

# Almohadas

Tu calidad de sueño y postura al dormir dependen de tu elección.

🕒 Tiempo de lectura: 15 minutos.



La calidad de las almohadas depende de factores como:

1

### Los materiales de relleno:

- Fibras de poliéster
- Espuma de poliuretano de memoria -*memory foam*-
- Plumaz de ganso

2

### El tipo de fibra textil:

- Poliéster
- Algodón
- Mezclas

3

### El tamaño y el grado de firmeza:

- Suave
- Mullida
- Semidura

### FICHA TÉCNICA

Realización del estudio:  
del 19 de septiembre al 13 de diciembre del 2022.

Adquisición de muestras:  
del 21 de septiembre al 17 de octubre del 2022.

Marcas / Modelos analizados:  
11 / 16.

Pruebas realizadas:  
160.

### NORMATIVIDAD

- NOM-004-SCFI-2006. Información comercial-Etiquetado de productos textiles, prendas de vestir, sus accesorios y ropa de casa.
- NMX-A-2076-INNTE-2013. Industria textil- Fibras Químicas- Nombres Genéricos.
- NMX-A-3758-INNTE-2014. Textiles- Código de generación de etiquetas de cuidado con el uso de símbolos.
- NMX-A-139-INNTE-2014. Industria textil - Atmósferas normales para acondicionamiento y ensayo.
- NMX-A-1833/1-INNTE-2014. Industria textil - Análisis químico cuantitativo - Parte 1 -Principios generales de ensayo.
- NMX-A-084-INNTE-2015. Industria textil-Fibras textiles-Análisis cualitativo-cuantitativo para una fibra 100%-Método de ensayo.
- NMX-A-105-E04-INNTE-2019. "Industria textil -Ensayo de solidez del color-Parte E04: Solidez del color al sudor.
- NMX-A-084-INNTE-2015. Industria textil - Fibras textiles - Análisis cualitativo - cuantitativo para una fibra 100%
- NMX-A-105-E04-INNTE-2019. Industria textil - Ensayo de solidez del color al sudor.
- NMX-A-105-C06-INNTE-2015. Industria textil - Método de ensayo de solidez del color - Parte C06- Solidez del color al lavado doméstico y comercial.
- NMX-A-3759-INNTE-2011. Industria textil - Preparación, marcado y medición de especímenes de las telas y prendas para determinar los cambios dimensionales.
- NMX-A-5077-INNTE-2015. Industria textil - Determinación del cambio dimensional en lavado y secado.
- NMX-A-3801-INNTE-2012. Industria textil-Determinación de la masa de tejido por unidad de longitud y área.
- NMX-A-3801- INNTE - 2012. Industria textil - Método de prueba para determinar la masa por unidad de área del tejido Método No. 5
- NMX-A-6938-INNTE-2013. Industria Textil - Fibras naturales- Nombres genéricos y definiciones.
- NMX-A-7211/2-INNTE-2015. Industria textil -Tejidos de calada -Método de ensayos -Parte 2 -Determinación del número de hilos por unidad de longitud.
- NMX-A-172-INNTE-2012. Industria Textil - Determinación de la resistencia a la abrasión plana (Taber) en los materiales textiles - Método de prueba.
- NMX-A-6330-INNTE-2015. Industria Textil- Procedimientos de lavado y de secado doméstico para los ensayos de textiles.
- Procedimientos internos de la Dirección General de Laboratorio Nacional de Protección al Consumidor.

# CONOCE EL ESTUDIO

## Se analizaron

**16** Modelos de **11** Marcas

## Las pruebas



### INFORMACIÓN AL CONSUMIDOR

Se verificó que el etiquetado que ostentan incluyera de forma clara, legible y en español la información requerida en la normatividad nacional vigente:

- Marca comercial
- País de origen
- Nombre y domicilio del fabricante o importador
- Descripción de insumos por orden de predominio
- Instrucciones de cuidado (forma adecuada de lavar la prenda), lo cual incluye los siguientes rubros:



### ACABADOS EN TELA Y CONFECCIÓN

Se verificó que las almohadas:

- Estuvieran libres de defectos que pudieran detectarse a simple vista en la tela de la funda, como decoloración o manchas en el proceso de teñido.
- El tejido fuera homogéneo, sin agujeros, nudos, motas, vello o frisas.
- Presentaran costuras con un número uniforme de puntadas.
- No mostrara deformaciones provocadas por un mal corte de tela, como fruncidos u ondulaciones.
- Se verificó que las partes que integran la almohada presentaran una simetría adecuada de acuerdo con su diseño.



### IDENTIFICACIÓN Y CONTENIDO DE FIBRAS

Se constató que el tipo y porcentaje de fibras declarado por el fabricante en el etiquetado de la almohada coincidieran con la muestra, incluyendo el material del relleno.

Las técnicas utilizadas para determinar las fibras fueron:

- Combustión (quemado de las fibras mediante una flama).
- Microscopía (observación de las características en los cortes longitudinales y transversales de las fibras mediante el uso de un microscopio).
- El método de solubilidad de fibras textiles por la acción de reactivos químicos.



### DETERMINACIÓN DE LAS DIMENSIONES

Se midió el ancho, largo y altura de cada almohada utilizando una escala métrica.



### MASA (PESO) DE LA TELA DE LA FUNDA

Se examinó la cantidad de masa por unidad de área con que fue fabricada la tela de confección de las fundas; entre mayor es esta cantidad el tejido estará más cerrado, lo que nos permite, de forma comparativa, saber si una tela es ligera o pesada.

Esta prueba es solo de carácter informativo y se llevó a cabo con la ayuda de una balanza electrónica.



### CAMBIOS DIMENSIONALES

Se evaluó el encogimiento o alargamiento que presentan las telas de las almohadas al lavarlas. Para ello, se marcó con tinta indeleble la tela antes del ciclo de lavado para después comparar las medidas finales contra las obtenidas previamente. Para llevar a cabo esta prueba se emplearon plantillas y escalas.



### RESISTENCIA A LA ABRASIÓN

Esta prueba determinó el grado de desgaste de la tela de la funda causada por el roce de la cabeza con esta y se evaluó simulando de forma acelerada este proceso mediante el método de la abrasión plana.

