

Descubre el futuro del descanso sostenible

Discover the future of sustainable rest

Sebastian Sneider Serrano Mosquera¹, Adrián Aparicio¹

¹ Universidad de Pamplona,

Facultad de Arquitectura e Ingenierías,

Programa de Ingeniería Industrial.

E-mail: {sebastian.serrano2, adrian.aparicio1}@unipamplona.edu.co

Cómo citar: Serrano Mosquera, S. S., & Aparicio, A. (2023). Descubre el futuro del descanso sostenible. Ingeniería, Sostenibilidad Y Sociedad, 1(4), 35-45. <https://doi.org/10.24054/iss.v1i4.3690>

Editorial: Universidad de Pamplona.

Recibido: 01 de junio de 2023

Aprobado: 01 de agosto de 2023

Publicado: 02 de diciembre de 2023



Resumen: El presente trabajo presenta la oferta de colchones hechos a partir de materiales reciclados, resaltando su comodidad y su contribución al cuidado del medio ambiente. Se destacan los beneficios del descanso sostenible, como la reducción de residuos y el apoyo a la economía circular. Se menciona la variedad de opciones personalizadas disponibles y la importancia de las certificaciones ecológicas. Además, se resalta el compromiso de las marcas con la sostenibilidad y se hace hincapié en la educación y concienciación sobre los colchones ecológicos.

Palabras clave: colchones ecológicos, materiales reciclados, sostenibilidad, cuidado del medio ambiente, descanso sostenible, confort.

Abstract: The present article introduces the range of mattresses made from recycled materials, emphasizing their comfort and their contribution to environmental conservation. The benefits of sustainable rest, such as waste reduction and support for the circular economy, are highlighted. The availability of personalized options and the importance of eco-certifications are mentioned. Furthermore, the commitment of brands to sustainability is emphasized, along with the significance of educating and raising awareness about eco-friendly mattresses.

Keywords: ecological mattresses, recycled materials, sustainability, care for the environment, sustainable rest, comfort.

1. INTRODUCCIÓN

En la actualidad, el cuidado del medio ambiente se ha convertido en una preocupación prioritaria para muchos consumidores conscientes. La creciente demanda de productos sostenibles, cita ONU (2023), ha llevado a las empresas a buscar soluciones innovadoras y respetuosas con el planeta.

La aprobación de la Ley 7/2022 sobre la economía circular, donde las industrias deberán asumir los costes relacionados con el tratamiento de sus residuos, ha replanteado en la industria del descanso lograr unos procesos productivos más sostenibles y con menos desechos (Fernández, 2023).

En este sentido, la industria relacionada con el confort, especialmente el descanso, ha dado un gran paso al presentar los colchones hechos a partir de materiales reciclados. En este extenso artículo, exploraremos detalladamente la oferta de colchones ecológicos y cómo su compra puede marcar la diferencia.



Figura 1. Logo de la empresa.

Fuente: elaboración propia. 2023.

Los colchones ecológicos son verdaderas maravillas del diseño, combinando la comodidad con el cuidado del medio ambiente. Estos innovadores productos se fabrican utilizando materiales reciclados de alta calidad, los cuales van desde botellas

de plástico hasta fibras textiles recuperadas.

Mediante tecnologías avanzadas, los materiales reciclados se transforman en una combinación perfecta de confort y sostenibilidad. Los colchones ecológicos ofrecen una construcción duradera y resistente que proporciona un soporte óptimo para tu cuerpo mientras descansas.

Al elegir uno de estos productos, no solo te beneficiarás, sino también al planeta, al contribuir a reducir la cantidad de residuos y al promover una economía circular.

2. EL BENEFICIO DE UN DESCANSO SOSTENIBLE

Además de ofrecer una noche de sueño reparador, los colchones ecológicos brindan una amplia gama de beneficios adicionales:

Al optar por un producto hecho de materiales reciclados, estás apoyando la economía circular y promoviendo la reducción del consumo de recursos naturales.

La fabricación de colchones convencionales requiere el uso intensivo de materias primas y energía, lo que contribuye a la degradación del medio ambiente.

