SHOOLDY
UN COUSSIN ERGONOMIQUE CRÉÉ PAR UN KINÉSITHÉRAPEUTE



D.R.

Conçu par Philippe Delsol et Stéphane Hareng, respectivement kinésithérapeute et chirurgien spécialistes de l'épaule, Shooldy est un coussin ergonomique qui vise à soulager les tensions dans cette articulation et améliorer le sommeil de son utilisateur. Les professionnels en ont eu l'idée en écoutant leurs patients à la recherche d'une solution pour soulager ces tensions durant la nuit.
En France, 46,2 % des adultes souffrent de TMS pendant plus de 30 jours par an, dont 19,1 % au niveau de l'épaule. Quand ces douleurs deviennent chroniques, 80 % des patients déclarent également des troubles du sommeil, qui altèrent leur qualité de vie et leur bien-être global.

De nuit ou de jour

Philippe Delsol et Stéphane Hareng ont fondé en 2024 une start-up spécialisée dans la conception de solutions ergonomiques innovantes pour le bien-être articulaire et musculaire. Avant d'arriver à Shooldy, il ont testé, ajusté et amélioré le coussin avec plus de 100 prototypes. "Lors des tests, 94 % des utilisateurs ont jugé notre coussin adapté à la position allongée sur le dos, et 100 % l'ont trouvé adapté à la position couchée sur le côté opposé à l'épaule douloureuse", assurent-ils.
En position horizontale, si le coude est placé en arrière de l'épaule, cela accentue les tensions articulaires. Shooldy limite ce mouvement et ajuste la hauteur du coude selon la morphologie de l'utilisateur. En position latérale, le coussin réaligne le bras avec le tronc, pour éviter qu'il bascule en avant et comprime les tissus antérieurs. Il peut aussi être utilisé en journée : en position assise, il soutient naturellement le bras et l'épaule, ce qui favorise la détente musculaire et réduit les tensions au niveau des cervicales. "Les tests en position assise sur canapé ont révélé qu'il réduisait les tensions au niveau de l'épaule chez 100 % des participants, et que 86 % ont également ressenti un soulagement cervical", affirment les concepteurs de ce coussin.

Une sensation d'apesanteur

Shooldy se décline en 3 versions : Confort, Relax et Pro. Le premier intègre 2 coussins asymétriques de tailles différentes, solidaires, qu'on peut déplier ou superposer, pour retrouver un alignement postural. Il est garni de microbilles en polystyrène donc ultra léger, ce qui lui permet de se faire oublier, ce qui est indispensable pour une utilisation prolongée. Il s'adapte à toutes les morphologies et à la plupart des positions qu'on adopte classiquement en dormant. Il épouse le bras et réduit les points de pression.
Le tissu est doux et lavable, composé de 2 couches : la housse externe est stable, la housse interne est élastique, pour un amorti progressif et un maintien en douceur. "Nous voulions créer un produit simple, intuitif et léger, alliant confort et technologie, capable de s'adapter à chacun. Shooldy procure une véritable sensation d'apesanteur au bras et apporte un meilleur confort, de nuit comme de jour", explique Stéphane Hareng. "Il devient un allié précieux pour les patients mais aussi pour les professionnels de santé."
Une version Pro a été développée pour les kinésithérapeutes, les centres de rééducation et autres professionnels de santé. Il est en tissu lessivable également. La version Relax inclut un 3e coussin.
Shooldy ne traite pas les pathologies de l'épaule, un suivi médical adapté reste indispensable. Mais il apporte un soulagement des tensions et contribue à améliorer la qualité de sommeil et de vie des patients.

SOPHIE CONRARD