

THỪA CÂN, BÉO PHÌ VÀ MỘT SỐ YẾU TỐ LIÊN QUAN CỦA HỌC SINH LỚP 5 TẠI HÀ NỘI

Nguyễn Thị Hải Yến✉, Trần Quang Trung, Nguyễn Thị Kiều Anh,
Đặng Thị Thanh Hà

¹Trung tâm Kiểm soát bệnh tật thành phố Hà Nội

Nghiên cứu mô tả cắt ngang tiến hành trên 2600 học sinh lớp 5 tại thành phố Hà Nội năm 2021 về thực trạng thừa cân và béo phì (TCBP) với một số yếu tố liên quan. Học sinh được cân đo nhân trắc và phỏng vấn bằng bộ câu hỏi. Kết quả nghiên cứu cho thấy tỷ lệ thừa cân béo phì ở học sinh lớp 5 là 37,8%, trong đó tỷ lệ thừa cân là 23,1% và béo phì là 14,7%. Tỷ lệ thừa cân, béo phì và thừa cân béo phì học sinh nam cao hơn so với học sinh nữ, khu vực nội thành cao hơn so với khu vực ngoại thành. Các yếu tố liên quan tới tình trạng thừa cân béo phì ở học sinh gồm: giới, khu vực sống, trình độ học vấn của mẹ, gia đình có người mắc thừa cân béo phì và tần suất ăn sáng. Do đó, cần thực hiện các giải pháp can thiệp để khống chế tình trạng thừa cân béo phì ở học sinh tiểu học tại thành phố Hà Nội, tập trung cho nhóm học sinh ở khu vực nội thành và có các yếu tố nguy cơ.

Từ khóa: thừa cân béo phì, học sinh, Hà Nội.

I. ĐẶT VẤN ĐỀ

Theo thống kê của Tổ chức Y tế thế giới (WHO), vào năm 2016, có hơn 1,9 triệu người lớn bị thừa cân và trên 650 triệu người bị béo phì.¹ Năm 2019, khoảng 38 triệu trẻ em dưới 5 tuổi bị thừa cân hoặc béo phì và trên 340 triệu trẻ em và vị thành niên 5 - 19 tuổi mắc thừa cân béo phì.² Theo báo cáo tổng điều tra dinh dưỡng năm 2019 của Viện Dinh dưỡng, Việt Nam đang đối mặt với gánh nặng gấp ba gồm: suy dinh dưỡng thấp còi, thừa cân béo phì và thiếu vi chất dinh dưỡng.³ Trong đó thừa cân béo phì ở trẻ em đang ngày càng gia tăng và là yếu tố nguy cơ chính dẫn đến những bệnh lý không lây nhiễm.³ Do đó, quan tâm đến tình trạng thừa cân béo phì của trẻ em chính là một trong các yếu tố quan trọng để giảm gánh nặng bệnh tật ở lứa tuổi trưởng thành trong tương lai. Các nghiên cứu cho thấy tỷ lệ thừa cân béo phì lứa tuổi học đường cao nhất ở

nhóm học sinh tiểu học.⁴ Đồng thời, dinh dưỡng cho học sinh tiểu học rất cần thiết vì giai đoạn tiểu học là thời kỳ quan trọng tạo tiền đề cho phát triển vượt bậc ở giai đoạn dậy thì.⁵ Theo báo cáo của Viện Dinh dưỡng năm 2019, tỷ lệ thừa cân béo phì ở học sinh tiểu học tại Hà Nội và thành phố Hồ Chí Minh là 41,9%, trong đó tỷ lệ béo phì là 22,7%.⁶ Thủ đô Hà Nội có vị trí địa lý - chính trị quan trọng, là đầu não chính trị hành chính Quốc gia, trung tâm lớn về văn hóa, khoa học, giáo dục, kinh tế và giao dịch quốc tế. Tại Hà Nội, năm 1995 có tỷ lệ trẻ thừa cân béo phì là 3,3% nhưng đến năm 2011 đã tăng lên 40,7%.⁶ Hiện nay tình trạng thừa cân béo phì của học sinh tiểu học tại Hà Nội cần cập nhật và có tính đại diện trên toàn thành phố, do đó chúng tôi tiến hành nghiên cứu "Thực trạng thừa cân béo phì của học sinh lớp 5 và một số yếu tố liên quan tại Hà Nội năm 2021 với 2 mục tiêu:

1. Xác định thực trạng thừa cân béo phì của học sinh lớp 5 tại Hà Nội năm 2021;
2. Phân tích một số yếu tố liên quan tới thực trạng thừa cân béo phì của học sinh lớp 5 tại Hà Nội năm 2021.