Al elegir un colchón ecológico, participamos activamente en la conservación de los recursos naturales y en la reducción de las emisiones de carbono. Además, estos colchones están diseñados para ser duraderos, lo que significa que resultan un compañero de descanso de calidad durante mucho tiempo.

No solo se invierte en confort, sino también en un producto que no

acompañará en el camino hacia un estilo de vida más sostenible.

2.1. Variedad y opciones personalizadas

El uso de colchones ecológicos ofrece una amplia gama de opciones para adaptarse a las preferencias personales. Ya sea un colchón firme o suave, de muelles o espuma, seguro encontraremos el colchón perfecto para nuestras necesidades.

Además de la variedad de opciones de firmeza y material, muchos fabricantes de colchones ecológicos utilizan materiales libres de productos químicos nocivos. Esto garantiza un descanso saludable y libre de sustancias tóxicas, tanto para ti como para el medio ambiente. Al elegir un colchón ecológico, puedes tener la tranquilidad de que tu descanso no solo será placentero, sino también seguro y saludable.

Al comprar un colchón ecológico, estás dejando un legado positivo para las generaciones futuras. Estás demostrando tu compromiso con el cuidado del planeta y tu deseo de crear un mundo más sostenible. Imagina la satisfacción al contribuir a la protección de los ecosistemas, la conservación de los recursos y la lucha contra el cambio climático.



Figura 2. Colchones ecológicos.
Fuente: Ecologicoz. 2023.

Cada noche que se descansa en un colchón ecológico, estarás respaldando una causa noble y marcarás la diferencia de una manera significativa (Conforterapia, 2023). Además, al ser un consumidor consciente, envías un mensaje claro de que la sostenibilidad es importante y que la demanda de productos respetuosos con el medio ambiente es una prioridad.

3. LA INNOVACIÓN DETRÁS DE LOS COLCHONES ECOLÓGICOS

Los colchones ecológicos se producen mediante procesos innovadores que permiten la transformación de materiales reciclados en productos de alta calidad.

Uno de los materiales más comunes utilizados en estos colchones, señala Dormitienda (2021), es el poliéster reciclado, que se obtiene a partir de botellas de plástico PET.

Estas botellas son recolectadas, limpiadas y trituradas en pequeños fragmentos que luego se convierten en fibras. Estas fibras se hilan y se utilizan para crear la cubierta del colchón, que proporciona suavidad y durabilidad. Además del poliéster reciclado, se utilizan otros materiales como algodón orgánico, látex natural y espumas de alta densidad fabricadas con aceite de soja.



Figura 3. Colchones ecológicos fabricados con botellas recicladas.
Fuente: EC Brands. 23/01/2023.

Al comprar un colchón ecológico, es importante asegurarse de que cumpla con los estándares y certificaciones ecológicas reconocidas. Estas certificaciones garantizan que el colchón ha sido fabricado utilizando materiales reciclados y sostenibles, y que no contiene sustancias tóxicas que puedan ser perjudiciales para tu salud o para el medio ambiente. Algunas de estas certificaciones son:

1. GOTS (Global Organic Textile Standard): Esta certificación garantiza que los materiales utilizados en el colchón sean orgánicos y sostenibles, cita Global Standard gemeinnützige GmbH (2023). GOTS se erige como un inexorable estándar para la producción textil orgánica.

2. GOLS (Global Organic Látex Standard): Certifica que el látex utilizado en la fabricación del colchón, es orgánico y cumple con precisos estándares de sostenibilidad y de calidad (Essentia, 2023).

3. OEKO-TEX Standard 100: Esta certificación asegura que los productos textiles estén libres de sustancias nocivas y cumplan con altos estándares de seguridad y salud. Se han limitado una serie de sustancias y otras se mantienen bajo observación. Se prohíbe el uso deliberado de sustancias perfluoradas y polifluoradas.

La nueva certificación OEKO-TEX ORGANIC COTTON incluye etiquetas de fiabilidad para textiles de algodón orgánico. Se comprobará el uso de algodón genéticamente modificado y su equilibrio en los productos (OEKO-TEX® STANDARD 100, 2023).

