido	n.d.	fresco	★★★	★★★	★★★	★★★★	★★★★	64	
<b>MORFEUS</b> Feel	680	Molle	29	molto morbido	bassa	medio	★★★	★★★	★★★★	★★★★★	★★★★	64	
<b>ENNEREV</b> Feeling 5	470-530	Molle	25	morbido	bassa	fresco	★★★	★★★	★★★★	★★★★★	★★★	63	
<b>FORMA BED</b> Nivola	450	Poliuretano	23	morbido	media	medio	★★★	★★★	★★★	★★★★	★★★★	61	
<b>MORFEUS</b> Gemini	580	Molle	28,5	media	n.d.	fresco	★★★★	★★★	★★★★	★★★★	★★★	60	

n.d. non disponibile

RISULTATI COMPLETISI [www.altroconsumo.it/materassi](http://www.altroconsumo.it/materassi)
 qualità ottima
 qualità buona
 qualità media

giorni per ripensarci e rispedire al mittente la merce, anche se bisogna rimbollarla e pagare le spese di riconsegna (se è previsto che siano a carico del cliente). Mai fidarsi neppure delle classificazioni adottate dai produttori. Caso emblematico quello di Ikea Valevåg rigido, che alla prova del test non solo non è risultato per nulla rigido, ma addirittura molto morbido. A parte questa incongruenza, peraltro non rara tra i materassi, il modello Ikea Valevåg dimostra nel complesso buone prestazioni che, unite al prezzo davvero impareggiabile, gli valgono il titolo di Miglior Acquisto. Poiché i produttori hanno facoltà di usare con molta disinvoltura definizioni e classificazioni, abbiamo verificato in laboratorio tutte le caratteristiche (materiali usati, rigidità, spessore, intensità dell'effetto

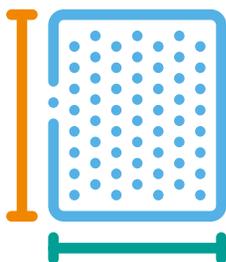
memory, livello di calore) che contraddistinguono ciascun materasso, in modo da offrirvi informazioni certe e convalidate sulle differenze tra i diversi modelli. Queste misure non hanno alcun peso nel calcolo della qualità globale, dato che non rientrano nell'ambito delle prestazioni di un materasso, ma in quello delle caratteristiche: non ce n'è una migliore o peggiore, dipende dalle preferenze dell'acquirente. Le performance del materasso sono legate ad aspetti quali il sostegno del corpo, il comfort o la durabilità: parametri che infatti concorrono a determinarne il giudizio globale. In ogni caso, ciascuna valutazione è sostenuta da prove e misure che il laboratorio ha eseguito grazie all'uso di apparecchiature e dispositivi specifici, seguendo gli standard europei vigenti.

### Una scelta sostenibile

La novità di questo test sui materassi è la valutazione dell'impatto ambientale, grazie alla quale, a partire da questo articolo, siamo in grado di assegnare ai materassi meritevoli la palma di Miglior Scelta Green: è andata ai prodotti Zeno Zenos+ (che è anche Migliore del Test) e Ikea Akrehamn rigido (qualità buona). Il primo ha un prezzo decisamente sotto la media, il secondo è tra i modelli in assoluto più economici della nostra selezione, segno che sostenibilità e convenienza possono andare d'accordo. Il giudizio sulla sostenibilità tiene conto di molti parametri, dall'impronta di carbonio alla riciclabilità, dalla durabilità alla qualità costruttiva, fino alle certificazioni ambientali. L'impronta ecologia (in inglese *carbon footprint*) è il risultato di diversi

## I RISULTATI DEL TEST SFATANO I MITI

**Dietro il complicato frasario dei venditori di materassi – strati di schiuma a diversa densità, materiali viscoelastici a lento ritorno, blocchi ergonomici, lastre ultratraspiranti con sistemi di ventilazione – la realtà è ben più semplice.**



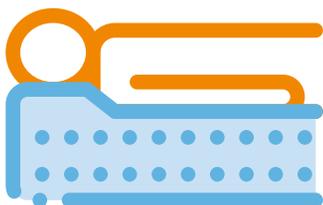
### LO SPESSORE

Per quanto i venditori spingano i modelli dalle altezze vertiginose (30 cm), la bontà di un materasso non è legata al suo spessore. Modelli di 19-21 cm sono venuti meglio di quelli più alti.