Dicho método consiste en colocar especímenes de la prenda (cortes de la parte que corresponde a la funda) en un aparato de plataforma rotatoria con doble rueda de abrasión (calibrase CS-10), con lo cual constantemente el espécimen es sometido a la abrasión de dicho material con un peso de 1000 g y a velocidad constante durante 100 ciclos de giro.



### RECUPERACIÓN A LAS DEFORMACIONES

Se determinó la capacidad que tiene la almohada de volver a su forma original una vez que se elimina el peso que se ejerce sobre ella. Para ello se utilizó una pesa que simuló la cabeza de un adulto promedio de aproximadamente 7 kg, y se colocó sobre la almohada durante una hora, tiempo estimado de una siesta.

Se midió la altura de la almohada antes y después de aplicar el peso en la zona central de esta. Transcurrido el tiempo establecido se midió de nuevo la altura (expresado en porcentaje) para determinar su recuperación. Con este proceso también se estableció el grado de firmeza de la almohada, es decir, hasta que la altura queda firme con la masa de prueba (no se hunde más).




### RESISTENCIA A LA DECOLORACIÓN

Se determinó el grado de decoloración que pueden sufrir las fundas de las almohadas por efecto del lavado y el sudor al cual están expuestas por su uso. Las pruebas fueron:

- **Solidez del color al lavado húmedo.** Se lavó un trozo de tela de acuerdo a la norma de referencia y posteriormente se evaluó comparándola con la tela original.
- **Solidez del color al sudor.** Se sumergieron muestras de la tela en soluciones sintéticas de sudor ácido y sudor alcalino (líquidos que simulan las características del sudor humano). Al término de la prueba se eliminó el exceso del líquido para evaluar la decoloración con respecto a la tela original.


# ALMOHADAS

 Precios Promedio de Almohadas en la Ciudad de México y Zona Metropolitana, Cancún, Hermosillo y Querétaro, levantados del 2 al 17 de enero del 2023.



**E** \$599  
(paquete de dos piezas)

## TOMMY BAHAMA HOME


Art. 1311111 / E.U.A. 

<b>Información al consumidor</b> ✓ Completa	<b>Acabados</b> Sin defectos	<b>Dimensiones</b> Largo x Ancho x Altura <b>E</b> 66.2 X 46.4 X 15.5 cm	<b>Peso total de la almohada</b> gramos (g) 730 g
<b>Identificación y contenido de fibras</b> (valores medidos) <sup>(1)</sup>		<b>Masa de la tela</b> g/m <sup>2</sup> 131.61 g/m <sup>2</sup>	<b>Cambio dimensional</b> <b>E</b>
Exterior: 100% Algodón Relleno: 100% Poliéster ✓ Cumple			
<b>Resistencia a la abrasión</b> <b>MB</b>	<b>Recuperación a las deformaciones</b>		<b>Resistencia a la decoloración</b>
	Grado de firmeza	Recuperación	Lavado
	Media	<b>E</b>	Sudor
			<b>E</b>



**E** \$984  
(paquete de dos piezas)

## SPRING AIR

/ 2 Pack Memory Foam / MÉXICO 

<b>Información al consumidor</b> ✓ Completa	<b>Acabados</b> Sin defectos	<b>Dimensiones</b> Largo x Ancho x Altura <b>MB</b> <sup>(f)</sup> 56.5 X 38 X 10.8 cm	<b>Peso total de la almohada</b> gramos (g) 720 g
<b>Identificación y contenido de fibras</b> (valores medidos) <sup>(1)</sup>		<b>Masa de la tela</b> g/m <sup>2</sup> 203.01 g/m <sup>2</sup>	<b>Cambio dimensional</b> <b>E</b>
Exterior: 100% Poliéster Relleno: 100% Espuma de poliuretano ✓ Cumple			
<b>Resistencia a la abrasión</b> <b>E</b>	<b>Recuperación a las deformaciones</b>		<b>Resistencia a la decoloración</b>
	Grado de firmeza	Recuperación	Lavado
	Media	<b>E</b>	Sudor
			<b>MB</b>
			<b>E</b>

**Resaltamos**

- Indica ser hipoalérgica.

**Simbología:** **E** Excelente **MB** Muy Bueno **B** Bueno **S** Suficiente

### Notas:

<sup>(1)</sup> En caso de no cumplimiento significa que los valores medidos presentan una desviación con respecto al valor declarado por el fabricante en un porcentaje mayor a la tolerancia que permite la norma, o bien presentan una fibra que no corresponde con lo declarado.

**Precios:** **\$** Precio Promedio **\$** Precio obtenido por Internet los días 11 y 17 de enero del 2023.

### Observaciones:

**Información al consumidor**  
a) No presenta instrucciones de cuidado  
b) No presenta medidas

### Acabados

c) Tejido irregular  
d) Fruncidos en costuras  
e) Relleno irregular (poliuretano en fragmentos)

### Dimensiones

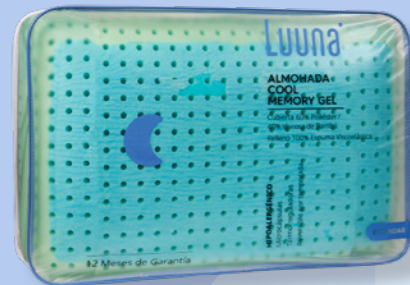
f) Sus dimensiones son ligeramente menores con respecto a lo indicado por el fabricante.



# ALMOHADAS



Precios Promedio de Almohadas en la Ciudad de México y Zona Metropolitana, Cancún, Hermosillo y Querétaro, levantados del 2 al 17 de enero del 2023.



