

---

### **Determinación de dislipidemias en adultos mayores e intervención de enfermería sobre estilos de vida modificable en empleados civiles de la FAP**

Amalia Loli, Edna Ramírez, Miguel Sandoval, Aidé Casquero, Angélica Loli

Facultad de Medicina, UNMSM

---

**Objetivos:** Determinar la incidencia de dislipidemia e identificar el estilo de vida de los adultos mayores, empleados civiles de la Fuerza Aérea del Perú (FAP).

**Diseño:** Descriptivo, observacional.

**Institución:** Facultad de Medicina, UNMSM.

**Participantes:** Empleados civiles de la FAP.

**Intervenciones:** En la etapa clínica, 133 adultos fueron sometidos previo consentimiento a estudios clínicos: medidas antropométricas, presión arterial, análisis de sangre (colesterol total, HDL, LDL, triglicéridos y glucosa). En la etapa educativa se aplicó una encuesta y se realizó un programa de intervención de enfermería.

**Principales medidas de los resultados:** Medición de niveles antropométricos, estilos de vida mediante encuesta y niveles de presión arterial, colesterol HDL, LDL, triglicéridos y glucosa.

**Resultados:** El 45,1% (60) de los participantes tenía sobrepeso y 25,5% (34) era obeso. El 45% (60) tomaba algún fármaco permanentemente. El 41,3% (55) realizaba caminatas diariamente. Sin embargo, el 63,2% (84) no realizaba deporte alguno. El 49,6% (66) manifestó comer verduras todos los días. El pollo y el pescado fueron las carnes que más consumían en la semana. Se detectó 74 casos de adultos con dislipidemia: 30 casos por elevación del colesterol, 22 casos por elevación de triglicéridos y 22 casos por elevación de ambos. El 28,5% de los participantes tuvo el índice colesterol total /HDL mayor de 5, lo que significa riesgo cardiovascular.

**Conclusiones:** El 55% de los adultos presentó dislipidemia. La mayoría de los adultos tenía sobrepeso y obesidad debido a poca actividad física. La mayoría no consumía frutas secas y no utilizaba aceite de oliva; sin embargo, ingería al menos una fruta al día y agua regularmente, así como verduras todos los días. Se recomienda intervención educativa individualizada para reforzar los hábitos y estilos de vida saludables de los adultos.

**Palabras clave:** Dislipidemia, adultos, intervención de enfermería.