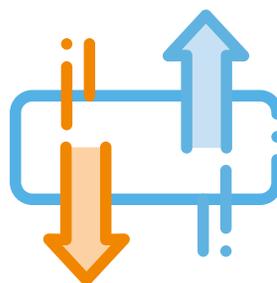
### NUMERO DI STRATI

Essere multistrato non è di per sé un segno di qualità. Nei nostri test i materassi più semplici hanno ottenuto punteggi molto buoni e spesso migliori di quelli con più strati dai nomi altisonanti.



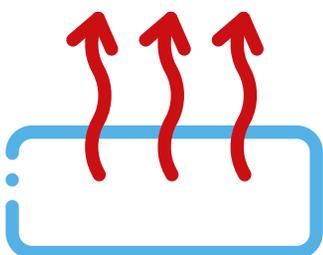
### RIGIDITÀ

Rigido non è – come si crede – sinonimo di ortopedico, e neppure di migliore. Si deve valutare caso per caso: alcuni materassi rigidi non sono usciti molto bene dal test (ma è successo pure a diversi modelli morbidi).



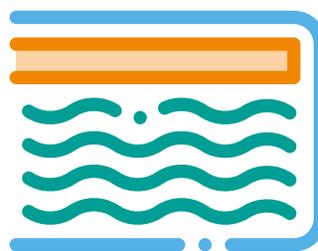
### TRASPIRABILITÀ

Più il materasso è permeabile, maggiore è la traspirabilità e migliore il ricircolo d'aria: qualità utili per le persone che sudano di più. Peculiarità più dei modelli a molle che di quelli multistrato (spesso spacciati per traspiranti).



### LIVELLO DI CALORE

L'isolamento termico di un materasso non è un indice di qualità. Anche se le eccezioni non mancano, i modelli a molle sono più freschi, quelli in schiuma (poliuretano) più caldi. Questione di gusti: c'è chi soffre il freddo, chi il caldo.



### MEMORY FOAM

La presenza di uno strato di memory foam non influisce sulla qualità del sostegno del corpo. È infatti un elemento che investe più il senso della comodità e il gusto personale che altro: c'è chi apprezza l'effetto memory e chi no.

► calcoli e processi di valutazione: il materasso viene sfoderato e sezionato, gli strati che lo compongono vengono classificati e pesati; infine, sulla base di valori medi europei, si calcolano le emissioni di CO<sub>2</sub> associabili alle fasi di estrazione e di lavorazione di ciascun materiale. Per quanto riguarda la riciclabilità, il laboratorio valuta se è stato fatto uso di colla e quanto sia stato facile separare i vari strati del materasso, requisito fondamentale per rendere agevole riciclare un prodotto a fine vita. Molto importante è la capacità del materasso di durare

a lungo (durabilità). Maggiore è la sua durata, minore sarà la frequenza di sostituzione e più basso l'impatto ambientale. Nelle prove di resistenza si simula un utilizzo di circa dieci anni: un grosso cilindro che pesa 140 kg viene fatto passare su tutta la superficie del materasso per 30mila cicli, dopodiché se ne verifica l'usura (variazioni nell'altezza, nella rigidità e nel grado di sostegno del corpo). Si valutano poi le cuciture e le zip, perché anche la loro qualità incide, seppure in modo non determinante, sulla lunga vita del prodotto.

Quanti anni bisogna tenersi lo stesso materasso? Buon senso e ragioni ecologiche suggeriscono la risposta più lineare: finché è in buono stato. Invece, per motivi igienici, consigliamo di non superare i dieci anni. ■

### OLTRE 70 PRODOTTI

Sul sito, oltre ai risultati completi sui materassi di questo test, trovi decine di altri modelli di diverse categorie a confronto

[altroconsumo.it/materassi](https://altroconsumo.it/materassi)