**E** \$1,249

## LUUNA

/ Cool Memory Gel / CHINA

<b>Información al consumidor</b> ✓ Completa	<b>Acabados</b> Sin defectos	<b>Dimensiones</b> Largo x Ancho x Altura <b>E</b> 62 X 41 X 14 cm	<b>Peso total de la almohada</b> gramos (g) 1,320 g
<b>Identificación y contenido de fibras</b> (valores medidos) <sup>(1)</sup> Exterior: 63.40% Poliéster y 36.60% Viscosa de bambú Tela interior: 100% Poliéster Relleno: 100% Espuma viscoelástica ✓ Cumple		<b>Masa de la tela</b> g/m <sup>2</sup> 286.01 g/m <sup>2</sup>	<b>Cambio dimensional</b> <b>MB</b>
<b>Resistencia a la abrasión</b> <b>MB</b>	<b>Recuperación a las deformaciones</b> Grado de firmeza: Media Recuperación: <b>E</b>		<b>Resistencia a la decoloración</b> Lavado: <b>E</b> Sudor: <b>E</b>
<b>Resaltamos</b> • Indica ser hipoalergénica.			



**E** \$369

## TULIPPE

/ Mod. 2011 / MÉXICO

<b>Información al consumidor</b> ✓ Completa	<b>Acabados</b> Sin defectos	<b>Dimensiones</b> Largo x Ancho x Altura <b>E</b> 91 X 51 X 23.5 cm	<b>Peso total de la almohada</b> gramos (g) 1,300 g
<b>Identificación y contenido de fibras</b> (valores medidos) <sup>(1)</sup> Exterior: 100% Algodón Relleno: 82.63% Pluma de ganso y 17.37% Fibra hueca ✓ Cumple		<b>Masa de la tela</b> g/m <sup>2</sup> 135.38 g/m <sup>2</sup>	<b>Cambio dimensional</b> <b>MB</b>
<b>Resistencia a la abrasión</b> <b>MB</b>	<b>Recuperación a las deformaciones</b> Grado de firmeza: Media Recuperación: <b>E</b>		<b>Resistencia a la decoloración</b> Lavado: <b>E</b> Sudor: <b>E</b>

**Simbología:** **E** Excelente **MB** Muy Bueno **B** Bueno **S** Suficiente

### Notas:

<sup>(1)</sup> En caso de no cumplimiento significa que los valores medidos presentan una desviación con respecto al valor declarado por el fabricante en un porcentaje mayor a la tolerancia que permite la norma, o bien presentan una fibra que no corresponde con lo declarado.

**Precios:** **\$** Precio Promedio **\$** Precio obtenido por Internet los días 11 y 17 de enero del 2023.

### Observaciones:

**Información al consumidor**  
a) No presenta instrucciones de cuidado  
b) No presenta medidas


### Acabados

c) Tejido irregular  
d) Fruncidos en costuras  
e) Relleno irregular (poliuretano en fragmentos)

### Dimensiones

f) Sus dimensiones son ligeramente menores con respecto a lo indicado por el fabricante.


# ALMOHADAS

 Precios Promedio de Almohadas en la Ciudad de México y Zona Metropolitana, Cancún, Hermosillo y Querétaro, levantados del 2 al 17 de enero del 2023.



**E** \$879  
(paquete de dos piezas)

## SEALY

/ Art. 4874102 / E.U.A. 

<b>Información al consumidor</b> ✓ Completa	<b>Acabados</b> Sin defectos	<b>Dimensiones</b> Largo x Ancho x Altura <b>E</b> 65.5 X 46.5 X 22.5 cm	<b>Peso total de la almohada</b> gramos (g) 850 g
<b>Identificación y contenido de fibras</b> (valores medidos) <sup>(1)</sup> Exterior: 69.97% Algodón y 30.03% Lyocell Relleno: 100% Poliéster ✓ Cumple		<b>Masa de la tela</b> g/m <sup>2</sup> 154.68 g/m <sup>2</sup>	<b>Cambio dimensional</b> <b>E</b>
<b>Resistencia a la abrasión</b> <b>B</b>	<b>Recuperación a las deformaciones</b> Grado de firmeza: Media Recuperación: <b>E</b>		<b>Resistencia a la decoloración</b> Lavado: <b>E</b> Sudor: <b>E</b>
<b>Resaltamos</b> • Indica ser hipoalérgica.			



**E** \$1,258

## LUUNA

/ Adjustable Down Alternative / CHINA 

<b>Información al consumidor</b> ✓ Completa	<b>Acabados</b> Sin defectos	<b>Dimensiones</b> Largo x Ancho x Altura <b>E</b> 65.5 X 46.5 X 20 cm	<b>Peso total de la almohada</b> gramos (g) 1,280 g
<b>Identificación y contenido de fibras</b> (valores medidos) <sup>(1)</sup> Exterior 100% Algodón Interior 100% Poliéster Relleno: 100% Poliéster ✓ Cumple		<b>Masa de la tela</b> g/m <sup>2</sup> 134.37 g/m <sup>2</sup>	<b>Cambio dimensional</b> <b>E</b>
<b>Resistencia a la abrasión</b> <b>E</b>	<b>Recuperación a las deformaciones</b> Grado de firmeza: Alta/baja: Suave Altura media: Suave Completa: Media <b>MB</b>		<b>Resistencia a la decoloración</b> Lavado: <b>E</b> Sudor: <b>E</b>
<b>Lo que encontramos</b> • Modelo ajustable en altura mediante tres rellenos independientes.		<b>Resaltamos</b> • Indica ser hipoalérgica.	

**Simbología:** **E** Excelente **MB** Muy Bueno **B** Bueno **S** Suficiente

### Notas:

<sup>(1)</sup> En caso de no cumplimiento significa que los valores medidos presentan una desviación con respecto al valor declarado por el fabricante en un porcentaje mayor a la tolerancia que permite la norma, o bien presentan una fibra que no corresponde con lo declarado.

**Precios:**  Precio Promedio  Precio obtenido por Internet los días 11 y 17 de enero del 2023.

### Observaciones:

**Información al consumidor**  
a) No presenta instrucciones de cuidado  
b) No presenta medidas


### Acabados

c) Tejido irregular  
d) Fruncidos en costuras  
e) Relleno irregular (poliuretano en fragmentos)

### Dimensiones

f) Sus dimensiones son ligeramente menores con respecto a lo indicado por el fabricante.

# ALMOHADAS

 Precios Promedio de Almohadas en la Ciudad de México y Zona Metropolitana, Cancún, Hermosillo y Querétaro, levantados del 2 al 17 de enero del 2023.



