

Tạp chí Y tế Công cộng
ĐẠI Y TẾ CÔNG CỘNG VIỆT NAM XUẤT BẢN

Vietnam Journal of Public Health Published by Vietnam Public Health Association

Tổng biên tập:

GS. Lê Vũ Anh

Phó tổng biên tập:

GS. Colin W.Binns (Curtin University)

Ban biên tập:

GS. Andy H.Lee (Curtin University)

PGS.TS. Đỗ Văn Dũng (Đại học Y Dược thành phố HCM)

GS. Guy Lanza (The State University of New York, United States)

TS. Lê Cự Linh (Trường Đại học VinUni)

PGS.TS. Hoàng Văn Minh (Trường Đại học Y tế Công cộng)

GS. Juhwan Oh (Seoul National University)

GS. Kevin Mulvey (SAMHSA/Northeastern University)

GS. Lembit Sihver (Technische Universität Wien – Atominstitut)

GS. Mike Capra (University of Queensland, Australia)

TS. Nguyễn Ngọc Bích (Trường Đại học Y tế Công cộng)

PGS.TS. Nguyễn Thanh Hương (Trường Đại học Y tế Công cộng)

TS. Phạm Đức Phúc (Trường Đại học Y tế công cộng)

PGS.TS. Phạm Việt Cường (Trường Đại học Y tế Công cộng)

TS. Phùng Trí Dũng (Griffith University, Australia)

TS. Trần Thị Tuyết Hạnh (Trường Đại học Y tế Công cộng)

GS. Trude Bennett (University of North Carolina, United States)

PGS.TS. Vũ Thị Hoàng Lan (Trường Đại học Y tế Công cộng)

Hội đồng cố vấn:

GS. Đặng Nguyên Anh (Viện Hàn lâm Khoa học xã hội Việt Nam)

PGS.TS. Jennifer S. Hirsch (Columbia University)

GS. Nguyễn Công Khẩn (Bộ Y tế)

GS. Nguyễn Văn Tuấn (Garvan Institute)

Tòa soạn:

Phòng 503 - 504, Nhà E1, Khu Ngoại giao đoàn Trung Tự.

Số 06 Đặng Văn Ngữ, Đống Đa, Hà Nội.

Điện thoại: 024.37368065/ Fax: 024.37366265

Email: tapchiytcc@vpha.org.vn

Giấy phép số: 531/GP-BTTTT. Cấp ngày: 24-04-2009



MỤC LỤC

Tình trạng thiếu máu và một số yếu tố liên quan ở trẻ 7-9 tuổi suy dinh dưỡng và nguy cơ suy dinh dưỡng thấp còi tại huyện Phú Bình, Thái Nguyên năm 2017 [6]

Hoàng Nguyễn Phương Linh, Trần Khánh Vân, Trần Thúy Nga, Nguyễn Song Tú, Phạm Vĩnh An

Thực trạng tự kỳ thị của người bệnh HIV/AIDS điều trị ngoại trú tại bệnh viện đa khoa huyện Mường La, tỉnh Sơn La năm 2019 và một số yếu tố liên quan [16]

Nguyễn Thị Huyền Trang, Sa Phương Băng, Sa Trọng Kiên, Quảng Văn An, Nguyễn Thị Bình An

Một số yếu tố nghề nghiệp liên quan tới stress sau sang chấn ở nhân viên y tế tại một số bệnh viện khu vực phía Bắc Việt Nam trong thời kỳ Covid-19 [26]

Nguyễn Kim Thư, Trần Thơ Nhi, Trần Thanh Hương

Văn hóa an toàn người bệnh và một số yếu tố liên quan tại bệnh viện Phạm Ngọc Thạch năm 2018 [34]

Nguyễn Thiện Minh, Đỗ Châu Giang, Nguyễn Thanh Phương, Nguyễn Thị Hoàng Huệ, Nguyễn Thị Bạch Ngọc.

