

Protocoles Opérationnels Standardisés Thérapeutiques et Exploratoires

FICHE P.O.S.T.E — MALADIES MÉTABOLIQUES · PROTOCOLE THÉRAPEUTIQUE

Réf. POSTE-MET-SM · Version 2.0 — validée le 21/06/2026

SYNDROME MÉTABOLIQUE — conduite à tenir

Objet

Identifier un syndrome métabolique (agrégation de facteurs liés à l'insulinorésistance et à l'obésité abdominale) afin de réduire le risque de diabète de type 2 et d'événement cardiovasculaire.

CAT diagnostique

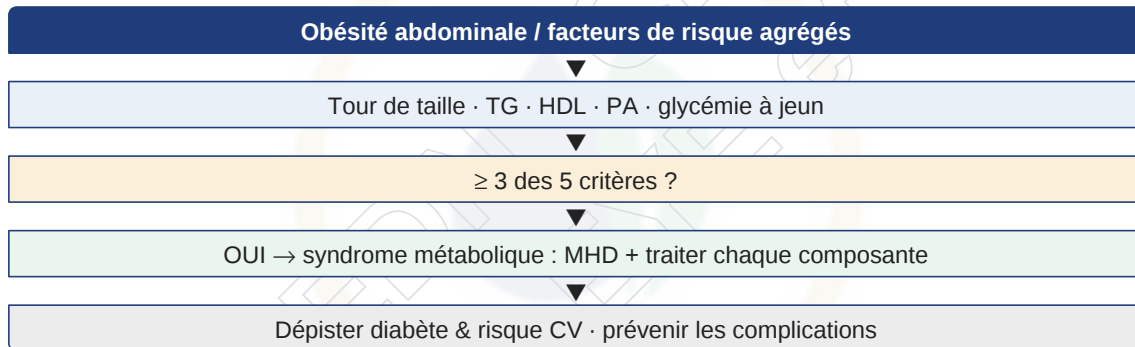
1. Signes cliniques

- **Obésité abdominale** (tour de taille élevé) au premier plan ; signes d'insulinorésistance (acanthosis nigricans).
- Rechercher HTA, antécédents de dysglycémie/diabète, dyslipidémie, MASLD, SOPK/SMOP, SAOS.
- Évaluer le mode de vie (alimentation, sédentarité) et les antécédents familiaux.

2. Signes paracliniques

- **Diagnostic = au moins 3 des 5 critères** (définition harmonisée) : **tour de taille élevé** (seuils selon population) ; **triglycérides $\geq 1,5$ g/L** ; **HDL bas** ($< 0,40$ H / $< 0,50$ F) ; **PA $\geq 130/85$** ; **glycémie à jeun $\geq 1,0$ g/L** (ou traitement de chacun).
- Bilan de retentissement : HbA1c/HGPO (dysglycémie), bilan hépatique (MASLD), évaluation du risque cardiovasculaire.

Algorithme décisionnel



CAT thérapeutique

- **Mesures hygiéno-diététiques et perte de poids = pierre angulaire** (alimentation, activité physique régulière, sevrage tabagique).
- **Traiter chaque composante** : HTA (cible $< 130/80$), dyslipidémie (statine selon risque), **dysglycémie** (prévention/traitement du diabète — metformine selon le contexte).
- Prise en charge des comorbidités associées (MASLD, SAOS, SMOP).
- Évaluation et réduction du risque cardiovasculaire global.

Surveillance

- Tour de taille, poids, PA, glycémie, bilan lipidique ; dépistage régulier du diabète de type 2.
- Suivi du risque cardiovasculaire et des comorbidités.

Points de vigilance

- Le syndrome métabolique annonce un risque élevé de **diabète de type 2** et d'événement cardiovasculaire : intervenir précocement.
- Agir sur le mode de vie en priorité (effet sur toutes les composantes).

Adaptation à notre contexte (ressources limitées)

- Diagnostic par mesures simples (tour de taille, PA, glycémie, bilan lipidique) : accessible en consultation.
- Mesures hygiéno-diététiques (coût nul) en première intention ; traiter les composantes avec des génériques.
- Éducation et dépistage du diabète ; approche familiale et culturelle.