**E** \$1,743  
(paquete de dos piezas)

## SOGNARE

/ Fussion / MÉXICO 

<b>Información al consumidor</b> ✓ Completa	<b>Acabados</b> Sin defectos	<b>Dimensiones</b> Largo x Ancho x Altura <b>E</b> 67.5 X 51 X 16.5 cm	<b>Peso total de la almohada</b> gramos (g) Modelo suave: 980 g Modelo firme: 1,340 g
<b>Identificación y contenido de fibras</b> (valores medidos) <sup>(1)</sup> Exterior: 100% Algodón Rellenos 1 y 2: 100% Poliéster Forro interior: 100% Polipropileno ✓ Cumple	<b>Masa de la tela</b> g/m <sup>2</sup> Modelo suave: 222.90 g/m <sup>2</sup> Modelo firme: 236.09 g/m <sup>2</sup>	<b>Cambio dimensional</b> <b>E</b>	
<b>Resistencia a la abrasión</b> <b>MB</b>	<b>Recuperación a las deformaciones</b> Grado de firmeza Modelo suave: Suave Modelo firme: Media <b>MB</b>	<b>Resistencia a la decoloración</b> Lavado <b>E</b> Sudor <b>E</b>	



**MB** \$899  
(paquete de dos piezas)

## PURELUX

/ Art. 2024880 / E.U.A. 

<b>Información al consumidor</b> ✓ Completa	<b>Acabados</b> Un defecto	<b>Dimensiones</b> Largo x Ancho x Altura <b>MB</b> 64.5 X 45 X 15 cm	<b>Peso total de la almohada</b> gramos (g) 1440
<b>Identificación y contenido de fibras</b> (valores medidos) <sup>(1)</sup> Exterior: 89.77% Poliéster y 10.23% Poliamida Cubierta interior: 100% Poliéster Relleno: 100% Espuma de poliuretano ✓ Cumple	<b>Masa de la tela</b> g/m <sup>2</sup> 114.56 g/m <sup>2</sup>	<b>Cambio dimensional</b> <b>E</b>	
<b>Resistencia a la abrasión</b> <b>MB</b>	<b>Recuperación a las deformaciones</b> Grado de firmeza Media <b>MB</b>	<b>Resistencia a la decoloración</b> Lavado <b>E</b> Sudor <b>E</b>	

**Lo que encontramos**

- Sus dimensiones son ligeramente menores con respecto a lo indicado por el fabricante.
- Relleno irregular (poliuretano en fragmentos).

**Simbología:** **E** Excelente **MB** Muy Bueno **B** Bueno **S** Suficiente

### Notas:

<sup>(1)</sup> En caso de no cumplimiento significa que los valores medidos presentan una desviación con respecto al valor declarado por el fabricante en un porcentaje mayor a la tolerancia que permite la norma, o bien presentan una fibra que no corresponde con lo declarado.

**Precios:** **\$** Precio Promedio **Y** Precio obtenido por Internet los días 11 y 17 de enero del 2023.

### Observaciones:

**Información al consumidor**  
a) No presenta instrucciones de cuidado  
b) No presenta medidas

### Acabados

c) Tejido irregular  
d) Fruncidos en costuras  
e) Relleno irregular (poliuretano en fragmentos)

### Dimensiones

f) Sus dimensiones son ligeramente menores con respecto a lo indicado por el fabricante.

# ALMOHADAS



Precios Promedio de Almohadas en la Ciudad de México y Zona Metropolitana, Cancún, Hermosillo y Querétaro, levantados del 2 al 17 de enero del 2023.



**MB** \$669  
(paquete de dos piezas)

## LIVE COMFORTABLY PLATINUM

/ Art. 761473 / E.U.A.

<b>Información al consumidor</b> ✓ Completa	<b>Acabados</b> Sin defectos	<b>Dimensiones</b> Largo x Ancho x Altura <b>E</b> 70.5 X 51 X 18 cm	<b>Peso total de la almohada</b> gramos (g) 1260
<b>Identificación y contenido de fibras</b> (valores medidos) <sup>(1)</sup> Exterior: 100% Algodón Relleno: 100% Poliéster ✓ Cumple		<b>Masa de la tela</b> g/m <sup>2</sup> 136.02 g/m <sup>2</sup>	<b>Cambio dimensional</b> <b>MB</b>
<b>Resistencia a la abrasión</b> <b>S</b>	<b>Recuperación a las deformaciones</b> Grado de firmeza: Media Recuperación: <b>MB</b>		<b>Resistencia a la decoloración</b> Lavado: <b>E</b> Sudor: <b>E</b>



**MB** \$1,340

## SEALY

/ Intense KS / CHINA

<b>Información al consumidor</b> ✓ Completa	<b>Acabados</b> Sin defectos	<b>Dimensiones</b> Largo x Ancho x Altura <b>E</b> 90.6 X 51 X 19.3 cm	<b>Peso total de la almohada</b> gramos (g) 1,380 g
<b>Identificación y contenido de fibras</b> (valores medidos) <sup>(1)</sup> Exterior: 100% Algodón Relleno: 100% Poliéster ✓ Cumple		<b>Masa de la tela</b> g/m <sup>2</sup> 132.68 g/m <sup>2</sup>	<b>Cambio dimensional</b> <b>E</b>
<b>Resistencia a la abrasión</b> <b>B</b>	<b>Recuperación a las deformaciones</b> Grado de firmeza: Suave Recuperación: <b>MB</b>		<b>Resistencia a la decoloración</b> Lavado: <b>MB</b> Sudor: <b>E</b>

**Resaltamos**  
• Indica ser hipoalérgica.

**Simbología:** **E** Excelente **MB** Muy Bueno **B** Bueno **S** Suficiente

### Notas:

<sup>(1)</sup> En caso de no cumplimiento significa que los valores medidos presentan una desviación con respecto al valor declarado por el fabricante en un porcentaje mayor a la tolerancia que permite la norma, o bien presentan una fibra que no corresponde con lo declarado.