4. GREENGUARD: Según certifica JM Editors (2020), los productos bajo este sello presentan bajos índices de emisiones químicas, contribuyendo a un ambiente interior más saludable.

5. CertiPUR-US: Garantiza que las espumas utilizadas en los colchones

están libres de productos químicos dañinos como formaldehído, mercurio y otros metales pesados (CertiPUR-US, 2023_V2).

Al verificar que el colchón cuenta con una o varias de estas certificaciones, se tiene la tranquilidad de adquirir un producto de calidad y con un impacto positivo medioambiental.

Cada vez más marcas del sector del descanso están comprometidas con la sostenibilidad y han incorporado la fabricación de colchones ecológicos en su catálogo de productos. Estas marcas se esfuerzan por utilizar materiales reciclados en la medida de lo posible y adoptar prácticas de producción responsables.

Algunas incluso van más allá al participar en programas de reciclaje, en los cuales se aceptan los colchones usados al final de su vida útil para ser desmantelados y reciclados adecuadamente. Esto demuestra su compromiso no solo con la fabricación de productos sostenibles, sino también con cerrar el ciclo de vida de los colchones y reducir al mínimo su impacto ambiental mediante la economía circular.

3.1. Educación y concienciación sobre los colchones ecológicos

A medida que los colchones ecológicos ganan popularidad, es importante educar y concienciar a los consumidores sobre los beneficios de estos productos. Las marcas y fabricantes pueden desempeñar un papel crucial al proporcionar información clara y transparente sobre los materiales utilizados en sus colchones, así como sobre los procesos de producción y certificaciones ecológicas.

Por demás, las campañas de marketing y las estrategias de comunicación pueden enfocarse en resaltar la importancia de tomar decisiones conscientes y cómo los colchones ecológicos pueden contribuir al cuidado del medio ambiente y mejorar la calidad de vida de los consumidores.

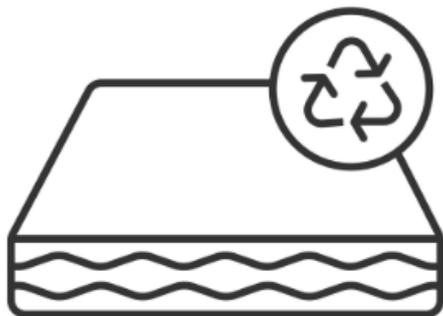


Figura 4. Los colchones y el impacto medioambiental.

Fuente: vecteezy. 2022.

3.2 Cuidado del medio ambiente

La venta de colchones hechos a partir de material reciclado, destaca por su compromiso con el cuidado del medio ambiente. Estos colchones sostenibles ofrecen una alternativa a los colchones convencionales que dependen en gran medida de la extracción de recursos naturales y generan una cantidad significativa de residuos.

Al optar por un colchón fabricado con materiales reciclados, se toma una decisión consciente y certera, para minimizar el impacto negativo en el entorno natural.

Uno de los principales beneficios es la reducción de residuos. La producción de colchones tradicionales genera una cantidad considerable de desechos, desde el exceso de material durante la fabricación hasta los colchones descartados que terminan en vertederos.

Al utilizar materiales reciclados en la fabricación de colchones, se reduce la

necesidad de extraer y producir nuevos materiales, evitando así la acumulación de residuos en el medio ambiente.

La venta de colchones hechos a partir de material reciclado contribuye a la conservación de los recursos naturales. Reutilizar materiales existentes, reduce la presión sobre los recursos escasos, como la madera, el petróleo y otros materiales utilizados en la fabricación de colchones convencionales. Esto ayuda a preservar la biodiversidad y los ecosistemas al reducir la necesidad de explotar recursos naturales adicionales.

Es muy importante tener en cuenta que, al elegir un colchón sostenible, se contribuye a la disminución de la huella de carbono. La producción y el transporte de colchones convencionales suelen generar emisiones significativas de gases de efecto invernadero.

En cambio, los colchones hechos a partir de material reciclado tienden a tener una huella de carbono más baja, ya que aprovechan materiales existentes y reducen la necesidad de procesos de producción intensivos en energía.

