

PROMOTION DE LA SANTE ET DEVELOPPEMENT DU SPORT PROPRE EN CYCLISME DE PERFORMANCE (PRO-CYCLEAN)

Thèse Bourse CIFRE
LAMHESS - FFC

PROCYCLEAN NEWS #1
Février 2025

Le contrat CIFRE PRO-CYCLEAN s'inscrit dans la continuité du contrat PSYDOPCY support de la thèse de Valentine Filleul. Ce programme de recherche s'appuie sur les résultats de sa thèse, soutenue en novembre 2023 (lien vers la soutenance : [Soutenance Orale, Valentine Filleul.mp4](#)).

PRO-CYCLEAN vise à déployer le plan de prévention fédéral antidopage en établissant un lien concret entre les conclusions de la thèse PSYDOPCY et les réalités du terrain. Aujourd'hui, l'enjeu ne se limite plus à comprendre les mécanismes qui poussent les cyclistes de haut niveau vers le dopage, il s'agit de prendre en compte leur santé de manière globale tant sur le plan physique que mental afin de préserver leur bien-être, optimiser leur performance et les accompagner vers une carrière durable. En parallèle, un volet éducatif essentiel est consacré à l'éducation des plus jeunes, afin de promouvoir un sport propre et éthique dès les premières étapes de la formation des futurs sportifs de haut niveau.

Section 1 – Recherche – Laboratoire LAMHESS Université Côte d'Azur

Projet de recherche PRO-CYCLEAN

L'objectif général du programme de recherche PRO-CYCLEAN est de questionner le rôle de la promotion de la santé, à savoir favoriser l'équilibre entre performance et santé, dans le développement du « sport propre » afin d'enrichir la politique antidopage de la FFC.

Volet 1 : Rôle des littératies et des qualités de résilience dans le sport propre en cyclisme

Un premier volet examinera le rôle de la littératie en santé, de la littératie antidopage et des qualités de résilience dans le sport propre en cyclisme.

Demande de CER

Afin de garantir une pratique de recherche éthique et responsable, nous avons soumis une demande au Comité d'Éthique de la Recherche (CER) pour le volet 1, et avons obtenu une réponse favorable sous le numéro 2025-002. Le CER vise à prévenir les comportements déviants et à préserver la crédibilité des enseignements de la recherche grâce à des codes de conduite et des chartes.

Étude 1 : Relations entre littératie en santé, littératie anti-dopage et sport propre

Doctorant / EC / médecins / stagiaire, impliqués : T. Lanteri, F. d'Arripe-Longueville, K. Corrion, E. Meinadier, C. Paris.

Études Préliminaires

→ ***Evaluation de la littératie antidopage : développement et validation d'un outil de mesure en langue française : LITERA – DOP.***

Le développement du questionnaire LITERA-DOP a pour objectif de mesurer la littératie antidopage, c'est-à-dire les connaissances et compétences d'un en matière d'antidopage. Après avoir établi des bases théoriques solides et sélectionnés les thématiques pertinentes, les premiers items ont été rédigés puis testés au niveau de leur clarté et de leur pertinence auprès d'experts dans le domaine de l'antidopage. Nous sommes actuellement en phase de collecte de données et nous visons un échantillon de 300 répondants.

Prochaine étape : Analyses statistiques des données pour valider scientifiquement l'outil et pouvoir l'utiliser dans d'autres études.

Valorisation : Les résultats de cette étude seront présentés lors d'un symposium au congrès de la Société Française de Psychologie du Sport (SPFS) à Nantes.



Congrès de la SFPS

Bilan & héritages des Jeux Olympiques et Paralympiques de Paris 2024 :
Quelles innovations dans le champ de la psychologie du sport ?



→ **Evaluation de la littératie en santé chez le sportif de haut niveau : développement et validation d'un outil de mesure en langue française : HEALTH – LIT.**

Le questionnaire sur la littératie en santé, HEALTH-LIT, est en cours de développement. La notion de santé dans le contexte sportif est multidimensionnelle et va au-delà de la simple dimension médicale. Après une analyse approfondie de la littérature scientifique, une base théorique solide a été identifiée et plusieurs domaines ont été sélectionnés : alimentation, sommeil, anxiété et burnout. Des premiers items ont été formulés en lien avec ces domaines.

Prochaine étape : Analyses de clarté et de pertinence des items auprès d'experts des domaines retenus.

Volet 2 : Conception, implémentation et évaluation d'un programme de promotion de la santé mobilisant les littératies et les qualités de résilience au sein de la politique antidopage de la FFC

Un second volet se centrera sur la conception, l'implémentation et l'évaluation d'un programme de promotion de la santé mobilisant la littératie en santé, la littératie antidopage et les qualités de résilience des cyclistes, au sein de la politique antidopage de la FFC.