**Precios:** **\$** Precio Promedio **\$** Precio obtenido por Internet los días 11 y 17 de enero del 2023.

### Observaciones:

**Información al consumidor**  
a) No presenta instrucciones de cuidado  
b) No presenta medidas

### Acabados

c) Tejido irregular  
d) Fruncidos en costuras  
e) Relleno irregular (poliuretano en fragmentos)

### Dimensiones

f) Sus dimensiones son ligeramente menores con respecto a lo indicado por el fabricante.



# ALMOHADAS



Precios Promedio de Almohadas en la Ciudad de México y Zona Metropolitana, Cancún, Hermosillo y Querétaro, levantados del 2 al 17 de enero del 2023.



**MB** \$279

## TULIPPE

/ Mod. 2012 / MÉXICO

<b>Información al consumidor</b> ✓ Completa	<b>Acabados</b> Sin defectos	<b>Dimensiones</b> Largo x Ancho x Altura <b>E</b> 65.3 X 50.6 X 18.5 cm	<b>Peso total de la almohada</b> gramos (g) 900 g
<b>Identificación y contenido de fibras</b> (valores medidos) <sup>(1)</sup> Exterior: 100% Algodón Tela de acojinamiento: 100% Poliéster (externa) y 100% Polipropileno (interna) Relleno: 94.42% Pluma de ganso y 5.58% Plumón ✓ Cumple		<b>Masa de la tela</b> g/m <sup>2</sup> 133.30 g/m <sup>2</sup>	<b>Cambio dimensional</b> <b>MB</b>
<b>Resistencia a la abrasión</b> <b>MB</b>	<b>Recuperación a las deformaciones</b> Grado de firmeza: Media Recuperación: <b>B</b>		<b>Resistencia a la decoloración</b> Lavado: <b>E</b> Sudor: <b>E</b>
<b>Resaltamos</b> • El fabricante entregó documentación técnica donde comprobó que las plumas fueron esterilizadas para no generar alguna reacción alérgica en la mayoría de las personas.			



**MB** \$821

## SIGMA

/ Memory Foam / MÉXICO



<b>Información al consumidor</b> ✗ Incompleta	<b>Acabados</b> Sin defectos	<b>Dimensiones</b> Largo x Ancho x Altura <b>E</b> 63 X 38 X 13 cm	<b>Peso total de la almohada</b> gramos (g) 1,580 g
<b>Identificación y contenido de fibras</b> (valores medidos) <sup>(1)</sup> Exterior: 100% Poliéster Funda interior: 96.85% Algodón y 3.15% Poliéster Relleno: 100% Poliuretano viscoelástico ✗ No cumple		<b>Masa de la tela</b> g/m <sup>2</sup> 343.02 g/m <sup>2</sup>	<b>Cambio dimensional</b> <b>E</b>
<b>Resistencia a la abrasión</b> <b>E</b>	<b>Recuperación a las deformaciones</b> Grado de firmeza: Alta Recuperación: <b>E</b>		<b>Resistencia a la decoloración</b> Lavado: <b>MB</b> Sudor: <b>E</b>
<b>Lo que encontramos</b> • No presenta instrucciones de cuidado. • Sus fibras presentan desviaciones respecto a lo que declaran.		<b>Resaltamos</b> • Indica ser hipoalérgica.	

**Simbología:** **E** Excelente **MB** Muy Bueno **B** Bueno **S** Suficiente

### Notas:

<sup>(1)</sup> En caso de no cumplimiento significa que los valores medidos presentan una desviación con respecto al valor declarado por el fabricante en un porcentaje mayor a la tolerancia que permite la norma, o bien presentan una fibra que no corresponde con lo declarado.

**Precios:** **\$** Precio Promedio **\$** Precio obtenido por Internet los días 11 y 17 de enero del 2023.

### Observaciones:

**Información al consumidor**  
a) No presenta instrucciones de cuidado  
b) No presenta medidas

### Acabados

c) Tejido irregular  
d) Fruncidos en costuras  
e) Relleno irregular (poliuretano en fragmentos)

### Dimensiones

f) Sus dimensiones son ligeramente menores con respecto a lo indicado por el fabricante.



# ALMOHADAS

**¿CÓMO ES QUIEN PAGA LOS PRECIOS?**  
Precios Promedio de Almohadas en la Ciudad de México y Zona Metropolitana, Cancún, Hermosillo y Querétaro, levantados del 2 al 17 de enero del 2023.



**B** \$650  
(paquete de dos piezas)

## ALLEREASE

/ Art. 1371188 / E.U.A.

<b>Información al consumidor</b> ✓ Completa	<b>Acabados</b> Un defecto	<b>Dimensiones</b> Largo x Ancho x Altura <b>MB</b> (f) 70.2 X 43.4 X 19.5 cm	<b>Peso total de la almohada</b> gramos (g) 790 g
<b>Identificación y contenido de fibras</b> (valores medidos) (1) Exterior: 100% Algodón Relleno: 100% Poliéster ✓ Cumple		<b>Masa de la tela</b> g/m <sup>2</sup> 138.46 g/m <sup>2</sup>	<b>Cambio dimensional</b> <b>MB</b>
<b>Resistencia a la abrasión</b> <b>B</b>	<b>Recuperación a las deformaciones</b> Grado de firmeza: Suave Recuperación: <b>MB</b>		<b>Resistencia a la decoloración</b> Lavado: <b>MB</b> Sudor: <b>E</b>
<b>Lo que encontramos</b> • Sus dimensiones son ligeramente menores con respecto a lo indicado por el fabricante. • Fruncidos en costuras.	<b>Resaltamos</b> • Indica "Protección natural de alergias".		

**Simbología:** **E** Excelente **MB** Muy Bueno **B** Bueno **S** Suficiente

### Notas:

(1) En caso de no cumplimiento significa que los valores medidos presentan una desviación con respecto al valor declarado por el fabricante en un porcentaje mayor a la tolerancia que permite la norma, o bien presentan una fibra que no corresponde con lo declarado.