Los colchones sostenibles promueven la educación ambiental y la conciencia sobre la importancia de un consumo responsable. Al optar por productos respetuosos con el medio ambiente, se envía un mensaje claro a la industria de que los consumidores valoran la sostenibilidad y la protección del medio ambiente.

Esto puede impulsar cambios positivos en la industria en general, alentando a otros fabricantes a adoptar prácticas más ecológicas y sostenibles.

En resumen, la venta de colchones hechos a partir de material reciclado tiene un impacto positivo en el cuidado

del medio ambiente. Minimizando los residuos, conservando los recursos naturales y estrechando la huella de carbono, los colchones sostenibles son una opción más responsable desde el punto de vista ambiental.



Figura 5. Cuidado del medio ambiente.
Fuente: Zooprodo. 2021.

4. CALIDAD Y CONFORT

Los colchones fabricados con material reciclado no solo se centran en ser ecológicos, sino que también se esfuerzan por ofrecer una experiencia de descanso de alta calidad y confort excepcional. Los fabricantes de estos colchones utilizan tecnologías avanzadas y técnicas de fabricación innovadoras para transformar los materiales reciclados en capas de soporte y comodidad.

Uno de los aspectos clave es la distribución uniforme del peso. Estos colchones están diseñados para distribuir de manera equitativa el peso del durmiente, evitando puntos de presión incómodos y permitiendo que el cuerpo se alinee correctamente durante el sueño.

La calidad se presenta al ayudar a reducir la tensión en los músculos y las articulaciones, redacta Ruiz (2023), lo que trae como resultante un descanso más reparador y una disminución de las molestias al despertar. Además, muchos de estos colchones incorporan capas de espuma de memoria o látex natural, que se adaptan al contorno del cuerpo,

brindando un excelente soporte y alivio de la presión.

La espuma de memoria, por ejemplo, se ajusta a las curvas individuales, proporcionando un acolchado personalizado que se adapta a las necesidades específicas de cada durmiente. Esta característica, impensable anteriormente, resulta muy beneficiosa para aquellos que padecen dolores crónicos, sobre todo en la espalda, ayudando a mantener una alineación adecuada de la columna vertebral (ColchonExpres, 2018).

Otro aspecto importante es la transpirabilidad. Los colchones sostenibles suelen contar con una estructura de células abiertas en sus capas, lo que permite una mejor circulación del aire (Lirón, 2021). Con esta característica, se regula la temperatura corporal durante la noche, evitando la acumulación de calor y la sensación de sofoco. La transpirabilidad mejora la comodidad general y contribuye a un sueño más fresco y placentero.

Adicionalmente, los colchones hechos de material reciclado suelen tener propiedades hipoalergénicas. Los materiales reciclados utilizados, como las espumas y las fibras, están tratados para resistir la acumulación de ácaros del polvo, moho y alérgenos comunes.

Esto es especialmente beneficioso para las personas que sufren de alergias o sensibilidades, ya que se reduce la exposición a elementos que pueden desencadenar reacciones alérgicas y problemas respiratorios.

Es importante destacar que la calidad y el confort de estos colchones no se ven comprometidos por su naturaleza sostenible. Los fabricantes se esfuerzan por cumplir con los más altos estándares de calidad y rendimiento,

asegurándose de que cada colchón cumpla con las expectativas de durabilidad y satisfacción del cliente. Muchos de ellos ofrecen garantías a largo plazo para respaldar la confianza en la calidad de sus productos.

5. HIPOALERGENICOS Y SALUDABLES

Los colchones hechos a partir de material reciclado se destacan por ser una opción hipoalergénica y saludable para aquellos que buscan un descanso libre de alérgenos y químicos tóxicos. Estos colchones están diseñados para minimizar la presencia de sustancias que pueden desencadenar reacciones alérgicas y problemas de salud.

Las personas, en una escala alarmante, poseen colchones con ácaros del polvo y pelos de mascotas. Se puede sospechar una alergia a los ácaros del polvo, cita Mayo Clinic (2021), si los síntomas se agravan cuando te acuestas o mientras limpias. Si eres dueño de una mascota, puede ser más difícil determinar la causa de la alergia.