Section 2 – Fédération - FFC

Appel à projet AFLD et Crédit Mutuelle Alliance Fédérale : "Pour un sport propre" : Projet CyClean

Pour rappel, en janvier 2023, l'Agence Française de la Lutte contre le Dopage (AFLD) avait lancé un appel à projets en partenariat avec le Crédit Mutuel Alliance Fédérale et la fondation du sport propre, auquel la FFC avait répondu en partenariat avec le LAMHESS, et avait été sélectionnée. ([AAP_FFC_LAMHESS_CYCLEAN.pdf](#)).

L'objectif était de concevoir un jeu visant à éduquer les jeunes à l'antidopage. Le jeu CyClean éduque les plus jeunes en leur fournissant des connaissances sur le sujet de l'antidopage et en développant des compétences et des comportements sains et éthiques vis-à-vis du dopage. La conception de CyClean est désormais terminée. Plusieurs jeunes (environ 100), âgés de 12 à 17 ans,



ont joué au jeu et ont contribué à son amélioration grâce à leurs retours. La phase de test n'est pas encore terminée, car des essais sont en cours auprès des éducateurs antidopage de la FFC

En pratique, plusieurs clubs du sud de la France (06) ont été sollicités ainsi qu'environ 80 jeunes lors du Trophée France Jeune Vététiste (TFJV). De plus, le jeu a été présenté lors de la réunion des managers territoriaux en début de saison.

Prochaine étape : présenter le jeu CyClean à l'AFLD pour validation et finalisation du projet.

Réunion de rentrée avec l'AFLD

Une réunion s'est tenue en octobre dans les locaux de l'AFLD, en présence de Louison Boussard-Turbet, responsable du département Éducation et Prévention, et de Jean-Baptiste Compère, conseiller en charge des relations partenariales. L'objectif était de faire un point sur le plan de prévention du dopage de la FFC. Cette rencontre a permis d'ajuster le plan en fonction des attentes de l'AFLD et d'échanger sur nos objectifs respectifs.

Éducateurs antidopage

Le plan de prévention du dopage de la Fédération continue de se développer et d'évoluer. Actuellement, quatre éducateurs antidopage formés par l'AFLD sont présents au sein de la FFC et répartis sur le territoire métropolitain. Des réunions trimestrielles ont été instaurées afin de suivre les progrès, définir les objectifs pour le trimestre suivant et échanger sur les problèmes rencontrés sur le terrain. Le recrutement de douze nouveaux éducateurs dans les Structures d'Éducation et de Formation (SEF) a été lancé début février. Le prototype du jeu CyClean a été distribué auprès de trois éducateurs antidopage (Nouvelle-Aquitaine, Occitanie et Normandie) pour qu'il soit testé dans de futures interventions.

Prochaine étape : création d'un module FFC pour permettre aux futurs éducateurs FFC de connaître les spécificités des disciplines cyclistes, la culture de la Fédération, l'historique de la relation entre cyclisme et dopage, et de s'approprier les outils d'éducation développés par la FFC.

Suivi des sanctions des athlètes

Le processus de suivi des sanctions est en cours d'amélioration, avec la mise à jour du tableur de suivi des athlètes ayant fait ou faisant l'objet d'une sanction. Ce tableur offre une vision plus complète et directe du suivi des athlètes sanctionnés, et a pour objectif d'optimiser la gestion du suivi pour la FFC.

Logo Projet PRO-Cycleclean

Le projet de recherche CIFRE Pro-Cycleclean vise à devenir un axe de prévention pérenne au sein de la fédération. Ainsi, un logo est en cours de création. Après cinq propositions réalisées par la société In Yellow Consulting, deux d'entre elles ont particulièrement retenu notre attention et notamment le premier logo à gauche ci-dessous. Ce logo sera encore amélioré afin de répondre pleinement à nos attentes. De plus, un slogan est proposé pour illustrer l'engagement de la fédération dans la promotion d'un sport éthique : **« Rouler fort, rester sain, s'engager pour demain. ».**



Section 3 – Formation

Formation doctorale

65 heures de formations obligatoires ont été réalisées depuis le début de la thèse (accompagnement vers la première publication scientifique, l'éthique de la recherche, les outils statistiques, et la gestion de projet doctoral).

Future formation : Formation éducateurs antidopage de l'AFLD, 23 – 24 avril.

Section 4 – Enseignement

1er semestre :

- **L1/L2/L3 – Université Côte d'Azur** - Option Combat (10h TD et 38h TP)
- **M2 APAS – Université Côte d'Azur** – Approche, Programmation, innovation et personnalisation de l'APAS (4h TD)

2nd semestre (en cours) :

- **L3 ES – Université Côte d'Azur** – Approche psychologique des risques liés à la pratique sportive (6h CM et 8h TD)
- **L1/L2/L3 – Université Côte d'Azur** - Option Combat (16h TD et 22h TP)

* CM = Cours Magistral ; TD = Travaux Dirigés ; TP = Travaux Pratiques