Tác giả liên hệ: Nguyễn Thị Hải Yến

Trung tâm Kiểm soát bệnh tật thành phố Hà Nội

Email: haiyen38h@gmail.com

Ngày nhận: 09/08/2021

Ngày được chấp nhận: 23/09/2021

II. ĐỐI TƯỢNG VÀ PHƯƠNG PHÁP

1. Đối tượng

Học sinh lớp 5 (từ 10 đến 11 tuổi) tại 30 trường tiểu học.

Tiêu chuẩn lựa chọn

Đã thường trú và học tập tại Hà Nội từ 12 tháng trở lên.

Tiêu chuẩn loại trừ

- Tiêu chí loại trừ không chọn học sinh: Học sinh không hợp tác, hoặc không đồng ý tham gia cuộc đánh giá; Học sinh là người nước ngoài; mới chuyển từ tỉnh khác đến sống tại Hà Nội dưới 12 tháng; học sinh bị rối loạn về tâm thần, học sinh bị khiếm thính, khiếm thị, gù vẹo cột sống.

- Tiêu chí loại trừ trường không chọn vào nghiên cứu.

+ Trường có yếu tố nước ngoài: do khó tiếp cận và có học sinh nước ngoài.

+ Các trường chuyên trực thuộc Bộ Giáo dục và đào tạo: do có cả học sinh của những tỉnh thành khác đến học.

+ Trường đặc biệt dành cho trẻ khiếm thính, khiếm thị, tàn tật.

Thời gian và địa điểm

Nghiên cứu được thực hiện tại 30 trường tiểu học, trên địa bàn thành phố Hà Nội trong thời gian từ tháng 02/2021 đến tháng 06/2021.

2. Phương pháp

Thiết kế nghiên cứu

Mô tả cắt ngang.

Cỡ mẫu

Cỡ mẫu được tính toán theo hướng dẫn của Tổ chức Y tế thế giới. Cỡ mẫu tối thiểu cho nghiên cứu như sau:

$$n_1 = Z_{1-\alpha/2}^2 \frac{p(1-p)}{d^2}$$

Trong đó:

n_1 là cỡ mẫu tối thiểu;

p : 30% tỷ lệ học sinh lớp 5 tại Hà Nội mắc thừa cân béo phì theo nghiên cứu của Trần Thị Huyền Trang năm 2016;⁴

$Z_{1-\alpha/2}^2 = 1,96$, hệ số tin cậy với mức tin cậy 95%;

$d = 0,025$, sai số cho phép. Thay vào công thức ta được: $n_1 = 1291$ học sinh.

Do chọn mẫu cụm nhiều giai đoạn nên tính toán hệ số thiết kế $DE = 2$. Cỡ mẫu cho nghiên cứu là: $n = n_1 \times DE$. Số người bỏ cuộc ước tính (đối tượng không hợp tác, phiếu trả lời không hoàn thiện...) khoảng 2%. Cỡ mẫu nghiên cứu sẽ là: 2600 học sinh (làm tròn). Trên thực tế nghiên cứu đã tiến hành trên 2600 học sinh.

Chọn mẫu

Chọn mẫu cụm nhiều giai đoạn (mỗi lớp là 1 cụm). Các bước chọn mẫu như sau:

Bước 1: Chọn trường tham gia nghiên cứu

Theo báo cáo của Sở Giáo dục và Đào tạo thành phố Hà Nội, mỗi trường có ít nhất 2 lớp trong một khối. Do đó, trong mỗi trường sẽ chọn 2 lớp/khối vào nghiên cứu. Trung bình có 40 học sinh/lớp với giả định tỷ lệ học sinh trai: học sinh gái khác nhau không đáng kể. Mỗi trường chọn 2 lớp khối 5 với số học sinh là $40 \times 2 = 80$ học sinh tham gia vào nghiên cứu. Như vậy số trường tiểu học được chọn vào nghiên cứu là: $2600 : 80 = 30$ trường (làm tròn).