Thực trạng điều kiện an toàn thực phẩm tại các bếp ăn tập thể của nhóm trẻ, lớp mẫu giáo độc lập tư thục quận Nam Từ Liêm, Hà Nội [44]

Đỗ Thị Hạnh Trang, Lê Thuý An

Thực trạng thừa cân béo phì của sinh viên Đại học Xây Dựng và một số yếu tố liên quan [54]

Nguyễn Thị Thu Hiền, Nguyễn Bạch Ngọc, Nguyễn Thị Huyền Trang, Hà Minh Trang



CONTENTS

- Anemia status and some associated risk factors in students 7-9 years old stunting and risk of stunting in Phu Binh district, Thai Nguyen province, 2017** [6]
Hoang Nguyen Phuong Linh, Tran Khanh Van, Tran Thuy Nga, Nguyen Song Tu, Pham Vinh An
- Situation of self-stigmatization of HIV / AIDS patients outpatient treatment in Muong La district general hospital, Son La province in 2019 and some related factors** [16]
Nguyen Thi Huyen Trang, Sa Phuong Bang, Sa Trong Kien, Quang Van An, Nguyen Thi Binh An
- Occupational factors related to post-traumatic stress disorders in health care workers at some hospitals in the North of Vietnam during Covid-19 pandemic** [26]
Nguyen Kim Thu, Tran Tho Nhi, Tran Thanh Huong
- Safety culture and some associated factors at Pham Ngoc Thach hospital in 2018** [34]
Nguyen Thien Minh, Do Chau Giang, Nguyen Thanh Phuong, Nguyen Thi Hoang Hue, Nguyen Thi Bach Ngoc.
- Food safety facilities and practice at canteens of small private kindergartens in Nam Tu Liem district, Hanoi** [44]
Do Thi Hanh Trang, Le Thuy An
- Overweight and obesity status of students of National University of Civil Engineering and some associated factors** [54]
Nguyen Thi Thu Hien, Nguyen Bach Ngoc, Ha Minh Trang, Nguyen Thi Huyen Trang

Thực trạng thừa cân béo phì của sinh viên Đại học Xây Dựng và một số yếu tố liên quan

Nguyễn Thị Thu Hiền¹, Nguyễn Bạch Ngọc², Nguyễn Thị Huyền Trang², Hà Minh Trang²

Tóm tắt:

* **Đặt vấn đề:** Tình trạng thừa cân, béo phì ở sinh viên đang có xu hướng ngày càng phổ biến và trở thành một trong những thách thức. Nghiên cứu xác định thực trạng béo phì ở sinh viên Đại học Xây dựng và một số yếu tố liên quan.

* **Phương pháp:** Nghiên cứu điều tra cắt ngang trên 515 sinh viên năm thứ 3 trường Đại học Xây Dựng năm học 2018-2019 bằng phiếu điều tra về thực trạng thừa cân béo phì và bộ câu hỏi phát vấn.

* **Kết quả:** Tỷ lệ sinh viên thiếu cân là 16,1%, thừa cân béo phì là 17,9%, trong đó thừa cân 10,9%; béo phì 7,0%. Tỷ lệ thừa cân béo phì ở nam giới 27,1% cao hơn nữ giới 7,7%. Nghiên cứu xác định được một số yếu tố liên quan đến tình trạng thừa cân béo phì ở các đối tượng nghiên cứu gồm giới (OR=4,47, 95%CI: 2,24-8,95); có thói quen sử dụng đồ chế biến sẵn (OR=1,65 (95%CI: 1,01-2,78); trong gia đình có người thừa cân, béo phì (OR=3,63 (95%CI: 1,70-7,76); không thường xuyên chơi thể thao (OR=2,19 (95%CI: 1,29-3,80)).

* **Kết luận:** Sinh viên Đại học Xây Dựng cần quan tâm hơn đến các yếu tố nguy cơ liên quan đến giới tính, sở thích sử dụng đồ chế biến sẵn và lười hoạt động thể lực để có điều chỉnh thói quen hợp lý nhằm giảm nguy cơ mắc thừa cân, béo phì.

* **Từ khóa:** thừa cân béo phì, sinh viên, Đại học Xây dựng

Overweight and obesity status of students of National University of Civil Engineering and some associated factors

Nguyen Thi Thu Hien¹, Nguyen Bach Ngoc², Ha Minh Trang², Nguyen Thi Huyen Trang²,

Abstract:

* **Background:** Overweight and obesity in students are increasing and becoming one of the challenges. This study was conducted to identify the status of overweight and obesity of students of the National University of Civil Engineering and some factors related.

* **Methodology:** A cross-section study was carried out among 515 third-year students of the National University of Civil Engineering in the learning year 2018-2019 by self-reported questionnaires.

* **Results:** The study results showed that the proportion of underweight students was 16.1%, overweight and obese was 17.9%, of which 10.9% were overweight; obesity 7.0%. The figures for overweight and obesity in men were 27.1% higher than women (7.7%). Some factors related to overweight and obesity including gender (OR = 4.47, 95% CI: 2.24-8.95); have a habit of consuming processed foods (OR = 1.65 (95% CI: 1.01-2.78); have a overweight and obese person in the family (OR = 3.63 (95% CI: 1.70-7.76); not regularly playing sport / gym (OR = 2.19 (95% CI: 1.29-3.80).