Una de las ventajas de los materiales reciclados utilizados en la fabricación de estos colchones es que están cuidadosamente procesados y tratados para eliminar la presencia de alérgenos comunes como ácaros del polvo, polen y caspa de mascotas. Estos materiales se someten a rigurosos procesos de purificación y limpieza para garantizar su seguridad y para reducir la posibilidad de reacciones alérgicas,

Además de ser hipoalergénicos, los colchones sostenibles también son saludables, ya que están libres de químicos y compuestos tóxicos. Los fabricantes utilizan materiales reciclados que sean seguros para la salud y no emitan sustancias nocivas en el dormitorio.

Teniendo en cuenta que los colchones tradicionales pueden contener productos químicos como formaldehído, retardantes de llama y ftalatos, todos ellos perjudiciales para la salud a largo plazo, la importancia de un eco colchón aumenta.

Al elegir un colchón hecho a partir de material reciclado, los durmientes pueden descansar tranquilos sabiendo que están evitando la exposición a estos productos químicos potencialmente dañinos. Esta característica es especialmente importante para personas con alergias, asma, sensibilidades químicas o simplemente aquellos que desean mantener un entorno de sueño saludable y libre de toxinas.

Los colchones sostenibles suelen utilizar tejidos y materiales naturales en sus forros externos (algodón orgánico, fibras de bambú), que son más respetuosos con la piel y tienen propiedades transpirables. Los materiales naturales son suaves al tacto y regulan la temperatura corporal durante el sueño, evitando la acumulación de humedad y la proliferación de bacterias.

En resumen, los colchones hechos a partir de material reciclado no solo ofrecen una opción hipoalergénica para aquellos con sensibilidades y alergias, sino que también promueven un entorno de sueño saludable al estar libres de químicos y compuestos tóxicos. Estos colchones se preocupan por el bienestar de los durmientes al proporcionar una superficie de descanso segura, cómoda y respetuosa con la piel.

Al elegir un colchón sostenible, se toma una decisión consciente para cuidar de la salud y bienestar, así como del medio ambiente.

6. DURABILIDAD Y VIDA ÚTIL

Una preocupación común al considerar un colchón hecho a partir de material reciclado es si el mismo será tan duradero y comparable a la de los colchones convencionales. Es importante destacar que los materiales reciclados utilizados en estos colchones no complican su resistencia y durabilidad.

Los ejecutores seleccionan con esmero los materiales reciclados de alta calidad, pasándolos por procesos de transformación y purificación adecuados que garanticen su rendimiento. Estos materiales son sometidos a pruebas rigurosas para garantizar su capacidad de soporte y resistencia a largo plazo (US EPA, 2022).



Figura 6. Desarrollo de una tecnología innovadora para el reciclaje químico de espuma blanda de poliuretano.

Fuente: Covestro. 2021.

Los colchones producidos a partir de material reciclado, se benefician de los avances en tecnología de fabricación y diseño. Los fabricantes utilizan métodos innovadores para combinar y procesar los materiales reciclados, creando capas y estructuras que ofrecen una distribución equitativa del peso, un excelente soporte y una comodidad duradera. Estas técnicas de fabricación aseguran que el colchón mantenga su forma y calidad a lo largo del tiempo (Redacción Futureviro, 2021).

Los colchones sostenibles suelen ser respaldados por garantías de larga duración. Estas garantías varían según el fabricante, pero suelen cubrir defectos de fabricación y garantizar que el colchón mantendrá su rendimiento durante un período significativo de tiempo. Esto demuestra la confianza de los fabricantes en la durabilidad y la vida útil de sus productos.

Estos productos suelen tener características adicionales para la mejora de su vida útil. Muchos de ellos son diseñados para ser volteables y rotables, lo que permite un desgaste más uniforme y se prolonga la vida útil del colchón. Al alternar el uso de diferentes lados del colchón y rotarlo periódicamente, se evita que se forme una depresión en una sola área y se distribuye mejor el desgaste a lo largo de toda la superficie.