Danh sách các trường được lập theo nguyên tắc sắp xếp theo thứ tự từ Bắc xuống Nam và từ Đông sang Tây để chọn trường.

Từ danh sách đã lập, chọn theo phương pháp chọn mẫu xác suất ngẫu nhiên theo kích thước quần thể.

Bước 2: Chọn lớp tham gia nghiên cứu

Tại mỗi trường được chọn tham gia nghiên cứu, lập danh sách các lớp thuộc khối 5. Từ

danh sách các khối lớp đã lập chọn 2 lớp/khối theo phương pháp chọn mẫu ngẫu nhiên đơn.

Như vậy mỗi trường sẽ có 2 lớp được chọn.

Bước 3: Chọn đối tượng

Chọn toàn bộ học sinh của những lớp được chọn vào nghiên cứu.

Biến số, chỉ số nghiên cứu

- Thông tin nhân khẩu học: tuổi, giới, khu vực sống.

- Tình trạng dinh dưỡng: chiều cao, cân nặng, Z score BMI theo tuổi (BAZ).

- Một số yếu tố liên quan: trình độ học vấn bố mẹ, số anh chị em trong gia đình, tần suất tiêu thụ một số thực phẩm, thời gian thể dục và thời gian ngủ.

Thu thập số liệu

Học sinh được cân cân nặng bằng cân điện tử Tanita UM-070, độ chính xác 0,1 kg và đo chiều cao bằng thước gỗ ba mảnh, độ chính xác 0,1 cm. Kỹ thuật cân đo theo hướng dẫn của Tổ chức Y tế thế giới (WHO).

Tình trạng dinh dưỡng được phân loại theo hướng dẫn của WHO: học sinh có BAZ > 1 SD được đánh giá là thừa cân béo phì trong đó học sinh thừa cân khi $1 < BAZ \leq 2$, học sinh béo phì khi BAZ > 2.

Phòng vấn đối tượng nghiên cứu bằng bộ câu hỏi: Sử dụng bộ câu hỏi của WHO về sức khỏe học sinh⁷ đề cập đến 06 nội dung, trong đó 21 câu về thực hành dinh dưỡng. Bộ câu hỏi được chỉnh lý và cập nhật cho phù hợp với điều kiện thực tế như: giải thích các thuật ngữ cho học sinh, thay thế tên các thực phẩm phù hợp với thói quen ăn uống của người Việt Nam, loại bỏ các câu hỏi về tình trạng cung cấp thực phẩm tại trường học, bổ sung các

câu hỏi để xác định yếu tố liên quan. Một số khái niệm trong bộ câu hỏi như sau: bữa ăn chính bao gồm bữa sáng, bữa trưa và bữa tối; người thân - bao gồm bố mẹ, anh chị em ruột và ông bà.

3. Xử lý số liệu

Số liệu được nhập liệu bằng phần mềm Epidata 3.1 và phân tích xử lý bằng phần mềm WHO Anthro plus và STATA 14.0. Số liệu được trình bày bằng số trung bình, độ lệch chuẩn, tỷ lệ phần trăm, T-test sử dụng để so sánh giá trị trung bình, yếu tố liên quan xác định bằng hồi quy logistic đơn biến và đa biến, có ý nghĩa thống kê (YNTK) với $p < 0,05$.

4. Đạo đức nghiên cứu

Nghiên cứu thuộc chương trình dinh dưỡng cộng đồng theo dõi đánh giá tình trạng dinh dưỡng của học sinh phổ thông tại Hà Nội giai đoạn 5 năm từ năm 2017 đến năm 2021. Đối tượng tự nguyện tham gia và được giải thích đầy đủ về mục đích nghiên cứu. Phiếu thu thập thông tin ở dạng mù đôi (không ghi cụ thể họ tên học sinh). Các thông tin thu thập được chỉ sử dụng cho nghiên cứu.