* **Conclusions:** Civil Engineering University students need to pay more attention to risk factors related to gender, preference for processed food, and physical inactivity to adjust their habits properly to reduce the risk of overweight and obesity.

* **Keywords:** overweight, obesity, student, Civil Engineering University

Tác giả:

¹Trường Đại học Xây dựng

²Đại học Thăng Long, Hà Nội

1. Đặt vấn đề

Lứa tuổi thanh niên, nhất là với sinh viên các trường Đại học, cao đẳng cần được quan tâm đặc biệt về dinh dưỡng. Có sức khỏe và tình trạng dinh dưỡng tốt sẽ mang lại giá trị lao động cao thông qua sức bền bỉ, dẻo dai và khả năng tập trung khi làm việc. Trong xã hội hiện đại, tình trạng thừa cân béo phì ở người trưởng thành đang có xu hướng ngày càng phổ biến và trở thành một trong những thách thức lớn đối với chương trình chăm sóc sức khỏe ở mọi quốc gia. Tỷ lệ sinh viên thừa cân béo phì (TCBP) trong một số nghiên cứu có xu hướng tăng rõ rệt, cụ thể tỷ lệ sinh viên TCBP tại trường Đại học Y Hà Nội (2011) 4,7%¹, tại trường Đại học Thăng Long, tỷ lệ TCBP đã tăng từ 13,1% năm 2012 lên đến 19,4% năm 2014²; trường Đại học Cần Thơ (2016) 4,51%³. Đại học xây dựng là trường đầu ngành về đào tạo kỹ sư xây dựng và tình

trạng dinh dưỡng của sinh viên hiện nay ra sao? Liệu có sinh viên TCBP và xu hướng này cũng giống như ở các trường đại học khác? Đây là yếu tố liên quan đến TCBP của các sinh viên này?. Để trả lời cho các câu hỏi trên, nghiên cứu này được tiến hành nhằm : (1) *Mô tả thực trạng thừa cân béo phì của sinh viên năm thứ 3 trường Đại học Xây dựng năm học 2018-2019*, (2) *Phân tích một số yếu tố liên quan đến thừa cân, béo phì của đối tượng nghiên cứu*.

2. Phương pháp nghiên cứu

2.1 Đối tượng, địa điểm, thời gian nghiên cứu

Đối tượng nghiên cứu là sinh viên năm thứ 3 (K61) của Trường Đại học Xây dựng. Nghiên cứu được thực hiện từ tháng 1/2019 đến tháng 5/2019.

2.2. Thiết kế và cỡ mẫu nghiên cứu: Nghiên cứu mô tả cắt ngang.

Cỡ mẫu được tính sử dụng công thức tính cỡ mẫu cho xác định một tỷ lệ

$$n = Z^2_{(1-\alpha/2)} \frac{p(1-p)}{d^2}$$

Trong đó:

n: là cỡ mẫu tối thiểu cần phải nghiên cứu

$\alpha = 0,05$ (độ tin cậy 95%) thì hệ số tin cậy của nghiên cứu $Z_{(1-\alpha/2)} = 1,96$

p: tỷ lệ thừa cân béo phì $p = 0,194$ theo kết quả nghiên cứu của Lê Thu Hiền²

d: sai số tuyệt đối, chọn $d = 3,5\% \rightarrow n = 490$

Thay vào công thức: $n = 1,96^2 (= 490)$

Trên thực tế nghiên cứu thu thập được 515 sinh viên.

Phương pháp chọn mẫu: chọn là mẫu ngẫu nhiên đơn.

2.3. Công cụ và phương pháp thu thập thông tin

Công cụ thu thập thông tin gồm:

(i) Phiếu điều tra thực trạng thừa cân, béo phì của đối tượng.

Cân nặng được thu thập bằng cân điện tử Tanita của Nhật Bản có độ chính xác 0,1kg; chiều cao được đo bằng thước Microtoise của Pháp có độ chính xác tới 0,1cm. Tình trạng dinh dưỡng được đánh giá theo ngưỡng phân loại của IDI&WPRO-2000⁴, bao gồm: thiếu cân ($BMI < 18,5$); bình thường ($18,5 \leq BMI < 23$); thừa cân ($23 \leq BMI < 25$); béo phì ($BMI \geq 25$)

(ii) Bộ câu hỏi về thông tin tuổi, giới, khoa và một số thông tin liên quan đến tiền sử gia đình, chế độ ăn uống, hoạt động thể lực và sinh hoạt của sinh viên. Bộ câu hỏi được xây dựng

dựa trên nghiên cứu của Bùi Thị Thuý Quyên (2011)⁵. Bộ câu hỏi được thử nghiệm, hoàn thiện trước khi tiến hành thu thập số liệu.