**B** \$1,579

## LUUNA

/ Cool Purity Grafeno / CHINA



<b>Información al consumidor</b> ✓ Completa	<b>Acabados</b> Sin defectos	<b>Dimensiones</b> Largo x Ancho x Altura <b>MB</b> (f) 70 X 44 X 14.7 cm	<b>Peso total de la almohada</b> gramos (g) 1,600 g
<b>Identificación y contenido de fibras</b> (valores medidos) (1) Exterior: 78.81% Poliéster y 21.19% Viscosa Tela interior: 100% Poliéster Relleno: 100% Espuma viscoelástica <b>X</b> No cumple		<b>Masa de la tela</b> g/m <sup>2</sup> 301.03 g/m <sup>2</sup>	<b>Cambio dimensional</b> <b>E</b>
<b>Resistencia a la abrasión</b> <b>E</b>	<b>Recuperación a las deformaciones</b> Grado de firmeza: Media Recuperación: <b>E</b>		<b>Resistencia a la decoloración</b> Lavado: <b>MB</b> Sudor: <b>MB</b>
<b>Lo que encontramos</b> • Sus dimensiones son ligeramente menores con respecto a lo indicado por el fabricante. • Sus fibras presentan desviaciones respecto a lo que declaran.			

**Precios:** **\$** Precio Promedio **Y** Precio obtenido por Internet los días 11 y 17 de enero del 2023.

### Observaciones:

**Información al consumidor**  
a) No presenta instrucciones de cuidado  
b) No presenta medidas

### Acabados

c) Tejido irregular  
d) Fruncidos en costuras  
e) Relleno irregular (poliuretano en fragmentos)

### Dimensiones

f) Sus dimensiones son ligeramente menores con respecto a lo indicado por el fabricante.

# ALMOHADAS



Precios Promedio de Almohadas en la Ciudad de México y Zona Metropolitana, Cancún, Hermosillo y Querétaro, levantados del 2 al 17 de enero del 2023.



**B** \$508  
(paquete de dos piezas)



**SERTA**  
/ SerTapedic / MÉXICO

<b>Información al consumidor</b> <b>X</b> Incompleta	<b>Acabados</b> Sin defectos	<b>Dimensiones</b> Largo x Ancho x Altura <b>E</b> 68.8 X 49.5 X 21 cm	<b>Peso total de la almohada</b> gramos (g) 580 g
<b>Identificación y contenido de fibras</b> (valores medidos) <sup>(1)</sup> Exterior: 100% Poliéster Relleno: 100% Poliéster No se especifica en la etiqueta permanente el contenido de fibras. <b>X</b> No cumple		<b>Masa de la tela</b> g/m <sup>2</sup> 114.96 g/m <sup>2</sup>	<b>Cambio dimensional</b> <b>E</b>
<b>Resistencia a la abrasión</b> <b>MB</b>	<b>Recuperación a las deformaciones</b> Grado de firmeza: Media Recuperación: <b>MB</b>		<b>Resistencia a la decoloración</b> Lavado: <b>E</b> Sudor: <b>E</b>
<b>Lo que encontramos</b> • No presenta medidas. • No se especifica en la etiqueta permanente el contenido de fibras.	<b>Resaltamos</b> • Indica ser hipoalergénica.		



**B** \$161



**SPRING AIR**  
/ Posture Comfort / MÉXICO

<b>Información al consumidor</b> <b>✓</b> Completa	<b>Acabados</b> Un defecto	<b>Dimensiones</b> Largo x Ancho x Altura <b>E</b> 63.3 X 48.5 X 18.5 cm	<b>Peso total de la almohada</b> gramos (g) 520 g
<b>Identificación y contenido de fibras</b> (valores medidos) <sup>(1)</sup> Exterior: 54.41% Algodón y 45.59% Poliéster Relleno: 100% Poliéster <b>X</b> No cumple		<b>Masa de la tela</b> g/m <sup>2</sup> 109.21 g/m <sup>2</sup>	<b>Cambio dimensional</b> <b>E</b>
<b>Resistencia a la abrasión</b> <b>B</b>	<b>Recuperación a las deformaciones</b> Grado de firmeza: Media Recuperación: <b>MB</b>		<b>Resistencia a la decoloración</b> Lavado: <b>E</b> Sudor: <b>E</b>
<b>Lo que encontramos</b> • Tejido irregular. • Sus fibras presentan desviaciones respecto a lo que declaran.	<b>Resaltamos</b> • Indica ser hipoalergénica.		

**Simbología:** **E** Excelente **MB** Muy Bueno **B** Bueno **S** Suficiente

**Notas:**

<sup>(1)</sup> En caso de no cumplimiento significa que los valores medidos presentan una desviación con respecto al valor declarado por el fabricante en un porcentaje mayor a la tolerancia que permite la norma, o bien presentan una fibra que no corresponde con lo declarado.

**Precios:** **\$** Precio Promedio **\$** Precio obtenido por Internet los días 11 y 17 de enero del 2023.

**Observaciones:**

**Información al consumidor**  
a) No presenta instrucciones de cuidado  
b) No presenta medidas

**Acabados**

c) Tejido irregular  
d) Fruncidos en costuras  
e) Relleno irregular (poliuretano en fragmentos)

**Dimensiones**

f) Sus dimensiones son ligeramente menores con respecto a lo indicado por el fabricante.

# LO QUE ENCONTRAMOS

## PUEDES AJUSTAR LA ALTURA A TU GUSTO

Presenta tres rellenos independientes para que puedas ajustar la altura como lo desees.