III. KẾT QUẢ

1. Thông tin chung về đối tượng nghiên cứu

Nghiên cứu tiến hành với 2.600 học sinh tham gia, tỷ lệ nam nữ gần tương đương nhau trong đó học sinh nữ có 1.363 em chiếm 52,4%, học sinh nam có 1.237 em chiếm 47,6%. Phần lớn đối tượng nghiên cứu là học sinh 10 tuổi với 1906 học sinh chiếm 73,3%, còn lại có 694 học sinh 11 tuổi chiếm 26,7%. Dân tộc Kinh chiếm chủ yếu với 2.541 em (97,7%). Có 640 học sinh nội thành (24,6%) và 1960 học sinh ngoại thành (75,4%).

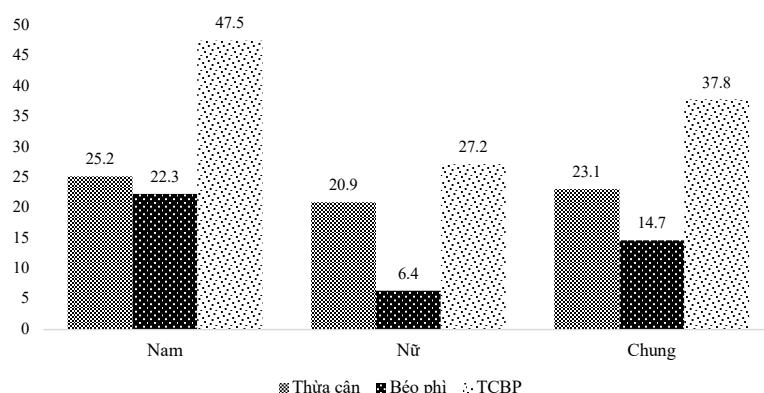
2. Tình trạng thừa cân béo phì của học sinh lớp 5

Bảng 1. Chỉ số nhân trắc của đối tượng nghiên cứu

Giới	Tuổi	Chiều cao (cm)	Cân nặng (kg)	BAZ
Nam	10	141,1 ± 6,5	38,5 ± 10,0	0,7 ± 1,5
	11	143,8 ± 7,4	40,3 ± 10,1	0,6 ± 1,6
Nữ	10	142,5 ± 7,0	36,8 ± 8,5	0,2 ± 1,3
	11	146,4 ± 6,7	39,5 ± 8,9	0,1 ± 1,3

Bảng 1 cho thấy chiều cao, cân nặng và Z score BMI theo tuổi (BAZ) của đối tượng nghiên cứu. Chiều cao, cân nặng của nhóm 11 tuổi cao hơn so với nhóm 10 tuổi. Học sinh nữ có chiều cao trung bình cao hơn học sinh nam. Ngược

lại, học sinh nữ có cân nặng trung bình thấp hơn học sinh nam. Chỉ số BAZ trung bình của học sinh nam cao hơn học sinh nữ. Các khác biệt chỉ số nhân trắc của hai giới đều có ý nghĩa thống kê ($p < 0,001$).



TCBP: thừa cân béo phì

Biểu đồ 1. Tỷ lệ thừa cân béo phì ở học sinh lớp 5

Biểu đồ 1 cho thấy, tỷ lệ học sinh lớp 5 tại Hà Nội mắc thừa cân béo phì là 37,8%, trong đó tỷ lệ thừa cân là 23,1% và béo phì là 14,7%. Học

sinh nam có tỷ lệ thừa cân béo phì là 47,5% cao hơn so với học sinh nữ là 27,2%, khác biệt có ý nghĩa thống kê ($p < 0,001$).

Bảng 2. Phân bố tình trạng thừa cân béo phì theo khu vực và giới tính

	Nội thành			Ngoại thành		
	Nam (n = 317)	Nữ (n = 323)	Chung (n = 640)	Nam (n = 1046)	Nữ (n = 914)	Chung (n = 1960)
Thừa cân	101 31,9	77 23,8	178 27,8	242 23,1	181 19,8	423 21,6

	Nội thành			Ngoại thành		
	Nam (n = 317)	Nữ (n = 323)	Chung (n = 640)	Nam (n = 1046)	Nữ (n = 914)	Chung (n = 1960)
Béo phì	85 26,8	27 8,4	112 17,5	219 20,9	52 5,7	271 13,8
TCBP	186 58,7	104 32,1	290 45,3	461 44,1	233 25,5	64 35,4