En resumen, los colchones hechos a partir de material reciclado ofrecen una durabilidad y una vida útil comparables a los colchones convencionales. Los fabricantes garantizan el uso de materiales reciclados de alta calidad y aplicar técnicas de fabricación avanzadas para crear colchones resistentes y duraderos.

Las garantías respaldan la confiabilidad de estos productos. Al elegir un colchón sostenible, se tiene la tranquilidad de obtener un descanso confortable y sostenible.

7. CONTRIBUCIÓN A LA ECONOMÍA CIRCULAR

La economía circular, comenta MEDIA (2023), trata sobre minimizar los residuos, aprovechar al máximo los recursos disponibles y fomentar la reutilización y el reciclaje de materiales. La venta de colchones hechos a partir de material

reciclado, no solo tiene beneficios para el medio ambiente y los consumidores, sino que también desempeña un papel importante en la promoción de la economía circular.

Al utilizar material reciclado en la fabricación de colchones, se reduce significativamente la cantidad de residuos. En lugar de desechar estos materiales, se les da una segunda vida útil al convertirlos en componentes clave de los colchones.

Esto contribuye directamente a la contracción del impacto ambiental y la conservación de los recursos naturales, ya que se evita la extracción de nuevas materias primas. La venta de colchones sostenibles, por tanto, impulsa la demanda de materiales reciclados y fomenta el desarrollo de una industria del reciclaje más sólida y próspera.

A medida que aumenta la demanda de materiales reciclados en la fabricación de colchones, se generan oportunidades económicas empresariales y los emprendedores dedicados a la recolección, el procesamiento y la transformación de estos materiales. Esto a su vez crea empleos en el sector del reciclaje y contribuye al crecimiento económico.

La adopción de un enfoque de economía circular en la venta de colchones hechos a partir de material reciclado puede inspirar cambios positivos en otros sectores industriales. Al destacar los beneficios ambientales y económicos de los productos sostenibles, se fomenta la conciencia ciudadana y se anima la adopción de prácticas de producción y consumo responsables.

Además, la economía circular en la venta de colchones sostenibles también puede tener un impacto positivo en el consumidor responsable. Al elegir

productos reciclados y sostenibles, los consumidores se adentran en un movimiento más amplio hacia la protección del medio ambiente y el uso comprometido de los recursos, fomentando una mayor conciencia y una mentalidad de consumo más sensata, llevando a cambios de comportamiento en otras áreas de la vida cotidiana.

La venta de colchones hechos a partir de material reciclado, se resume, contribuye a la economía circular al reducir los residuos, fomentar la reutilización de materiales y promover el desarrollo de una industria del reciclaje más sólida. Esta práctica impulsa la demanda de materiales reciclados y genera oportunidades económicas.

Paralelamente, puede inspirar cambios positivos en otros sectores industriales y fomentar una mayor conciencia y comportamiento responsable en los consumidores. La contribución económica circular de los colchones sostenibles va más allá de su impacto ambiental y desempeña un papel clave en la construcción de un mejor futuro.

8. CONCLUSIONES

Los colchones hechos a partir de materiales reciclados son la combinación perfecta de comodidad y sostenibilidad. No solo ofrecen un sueño reparador y placentero, sino que también permiten contribuir a la protección medioambiental.

La venta de estos colchones brinda la oportunidad de tomar decisiones conscientes y de dejar un impacto positivo en el mundo. Al elegir un colchón ecológico, se apoya la economía circular, reduciendo los residuos y promoviendo un estilo de vida más sostenible. Al ser un consumidor responsable, envías un claro mensaje a

la industria de que la sostenibilidad es importante y que la demanda de productos respetuosos con el medio ambiente es la solución.

Los colchones ecológicos no solo representan una inversión en tu comodidad y bienestar, sino también en el respeto a los Objetivos de Desarrollo sostenible para las generaciones futuras. Al elegir un colchón hecho de materiales reciclados, contribuyes a la reducción de los desechos, al uso más eficiente de los recursos naturales y la generación de empleos. Además, estás apoyando a las marcas y fabricantes comprometidos con la sostenibilidad, fomentando un cambio positivo en la industria del descanso.

