

La cama en el pasado, presente y futuro

Evolución de la cama y colchón a lo largo de la historia y su proyección de futuro

Los hombres primitivos, al igual que algunas tribus actuales se acomodaban en lechos de hojas secas y pieles ó cualquier otro material que les aislara del suelo y les diera un poco de confort. En esta época, la tribu dormía en masa sobre el colchón para combatir el frío y para sentirse más protegidos frente a los depredadores.

En el s IV a.c. los faraones egipcios descubren ya los beneficios de elevar una estructura a forma de cama. La cama egipcia tenía un rebuscado pie decorado con tallas y un simple apoyo en la zona de la cabeza. En Egipto la posición del colchón era un símbolo de la posición social así mientras el faraón colocaba su colchón en altura mediante un armazón de madera, la gente común dormía en cualquier rincón.

Más adelante los griegos primando la belleza a la comodidad, desecharon los colchones y fabricaban piezas de descanso con madera, piedra ó mármol a las que acoplaban una sencilla estructura de muelles, que consistía en tiras de cuero entrelazadas y telas. Algunas veces llevaban patas de plata y oro. Los etruscos hicieron también lujosas camas parecidas a las de los griegos.

Las camas romanas, hasta la disolución de la República se caracterizaban por su enorme sencillez, después sobrepasaron en esplendor a las griegas y etruscas. En la época romana se recuperó la figura del colchón y se mejoró, añadiendo como relleno en principio paja y después lana de Mileto y finas plumas de ave con las que también rellenaban cojines y almohadas. En esta época destaca el uso del colchón como punto de reunión. El colchón servía para dormir por la noche, reclinarse ó recibir visitas durante el día y tumbarse en él mientras se comía.

En la Europa Occidental, después de Jesucristo y hasta finales del s. XII , desapareció el lujo en las camas. En la época de Carlomagno como prueba de distinción se compartía la cama con el compañero de armas ó con el huésped a quien se quería honrar, sin que la esposa del que recibía se marchara a otro lecho. En las camas se acostaban a veces toda la familia junta siendo por ello de tamaños muy grandes.

Durante los s. XII y XIII prácticamente todos los castillos y mansiones señoriales tenían camas, pero los dormitorios como tales no se configuraron hasta el s. XVIII. Hasta ese momento las camas estaban en la sala y se utilizaban durante el día como divanes. Por la noche se separaban con cortinajes. De esta forma apareció el dosel que colgaba de un armazón que se apoyaba en cuatro postes colocados en las esquinas de la cama. Durante la Edad Media las colgaduras indicaban la posición económica y las de las clases acomodadas tenían importantes bordados. Las camas también fueron aumentando de tamaño hasta que en el s. XV, adquirieron proporciones enormes sobretodo entre la realeza. La cama con dosel, incluido el cortinaje, siguió siendo habitual mucho tiempo después de que se pusieran de moda los dormitorios. La ostentación exagerada, que caracterizaba las camas de épocas anteriores, fue desapareciendo cuando se empezaron a fabricar camas en series al alcance de todas las clases sociales. El armazón de hierro fue introducido por los franceses a finales del s. XVIII y se erigió como modelo en muchos hogares europeos. Las camas de latón se hicieron en Inglaterra hacia 1830 y perduraron hasta comienzos del s. XIX

Fuera de Europa su evolución esta menos documentada pero parece que han sufrido menos cambios con el paso de los siglos. Los maoríes neozelandeses dormían en esteras hechas con corteza de maderas y los japoneses sobre colchones rellenos de algodón, futones enrollables que se apoyaban directamente sobre un suelo de tatamis hecho de paja de arroz prensada, viendo la armonía de sus cuerpos parece esta una buena costumbre que han sabido mantener hasta nuestros días como se puede comprobar al visitar los ryokanes.

En Nueva Guinea las camas eran de madera y tenían cabeceras talladas con cabezas humanas que vigilaban a los espíritus malvados. En algunas zonas de África el pie es la parte más importante de la cama.

En el continente americano, existían dos elementos básicos para dormir que aún subsisten y son; el petate y la hamaca. El petate designa una estera hecha de tiras entretejidas de hojas de palma que sirve para sentarse y acostarse sobre ella. La hamaca describe un lecho colgante, generalmente de red, con una malla abierta y suelta y algunas veces hecho con tela. Muy común en pueblos y ciudades ha sido también el catre de tijera que se compone de dos largueros y cuatro piezas cruzadas sobre los que se apoya cuando se despliega. El lecho suele ser de tela resistente ó de cuerdas entrelazadas. En Argentina se ha utilizado tradicionalmente el catre de cuero.