(Số liệu được trình bày dưới dạng n, %)

Bảng 2 cho thấy tỷ lệ thừa cân béo phì ở học sinh lớp 5 khu vực nội thành là 45,3% cao hơn so với khu vực ngoại thành là 35,4%. Tương tự, tỷ lệ béo phì nội thành (17,5%) cao hơn so với ngoại thành (13,8%). Học sinh lớp 5 ở nội

thành cũng có tỷ lệ béo phì cao hơn so với học sinh ngoại thành. Ở cả hai khu vực đều có tỷ lệ thừa cân, béo phì và thừa cân béo phì ở học sinh nam cao hơn học sinh nữ.

3. Một số yếu tố liên quan tới tình trạng thừa cân béo phì ở học sinh lớp 5

Bảng 3. Một số yếu tố liên quan tới tình trạng thừa cân béo phì ở học sinh lớp 5

Thừa cân béo phì Yếu tố liên quan	Có		Không		OR* (95%CI)	p*	OR** (95%CI)	p**	
	n	%	n	%					
Giới tính	Nam	647	47,5	716	52,5	2,4 (2,0 - 2,8)	0,000	2,6 (2,0 - 3,6)	0,000
	Nữ	337	27,2	900	72,8				
Khu vực sống	Nội thành	290	45,3	350	54,7	1,5 (1,3 - 1,8)	0,000	1,4 (1,0 - 2,0)	0,038
	Ngoại thành	694	35,4	1266	64,6				
Học vấn mẹ	> THPT	310	41,9	430	58,1	1,4 (1,1 - 1,8)	0,003	1,6 (1,0 - 2,4)	0,032
	≤ THPT	165	33,5	328	66,5				
Học vấn bố	> THPT	304	43,4	396	56,6	1,4 (1,1 - 1,8)	0,003	1,1 (0,7 - 1,6)	0,786
	≤ THPT	174	35,0	323	65,0				
Số con trong gia đình	1 con	146	46,2	170	53,8	1,5 (1,2 - 1,9)	0,001	1,5 (1,0 - 2,3)	0,072
	≥ 2 con	838	36,7	1446	63,3				
Người thân bị TCBP	Có	280	43,3	366	56,7	1,8 (1,5 - 2,2)	0,000	1,9 (1,4 - 2,6)	0,000
	Không	379	29,9	888	70,1				
Số bữa chính	< 3 bữa/ngày	236	41,6	332	54,4	1,2 (1,2 - 1,5)	0,04	1,2 (0,8 - 1,7)	0,335
	≥ 3 bữa/ngày	748	36,8	1284	63,2				

Thừa cân béo phì Yếu tố liên quan	Có		Không		OR* (95%CI)	p*	OR** (95%CI)	p**	
	n	%	n	%					
Số bữa sáng	< 7 bữa/tuần	377	42,0	521	58,0	1,3 (1,1 - 1,5)	0,002	1,5 (1,1 - 2,1)	0,008
	7 bữa/tuần	607	35,7	1095	64,3				

*Phân tích hồi quy logistic đơn biến

**Phân tích hồi quy logistic đa biến

TCCBP: thừa cân béo phì; THPT: trung học phổ thông

Bảng 3 mô tả một số yếu tố liên quan tới thừa cân béo phì ở đối tượng nghiên cứu. Ở học sinh lớp 5 tại Hà Nội năm 2021, khả năng mắc thừa cân béo phì ở học sinh nam cao gấp 2,6 lần so với học sinh nữ, có ý nghĩa thống kê với 95%CI: 2,0 - 3,6, $p < 0,05$. Học sinh khu vực nội thành có khả năng mắc thừa cân béo phì cao gấp 1,4 lần so với học sinh khu vực ngoại thành, có ý nghĩa thống kê với 95%CI: 1,0 - 2,0, $p < 0,05$.

