

Uma boa cama faz diferença na noite de sono e na hora de curtir o quarto, que é um espaço tão importante para o casal. A cabeceira, o enxoval e a mesa de canto complementam essa área

POR GIOVANNA FISCHBORN

Na casa, o quarto é sinônimo de descanso e relaxamento. Onde, depois de um dia cansativo, dá para ficar confortável e aproveitar um espaço tão pessoal. Para o casal, costuma ser o cômodo mais importante do lar. E, nele, a cama é protagonista, seja pela funcionalidade, seja pelo impacto visual.

A arquiteta Patrícia Penna observa que os aspectos práticos e técnicos são prioridades. A ergonomia geral, as dimensões da cama, o material e a segurança do design garantem o bem-estar dos moradores. É preciso que eles se identifiquem e se sintam bem onde passam horas de sono. “Nesse ponto, o trabalho vai muito além de simplesmente escolher o colchão, o que já é muito importante”, pontua.

O recomendado é que a altura da cama somada a do colchão seja igual a um assento de cadeira, entre 45cm e 50cm. No entanto, camas box com baú tendem a ultrapassar esse tamanho, chegando a 60cm. É importante ir a uma loja e conferir o modelo de perto, mesmo porque pessoas altas e baixinhas têm sensação distintas, dependendo do móvel.

É que, em vez de falar em tendências e regras, a máxima que vale para as decisões da cama é que ela represente intimamente o gosto do casal. “Já tivemos clientes que queriam manter a cama anterior ou nos indicaram uma específica que desejavam ter no novo dormitório. Nesses

casos, os demais itens virão em consonância com o móvel”, afirma.

Assim, a cama também define o décor e a sensação que passa para o casal. Logo, deve ornar com a proposta do quarto e vice-versa. Esse seria um segundo aspecto, o estético.

Quartos menores pedem camas proporcionais às dimensões do cômodo. Esse entendimento ajuda a definir se ela será casal padrão, queen ou king, o que interfere no resultado final. “A circulação entre a cama e qualquer outra peça ou parede deve ser, no mínimo, de 60cm”, lembra a arquiteta. De acordo com ela, uma dica valiosa para dormitórios compactos é evitar camas com a chamada quina “viva”, que podem causar acidentes em circulações mais restritas.

E, ao lado da cama, está a mesa

O escritório PB Arquitetura veio com uma solução criativa. Feito de madeira e metal, o painel instalado na parede substituiu a cabeceira



de cabeceira. Ponto de apoio de quinquilharias e o que mais se usa na rotina. A referência é que ela esteja alinhada com o colchão e até 10cm mais baixo, para evitar acidentes. Também para facilitar no dia a dia, é interessante ter interruptores e pontos de tomada instalados a uma altura de 75cm, nas laterais da cama. E as mesas não precisam combinar. Dá para usar uma de um estilo de um dos lados e, no lado oposto, outra opção. A brincadeira fica divertida e mostra a personalidade de cada um.

Por fim, a cabeceira traz todo o charme da cama e integra o móvel ao ambiente. Verifique se o modelo em mente é coerente com o material e demais cores do quarto. “Em ambientes pequenos, tome cuidado para que ela não roube o espaço atrás da cama”, explicam Priscila e Bernardo Tressino, da PB

Arquitetura. Dica importante: alérgicos demandam atenção na limpeza e acúmulo de pó nas cabeceiras. Nesses casos, é melhor evitar modelos com frisos, ripados e tecidos.

Detalhes

Os arquitetos da PB reforçam alguns outros pontos para uma boa noite de sono. Invista em tapetes, cortinas — inclusive, as tipo blackout, se for preciso barrar a claridade — e travesseiros e almofadas fofas, para dar volume.

A indicação para lâmpadas e luminárias perto da cama é que elas fiquem na temperatura cor branca quente (2.400K a 3.000K), que ficam mais aconchegantes. Como iluminação geral, dê preferência à luz indireta, com a ajuda de alguns modelos de plafons ou de fitas de led embutidas em rasgos de gesso.