LUUNA

## FUE LA QUE MÁS DESGASTE TUVO EN LA FUNDA

El siguiente modelo calificó como Suficiente en la prueba de Resistencia a la abrasión de la tela de la funda:



LIVE COMFORTABLY PLATINUM

## SU RECUPERACIÓN A LA DEFORMACIÓN FUE BUENA

El siguiente modelo fue el único que calificó como Bueno en la prueba de Recuperación a las deformaciones. Esta es la prueba que mayor peso tuvo en la evaluación global de cada almohada:



TULIPPE

## NO TUVIERON DEFECTOS EN ACABADOS



LIVE COMFORTABLY PLATINUM



LUUNA



SERTA



SPRING AIR



TULIPPE



LUUNA



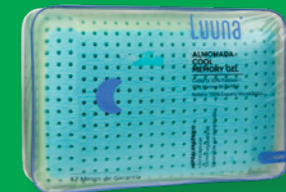
SEALY



SIGMA



TOMMY BAHAMA HOME



LUUNA



SEALY



SOGNARE



TULIPPE



# LO QUE ENCONTRAMOS

## TUVIERON DEFECTOS MENORES EN ACABADOS

Presenta fruncidos en costuras:



**ALLEREASE**

Su relleno es irregular (poliuretano en fragmentos):



**PURELUX**

Su tejido es irregular:



**SPRING AIR**

## PRESENTAN UNA PEQUEÑA VARIACIÓN EN SUS DIMENSIONES

En cuanto al tamaño, encontramos que los siguientes modelos son ligeramente menores, ya sea en el ancho o en el largo con respecto a lo declarado, lo cual demerita su evaluación:



**ALLEREASE**



**PURELUX**



**SPRING AIR**

## NO IDENTIFICA SUS FIBRAS

No especifica en la etiqueta permanente el contenido de fibras, por lo que incumplen el requisito de la NOM-004-SCFI-2006 en cuanto a la identificación y contenido de fibras:



**SERTA**

## SUS FIBRAS PRESENTAN DESVIACIONES RESPECTO A LO QUE DECLARAN

**NO CUMPLEN**

Incumplen el requisito de la NOM-004-SCFI-2006 en cuanto a la identificación y contenido de fibras:



**LUUNA**

Declara "Exterior" 100% Poliéster, pero se determinó 78.81% Poliéster y 21.19% Viscosa.



**SIGMA**

Declara "Exterior" Poliéster 70% y Lycra 30%, pero se determinó Poliéster 100%.



**SPRING AIR**

Declara "Exterior" Algodón 50% y Poliéster 50%, pero se determinó Algodón 54.41% y Poliéster 45.59%.

## NO PRESENTA INSTRUCCIONES DE CUIDADO

No indica la forma de limpiarla, lo cual incumple la NOM-004-SCFI-2006.



**SIGMA**

## NO INDICA SUS MEDIDAS

Al no decir cuánto mide incumple la NOM-004-SCFI-2006.



**SERTA**



# LO QUE ENCONTRAMOS

## SE ENCOGIERON LIGERAMENTE

Los siguientes modelos presentaron un ligero encogimiento, que no es grave, después del lavado:



ALLEREASE



LIVE COMFORTABLY PLATINUM



LUUNA



TULIPPE



TULIPPE

## ¿SON HIPOALERGÉNICAS?



De los 16 modelos analizados, 9 registran en sus empaques y/o etiquetado que son hipoalergénicas.

Se conoce como hipoalergénico a aquella característica dada por algún material que ayuda a disminuir el riesgo de

provocar un síntoma alérgico o una reacción alérgica al producto adquirido.

La mayoría de los materiales utilizados en la fabricación de los rellenos para las almohadas, específicamente en 14 de los modelos analizados tienen fibras de origen polimérico, es decir, plásticos y otros son de espuma de poliuretano o viscoelástica. Estos materiales por su origen sintético y los tratamientos que reciben inhiben o reducen significativamente las alergias.

En cuanto a los 2 modelos de almohadas con relleno de plumas de ganso, por su origen orgánico, son más propensas a provocar alergias aún cuando esos materiales estén manipulados en medios inocuos y reciban tratamientos especiales.

La recomendación de seguridad para tu salud es adquirir almohadas que manifiesten en sus empaques o etiquetados ser hipoalergénicas.

# LO MÁS CARO NO SIEMPRE ES LO MEJOR

Hay productos que tienen una calidad similar a un precio más económico, por ejemplo:

## TULIPPE VS LUUNA



E

\$369



B\*

\$1,579

\*TULIPPE obtuvo una evaluación global Excelente con solo un par de pruebas con calificación de Muy Bueno, mientras que LUUNA, en las pruebas de calidad obtuvo en tres de ellas calificación de Muy Bueno y las demás Excelente. Es de resaltar que en la información de su etiqueta, LUUNA, al no cumplir con el contenido e identificación de fibras, bajó su evaluación global a Bueno.

Nota: Este es un comparativo en cuanto a precio, ya que las tecnologías de ambas almohadas no son similares, así como los acabados que ofrece una con respecto a la otra.

**UN CONSUMIDOR SABIO CONSUME RAZONADAMENTE.**  
**CUIDA TU ECONOMÍA.**



# RECOMENDACIONES

## De compra

### CÓMPRALAS EN TIENDAS ESTABLECIDAS

Adquiere tus almohadas en tiendas establecidas (departamentales, especializadas, entre otras) para que puedas hacer efectiva la garantía si lo requieres.

### CHECA SU FIRMEZA

Así podrás darte una idea más concreta de si el modelo se adapta a tus necesidades de descanso. Colócalas en una superficie plana y oprímelas con la palma de tu mano hasta la mitad de su altura, mientras más presión necesites para lograrlo, más firme será la almohada.

### COMPRUEBA QUE SEAN CÓMODAS

En almohadas hechas a base de espuma de poliuretano te recomendamos palpar su relleno para saber si este es de una sola pieza o se trata de fragmentos de relleno muy denso y grandes y/o con bordes muy rectos. En el caso de esto último, significa que pueden perder fácilmente su forma y crear incomodidad al generar puntos de presión al dormir.

### PRUÉBALAS PARA VER SI SON DE TU AGRADO

En almohadas hechas a base de espuma de poliuretano te recomendamos palpar su relleno para saber si este es de una sola pieza o se trata de fragmentos de relleno muy denso y grandes y/o con bordes muy rectos. En el caso de esto último, significa que pueden perder fácilmente su forma y crear incomodidad al generar puntos de presión al dormir.

### PIENSA CUÁLES SON TUS NECESIDADES

Si tu temperatura corporal al dormir es relativamente alta, una almohada que transpire será la mejor opción, por ejemplo, aquellas hechas a base de plumas de ganso y trozos de poliuretano suave.

### VERIFICA QUE NO TENGAN IMPERFECCIONES

Revisa que las fundas no estén rasgadas, con malas costuras, manchas o cualquier defecto que no te permitan disfrutarlas. Las almohadas que tienen cierre te permitirán ajustar el relleno y limpiar fácilmente las fundas.