Có mối liên quan có ý nghĩa thống kê giữa trình độ học vấn của mẹ và thừa cân béo phì trong gia đình với nguy cơ mắc thừa cân béo phì ở học sinh. Mẹ có trình độ học vấn cao (cao đẳng, đại học hoặc sau đại học) làm tăng khả năng mắc thừa cân béo phì ở con lên 1,6 lần với 95%CI: 1,0 - 2,4, $p < 0,05$. Học sinh có người thân trong gia đình bị thừa cân béo phì làm tăng khả năng mắc thừa cân béo phì gấp 1,9 lần với 95%CI: 1,4 - 2,6, $p < 0,05$. Học sinh không ăn sáng đủ 7 ngày trong tuần làm tăng khả năng mắc thừa cân béo phì lên gấp 1,5 lần so với học sinh được ăn sáng đầy đủ, 95%CI: 1,1 - 2,1, $p < 0,05$. Sau khi phân tích hồi quy đa biến cho thấy không có mối liên quan có ý nghĩa thống kê giữa trình độ học vấn của bố, số con trong gia đình và tần suất ăn bữa chính trong ngày với nguy cơ mắc thừa cân béo phì ở học sinh lớp 5.

IV. BÀN LUẬN

Tỷ lệ học sinh lớp 5 tại Hà Nội mắc thừa

cân béo phì là 37,8% đang ở mức đáng báo động trong đó tỷ lệ thừa cân là 23,1% và béo phì là 14,7%. Tỷ lệ này cao hơn rất nhiều so với nghiên cứu tại Hà Nội năm 2016 tiến hành tại 30 quận huyện với tỷ lệ thừa cân béo phì ở học sinh lớp 5 là 30% trong đó thừa cân là 19,2%, béo phì là 10,8%.⁴

Tỷ lệ thừa cân béo phì ở học sinh lớp 5 tại Hà Nội cao hơn so với tỷ lệ thừa cân béo phì của trẻ em tuổi học đường (5 - 19 tuổi) tại khu vực thành thị trên toàn quốc năm 2020 với 26,8%.³ Tỷ lệ thừa cân béo phì ở học sinh lớp 5 tại Hà Nội năm 2021 cũng cao hơn so với các nghiên cứu tại các tỉnh thành khác như Bắc Ninh, Hưng Yên, Hải Dương, Bình Định. Cụ thể, học sinh tiểu học thành phố Bắc Ninh năm 2016 có tỉ lệ thừa cân béo phì là 27,3%, trong đó thừa cân là 16,4% và béo phì là 10,8%.⁸ Nghiên cứu trên 2139 học sinh tiểu học tại các huyện đồng bằng của tỉnh Bình Định năm 2016 cho thấy có 18,42% học sinh thừa cân béo phì.⁹ Học sinh tiểu học tại Lương Bằng, Kim Động, Hưng Yên năm 2018 có tỷ lệ thừa cân béo phì chiếm 8,1%.¹⁰ Tỷ lệ thừa cân béo phì của học sinh 6 - 11 tuổi tại 3 trường tiểu học tại thành phố Hải Dương là 21,3%. Tỷ lệ thừa cân béo phì cao nhất ở nhóm học sinh 7 tuổi (27,7%).¹¹

Nghiên cứu cho thấy tỷ lệ thừa cân béo phì ở học sinh nam cao hơn học sinh nữ. Kết quả này tương đồng với nghiên cứu của

Nguyễn Thị Hiền và cộng sự năm 2018 tại Cần Thơ với nguy cơ mắc thừa cân béo phì ở học sinh nam cao gấp 2,58 lần so với học sinh nữ.¹² Lý giải điều này có thể do học sinh nữ thường quan tâm đến ngoại hình hơn học sinh nam. Đồng thời có thể là do tiêu chuẩn cơ thể khác nhau của nam và nữ cũng như sự khác biệt về yêu cầu thể chất theo giới tính. Những người chăm sóc có thể nghĩ rằng con trai nên ăn nhiều hơn để phát triển nhanh hơn dẫn đến khuyến khích học sinh nam ăn quá nhiều và dẫn đến béo phì.

Nghiên cứu cho thấy tỷ lệ thừa cân béo phì ở khu vực nội thành cao hơn so với khu vực ngoại thành. Nghiên cứu của Ngô Thị Xuân cũng cho kết quả tương tự.⁸ Điều này có thể do khu vực nội thành có mức sống cao hơn nên học sinh được ăn uống nhiều hơn, tăng nguy cơ khẩu phần ăn thừa năng lượng. Bên cạnh đó, học sinh nội thành cũng có ít cơ hội vận động hơn ngoại thành do thiếu không gian vui chơi ngoài trời.