Los colchones ecológicos son mucho más que un simple accesorio para soñar placenteramente. Son símbolos de un estilo de vida responsable y consciente, donde el descanso y el cuidado del medio ambiente van de la mano.

¿Estás listo para unirse al movimiento del descanso sostenible? ¡Disfruta de noches de sueño mientras proteges nuestro planeta y dejas un legado positivo para las generaciones venideras!

REFERENCIAS

- CertiPUR-US. (2023_V2). *CertiPUR-US® Technical Guidelines for Molded Foam*.
- ColchonExpres. (2018, julio 17). Memory foam: La historia de la espuma viscoelástica •. *Consejos del descanso y colchones*. <https://www.colchonexpres.com/blog/memory-foam>
- Conforterapia. (2023, agosto 17). *Colchones ecológicos: La opción sostenible para un descanso saludable*. <https://conforterapia.es/colchones-ecologicos/>
- Dormitienda. (2021, julio 9). *Colchón ECOfriendly, ¿Como podemos cuidar del planeta a la vez que descansamos?* Blog Dormitienda. <https://dormitienda.com/consejos-descanso/ecofriendly-colchones-que-cuidan-el-descanso-del-planeta>
- Essentia. (2023, agosto 25). *¿Cuáles son las certificaciones de colchones más importantes?* Essentia Organic Mattress - USA. <https://myessentia.com/es/blogs/mattress-101/the-most-important-organic-mattress-certifications-gols-gots>
- Fernández, S. (2023, enero 23). *¿Colchones hechos con botellas recicladas? Qué está haciendo el sector del descanso para contaminar menos*. *elconfidencial.com*. https://www.elconfidencial.com/empresas/2023-01-23/colchones-ecofriendly-dormitienda-bra_3549309/
- Global Standard gemeinnützige GmbH. (2023). *ESTÁNDAR GLOBAL DE TEXTILES ORGÁNICOS (GOTS)*. 7.
- JM Editors. (2020). *The 3 Tiers of GREENGUARD Certification and What They Mean*. <https://www.jm.com/en/blog/2020/july/the-3-tiers-of-green-guard-certification-of-what-they-mean/>
- Lirón. (2021, abril 21). *La importancia de la transpiración en los colchones*. Grupo Lirón. <https://www.grupoliron.com/importancia-transpiracion-colchones/>
- Mayo Clinic. (2021). *Alergia a los ácaros del polvo—Alergia a los ácaros del polvo—Diagnóstico y tratamiento*.

- Mayo Clinic.
<https://www.mayoclinic.org/es/diseases-conditions/dust-mites/diagnosis-treatment/drc-20352178>
- MEDIA, E. editorial I. (2023, mayo 11). El origen del término «economía circular»: Su creador y su evolución. Ecozap.
<https://ecozap.es/economia-circular/el-origen-del-termino-economia-circular-su-creador-y-su-evolucion/>
- OEKO-TEX® STANDARD 100. (2023). OEKO-TEX® STANDARD 100: New regulations 2023.
- ONU. (2023, diciembre 28). Los mejores momentos para el medio ambiente en 2023.
<https://www.unep.org/noticias-y-reportajes/reportajes/los-mejores-momentos-para-el-medio-ambiente-en-2023>
- Redacción Futurenviro. (2021, abril 7). Tecnología innovadora para el reciclaje químico de colchones. Interempresas.
<https://www.interempresas.net/Reciclaje/Articulos/459201-Tecnologia-innovadora-para-el-reciclaje-quimico-de-colchones.html>
- Ruiz, D. (2023, noviembre 18). Cómo elegir el colchón perfecto según tu peso—Guía de densidad de colchones. Colchon.vip.
<https://colchon.vip/como-elegir-el-colchon-perfecto-segun-tu-peso-guia-de-densidad-de-colchones/>
- US EPA, O. (2022, marzo 15). Impacto de los contaminantes biológicos en la calidad del aire interior [Overviews and Factsheets].
<https://espanol.epa.gov/cai/impacto-de-los-contaminantes-biologicos-en-la-calidad-del-aire-interior>