A mediados de 1850 aparece el muelle cónico y se integra al colchón, naciendo así el colchón de muelles actual que poco a poco se fue perfeccionando, por ejemplo se enfundaron cada uno de los muelles que componían un colchón en un saco de tela individual para evitar así el ruido. Se diseñó también en esta época un colchón de agua exclusivo para evitar la aparición de úlceras en los enfermos hospitalizados durante largo tiempo. Sin embargo pese a estos sistemas el colchón de lana fue habitual en Europa hasta bien entrado el siglo XIX y persistió porque el colchón de muelles resultaba caro. En Alemania utilizaban también como relleno de los colchones el crin de caballo. Poco a poco las ventas de colchones de muelles aumentaron hasta llegar al Beautyrest, un colchón de muelles comercializado en EEUU que se apoyaba en el testimonio de grandes genios de la época como Edison, Henry Ford ó Marconi.

A partir de la década de los 30 apareció el colchón de látex. Sin embargo su uso se vio acotado por su alto precio en comparación con el de muelles que se fue abaratando gracias a su producción mecanizada. Junto al látex también se crearon otros rellenos muy populares como la goma espuma de poliuretano. El colchón de picado de espuma se utilizó ampliamente durante la década de los cincuenta. En las últimas décadas se ha ido generalizando el colchón de látex. Hay dos tipos el látex 100% sintético que es un derivado del petróleo y el látex 100% natural que procede del árbol del caucho. Utilizándose también combinados con un porcentaje de látex natural y otro de látex sintético. Hasta la década de los noventa, la elección del colchón se debatía entre la firmeza de los muelles y la adaptabilidad del látex. Sin embargo, hacía tiempo que se conocía otro material, el viscoelástico, fruto de las investigaciones de la NASA para aliviar la presión del cuerpo. Entre sus propiedades están la adaptabilidad y la envoltura que aporta al cuerpo durante el sueño, generando una especie de estado de ingravidez. Hoy en día el colchón viscoelástico esta en pleno auge y su consumo se acelera. Sin embargo este colchón solo marca un punto y seguido dentro de la particular historia del colchón.

En los momentos actuales envueltos por la gravedad de las crisis que nos obligan a introducir criterios de sostenibilidad en todo lo que producimos y consumimos el viscoelástico como material sintético 100% que es, una espuma de poliuretano con un coste medioambiental elevadísimo tiene difícil su supervivencia. Aunque es cierto que en la búsqueda por nuevos materiales respetuosos con el medio

ambiente, algunos laboratorios europeos han eliminado hasta un 30% de componentes derivados del petróleo y los han sustituido por otros de origen vegetal, el viscoelástico de última generación tiene todavía un elevadísimo porcentaje de componentes derivados del petróleo y a pesar de que estas aportaciones recientes son bienvenidas no son suficientes para justificar el producto. El petróleo es un recurso natural escasísimo que tiene una vida ya muy limitada por haberlo explotado sin medida durante todo el siglo pasado, nos toca ahora reinventar modelos sostenibles de descanso ó quizá volver la vista a aquellas culturas como la japonesa que han sabido cuidar este sin alejarse de los criterios que les permiten mantener el hilo de conexión con lo que resulta más natural y sencillo.

Cómo va a ser el colchón y las camas del futuro esta por ver pero lo que parece claro es que tendrá que cumplir los requisitos que nos marque una disciplina que empieza a despuntar, la nueva ecología industrial que estudia el impacto medioambiental, el impacto sobre la salud y el impacto social de toda la cadena de producción de un producto determinado en todo su ciclo vital desde la fabricación hasta la eliminación. El "cuanto más barato mejor " va a ser sustituido por el "más sostenible mejor, más sano mejor y más humano mejor". En este nuevo paradigma que se abre debemos comprender que lo esencial va ser conseguir hacer las cosas cada vez más sencillas y que será necesario recuperar el amor y empatía por la naturaleza que perdimos al enamorarnos de la vida urbana.

En lo que respecta a la cama y colchón del futuro estoy segura que el camino va a ser la vuelta a los elementos naturales como la madera para las bases de camas y el látex natural y las fibras naturales para los rellenos de los colchones, la creatividad consistirá en saber aprovechar al máximo los recursos naturales sin explotarlos más allá de lo necesario, y en descubrir nuevos usos de materiales que siempre han existido pero quizá no los hemos analizado en toda su profundidad.

Creado y publicado por Haiku-Futon®
<http://www.haiku-futon.com/>