Nghiên cứu chỉ ra các yếu tố nguy cơ của thừa cân béo phì ở học sinh gồm học vấn của mẹ, người thân trong gia đình mắc thừa cân béo phì và tần suất ăn sáng.

Học vấn của người mẹ cao hơn THPT (cao đẳng, đại học hoặc sau đại học) làm tăng khả năng mắc thừa cân béo phì ở con lên 1,6 lần. Nghiên cứu của Okour cũng cho kết quả tương tự với nguy cơ thừa cân béo phì cao hơn ở học sinh có mẹ học vấn cao.¹³ Có thể lý giải điều này do những người mẹ học vấn cao thường sẽ có ít thời gian để giám sát bữa ăn của trẻ hay giáo dục trẻ nhận thức về thực phẩm lành mạnh, dẫn đến trẻ ăn uống theo ý thích, ăn ít rau xanh, quả chín và tăng tiêu thụ các thực phẩm năng lượng cao như đồ ngọt hoặc thức ăn chiên rán.

Học sinh có người thân trong gia đình như cha mẹ, ông bà hoặc anh chị em ruột bị thừa

cân béo phì làm tăng khả năng mắc thừa cân béo phì gấp 1,9 lần. Kết quả này tương đồng với nghiên cứu của 595 học sinh 6 - 11 tuổi tại 3 trường tiểu học tại thành phố Hải Dương cụ thể học sinh ở gia đình có bố mẹ hoặc anh chị em thừa cân béo phì có nguy cơ thừa cân béo phì gấp 2,5 lần,¹¹ tương đồng với nghiên cứu tại Hưng Yên năm 2018 cụ thể các yếu tố liên quan với thừa cân béo phì gồm học sinh nam, có bố/mẹ hoặc cả bố mẹ thừa cân béo phì.¹⁰ Điều này được giải thích do ảnh hưởng của gen đến mức độ chuyển hóa của cơ thể được di truyền từ bố mẹ sang con, bên cạnh đó, các thành viên trong cùng gia đình có khẩu phần ăn uống và xu hướng tiêu thụ các thực phẩm giàu năng lượng gần giống nhau.

Nghiên cứu cho thấy học sinh không ăn sáng đủ 7 ngày trong tuần làm tăng khả năng mắc thừa cân béo phì lên gấp 1,5 lần so với học sinh được ăn sáng đầy đủ. Điều này có thể lý giải do việc ăn sáng không đầy đủ dẫn đến trẻ bị đói và thèm ăn vặt vào giữa buổi, làm tăng nguy cơ tiêu thụ các thực phẩm ăn vặt cao năng lượng nhưng ít dinh dưỡng như bánh kẹo ngọt, nước ngọt.

Mặt khác, nghiên cứu còn hạn chế do chưa đưa ra được các yếu tố liên quan về hoạt động thể lực và mức độ tiêu thụ thực phẩm, nhóm nghiên cứu cần tiếp tục cải thiện bộ công cụ cho các nghiên cứu tiếp theo.

V. KẾT LUẬN

Tỷ lệ thừa cân béo phì ở học sinh lớp 5 tại Hà Nội đang ở mức đáng báo động, cao hơn so với các nghiên cứu ở khu vực khác và cao hơn rất nhiều so với Hà Nội năm 2016. Do đó, cần cấp thiết thực hiện các giải pháp can thiệp để khống chế tình trạng thừa cân béo phì ở học sinh tiểu học tại thành phố Hà Nội, tập trung cho nhóm học sinh ở khu vực nội thành và có các yếu tố nguy cơ.