### REVISA LA ETIQUETA

Cerciórate de que tenga las instrucciones completas para su cuidado: lavado, secado, planchado, entre otros.



## De uso



### LÁVALAS ANTES DE ESTRENARLAS

Esto porque las telas con que son confeccionadas se someten a procesos químicos para darles la textura, color y apariencia previa a su venta final, lo que puede provocar irritaciones o molestias en la piel.

### SIGUE LAS INSTRUCCIONES DE CUIDADO

Se encuentran en la etiqueta de información al consumidor, así la podrás disfrutar en buenas condiciones por más tiempo.

### CÁMBIALAS CUANDO SEA NECESARIO

Te darás cuenta del momento en que hay que sustituir las almohadas viejas por unas nuevas cuando hayan perdido altura y firmeza, esto varía según el uso que se les dé.

## SUSTENTABILIDAD

La vida útil de las almohadas se ve reducida por la compresión que sufren diariamente en su relleno. Cuando ya no te sean útiles podrás reutilizar la tela de sus fundas como trapo para limpieza o para lustrar zapatos, por ejemplo.

Como la espuma de poliéster es el material que más se usa para el relleno de las almohadas, deséchala a través de los servicios de limpia de la ciudad para que se haga de manera correcta, ya que por tratarse de una fibra sintética que tarda muchos años en degradarse, su impacto es mayor para el medio ambiente.



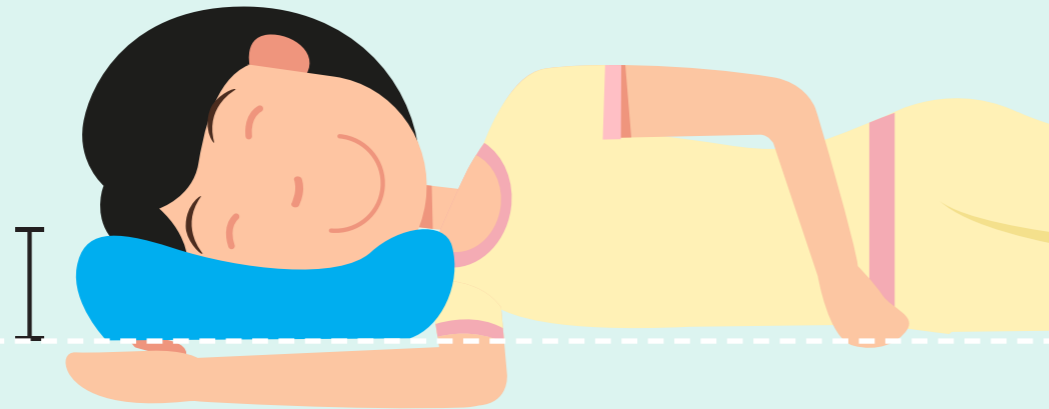


# CONSIDERACIONES

## ALTURA DE UNA ALMOHADA

Es importante para lograr un buen descanso y evitar dolores de cuello.

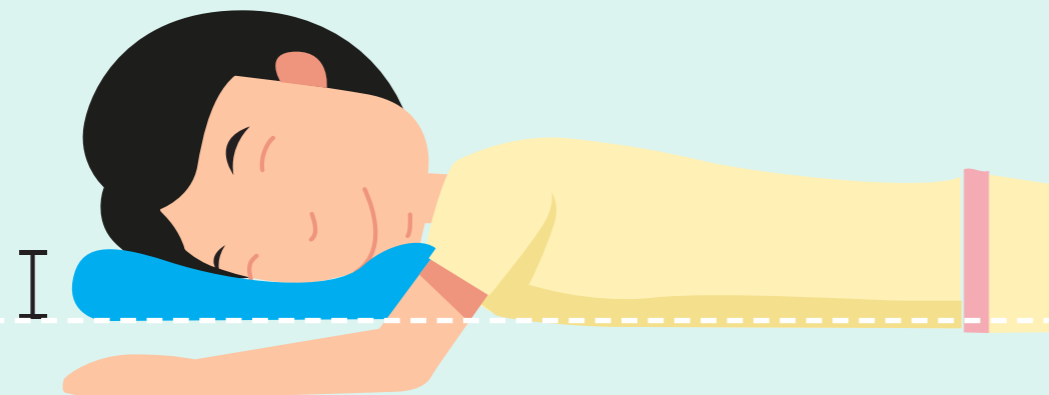
Si tu postura al dormir suele ser de lado, entonces una almohada de altura media es lo mejor.



Si duermes bocarriba, la altura de la almohada deberá ser tal que tu cabeza y cuello mantengan una postura lo más alineada posible.



Si duermes boca abajo se recomienda usar una almohada baja.



## ELIGE INFORMADO

Algunas leyendas y características ubicadas en el empaque exterior de las almohadas no garantizan que se tendrá un buen descanso, por ello considera estas recomendaciones y la evaluación global de cada modelo analizado en el estudio.



## FACTORES QUE ALTERAN LA ALTURA DE UNA ALMOHADA

La altura de una almohada se ve disminuida cuando está en uso por el propio peso de la cabeza que comprime el material de relleno. Si el material es muy suave, aunque la almohada sea alta, se va a comprimir notablemente. En otras palabras, la cantidad de relleno no necesariamente implica que la altura se va a mantener.



## ¿CÓMO LIMPIARLAS?



- Dale a tus almohadas un esponjado diario al tender tu cama.
- Una forma de protegerlas más es con una funda extra antes de la funda que quedará expuesta.
- Procura seguir las instrucciones de lavado que indican en sus etiquetas, ya sea lavado en lavadora en el ciclo que especifiquen, en tintorería o limpiando las manchas con una esponja o un trapo húmedo.
- Puedes colgarlas una vez al mes al aire libre en un tendedero durante unas horas, de preferencia en un día soleado.
- Antes de usarlas de nuevo, asegúrate de que estén completamente secas.

**Fuente:**  
<https://www.consumerreports.org/es/como-lavar-una-almohada-para-mantener-su-aroma-fresco/>