

## **Dormir adecuadamente**

**El sistema de sueño de Nikken es una sofisticada combinación de diferentes tecnologías que de forma conjunta permiten un sueño óptimo, mejoran el descanso y ayuda a todos los procesos de recarga física y mental que acompañan a un sueño adecuado. Para Secretos para el bienestar –[secretosparaelbienestar.com](http://secretosparaelbienestar.com)- suponen un avance sin precedentes que permite de una forma sencilla y natural incorporar a nuestra vida avances que hace escasos años eran impensables.**

Los sistemas de sueño de Nikken incorporan la última generación de tecnología magnética, una superficie de masaje, fibras de infrarrojo lejano y distintos elementos para optimizar factores como el apoyo y la regulación de la temperatura, que son fundamentales para conseguir un sueño adecuado y reparador.

Para Secretos para el bienestar – [secretosparaelbienestar.com](http://secretosparaelbienestar.com)- uno de los avances más revolucionarios de los sistemas de sueño de Nikken son la tecnología adaptativa Sleep que solo se encuentra en los sistemas de sueño de la firma japonesa. Esta tecnología patentada es una combinación de características que funcionan en conjunto para ayudar a dormir mejor, descansar más y ayudar a los procesos de recarga física y mental que forman la base del sueño.

El sistema de sueño Nikken se ocupa de factores que son cruciales para ayudar a conseguir el sueño que usted necesita. Se ajusta su entorno para satisfacer las condiciones requeridas para la calidad del sueño. Estos incluyen:

**Apoyo adecuado.** Alineación incorrecta espinal o los puntos de presión localizados pueden causar más molestias. Esto puede llevar a dar vueltas o incluso interrumpir el ciclo del sueño.

**Regulación de la temperatura.** Las variaciones en la temperatura también pueden interrumpir el ciclo del sueño, en particular en aquellas fases donde propio mecanismo de regulación de la temperatura del cuerpo se suspende temporalmente.

**Un ambiente relajado relajante.** Condiciones ambientales y efectos del masaje se sabe que es beneficioso en la promoción de un mejor descanso y ayudar a la

aparición del sueño.

Un ambiente para dormir más natural. Tanto las tecnologías individuales y los materiales utilizados en sistemas de sueño Kenko están destinados a llevar a su área de sueño lo más cerca posible a la naturaleza, más de acuerdo con las condiciones normales para el cuerpo humano.

Ningún otro sistema de descanso ofrece este tipo de innovación ~ múltiples sistemas diseñados para optimizar su entorno de sueño.

---