Lời cảm ơn

Chúng tôi xin chân thành cảm ơn sự giúp đỡ của khoa Dinh dưỡng, Trung tâm Kiểm soát bệnh tật Hà Nội, các trung tâm y tế tại 30 quận huyện thị xã, 30 trường tiểu học và các em học sinh đã tham gia thực hiện nghiên cứu này.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. World Health Organization, (WHO). Fact sheets about obesity and overweight. 2016; <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>. Truy cập ngày 20/07/2021.
2. Di Cesare M, Soric M, Bovet P, et al. The epidemiological burden of obesity in childhood: a worldwide epidemic requiring urgent action. *BMC Med*. 2019;17(1):212-232.
3. Viện Dinh dưỡng. Báo cáo tóm tắt Tổng điều tra dinh dưỡng năm 2019 - 2020. 2021.
4. Trần Thị Huyền Trang, Nguyễn Ngọc Quỳnh, Bùi Thị Minh Thái, et al. Thực trạng dinh dưỡng và một số yếu tố liên quan đến thừa cân, béo phì của học sinh tiểu học, trung học cơ sở, trung học phổ thông tại Hà Nội, năm 2017. *Tạp chí Y học dự phòng*. 2018;28(5):49-56.
5. Spinelli A, Buoncristiano M, Kovacs VA, et al. Prevalence of Severe Obesity among Primary School Children in 21 European Countries. *Obes Facts*. 2019;12(2):244-239.
6. Viện Dinh dưỡng. Báo cáo Tình trạng dinh dưỡng, khẩu phần, tần suất và thói quen tiêu thụ thực phẩm của học sinh tiểu học, trung học cơ sở và trung học phổ thông ở một số tỉnh thành Việt Nam năm 2019. 2019.
7. WHO. Global school-based student health survey (GSHS) core-expanded questions. 2017.
8. Ngô Thị Xuân, Nguyễn Thị Yến, Nguyễn Thị Lâm. Thực trạng thừa cân béo phì ở học sinh tiểu học tại thành phố Bắc Ninh năm 2016. *Tạp chí Y học dự phòng*. 2018;28(6):119-124.
9. Trương Quang Đạt, Nguyễn Thị Tường Loan. Một số chỉ số nhân trắc và dinh dưỡng ở học sinh tiểu học tại các huyện đồng bằng tỉnh Bình Định năm 2016. *Tạp chí Y học dự phòng*. 2017;27(8):322-329.
10. Đặng Văn Chúc, Đỗ Hồng Quân, Nguyễn Xuân Hùng, et al. Một số yếu tố liên quan đến thừa cân béo phì của học sinh tiểu học Lương Bằng, Kim Động, Hưng Yên năm 2018. *Tạp chí Y học dự phòng*. 2020;30(2):66-71.
11. Phạm Thị Diệp, Nguyễn Đức Thành, Phạm Duy Tường. Thực trạng và một số yếu tố liên quan đến thừa cân béo phì ở trẻ em 6-11 tuổi tại các trường tiểu học ở thành phố Hải Dương. *Tạp chí Y học dự phòng*. 2020;30(8):35-40.
12. Nguyễn Thị Hiền, Hồ Thị Diệu Hiền, Nguyễn Bá Nam. Thực trạng thừa cân, béo phì và một số yếu tố liên quan ở học sinh tiểu học tại quận Bình Thủy, thành phố Cần Thơ năm 2017. *Tạp chí Y học dự phòng*. 2018;28(12):101-106.
13. Okour AM, Saadeh RA, Hijazi MH, et al. Socioeconomic status, perceptions and obesity among adolescents in Jordan. *Pan Afr Med J*. 2019;34:148-157.

Summary

OVERWEIGHT AND OBESITY AND SOME RELATED FACTORS OF GRADE 5 STUDENTS IN HANOI IN 2021

A cross-sectional descriptive study was conducted on 2600 5th grade students in Hanoi in 2021 to describe the status of overweight and obesity and related factors. The results showed that the prevalence of overweight and obesity was 37.8%, the prevalence of overweight was 23.1% and the prevalence of obesity was 14.7%. The prevalence of overweight, obesity among male students were higher than female students, and among students in urban areas were higher than in suburban areas. Factors related to the status of overweight and obesity in students included: sex, living area, mother's education level, overweight and obesity in family and frequency of breakfast. Therefore, it is urgent to implement intervention solutions to control overweight and obesity in primary school students in Hanoi city, focusing on students in urban areas and with risk factors.

Keywords: overweight, obesity, students, Hanoi.