Phương pháp thu thập thông tin: theo hình thức phát vấn trực tiếp.

2.4. Biến số và chỉ số nghiên cứu

Tình trạng thừa cân béo phì: BMI

Một số yếu tố liên quan đến TC-BP: đặc điểm nhân khẩu học, yếu tố gia đình, số lượng và thói quen ăn uống, hoạt động thể lực và thói quen sinh hoạt hàng ngày

2.5. Phân tích và xử lý số liệu

Số liệu làm sạch, nhập bằng phần mềm Epidata 3.1; xử lý số liệu bằng phần mềm Stata 14.0. và được trình bày dưới dạng bảng, biểu đồ thể hiện số lượng và tần số của các biến số nghiên cứu. Giá trị của biến định lượng được trình bày dưới dạng giá trị trung bình và độ lệch chuẩn. Các yếu tố liên quan được đánh giá thông qua sử dụng phân tích hồi quy logistics đơn biến tính tỷ suất chênh OR với khoảng tin cậy 95% (95% CI). Mức ý nghĩa thống kê $p < 0,05$ được sử dụng để đánh giá mối liên có ý nghĩa trong thống kê phân tích.

2.6. Đạo đức nghiên cứu

Nghiên cứu đã được phê duyệt bởi Hội đồng khoa học trường Đại học Thăng Long với quyết định phê duyệt số 19073003/QĐHT-ĐHTL ngày 30/7/2019.

3. Kết quả nghiên cứu

Trong số 515 đối tượng nghiên cứu có 343 đối tượng (66,6%) là nam giới, 172 đối tượng (33,4%) là nữ giới.

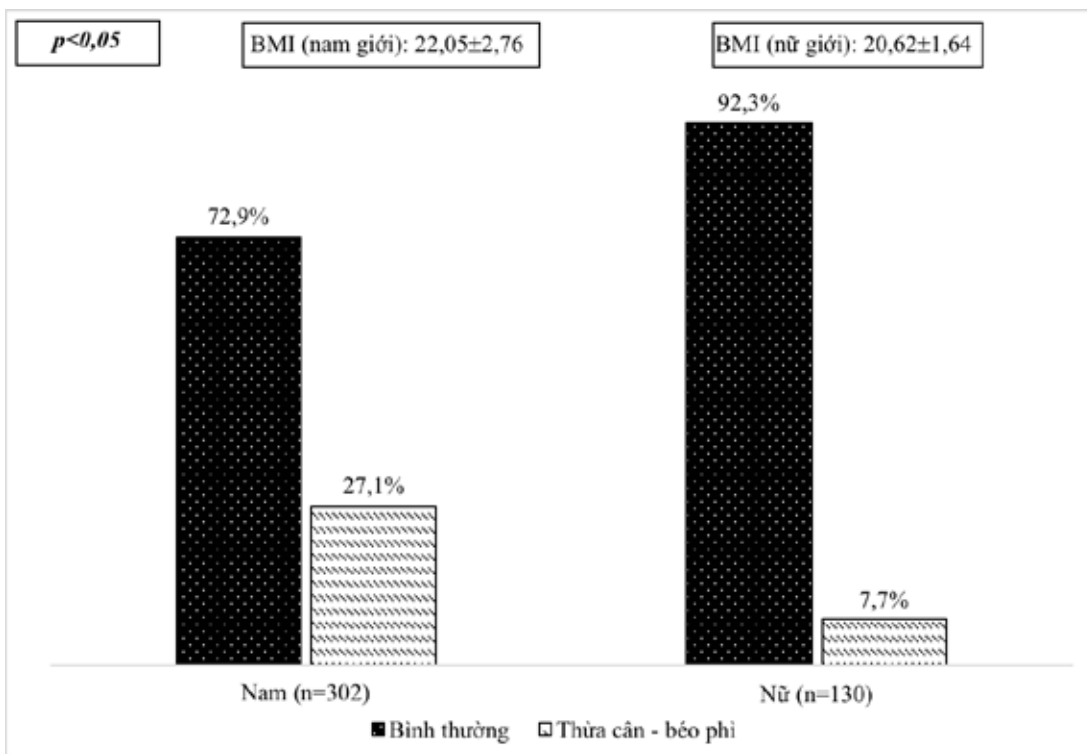
Tình trạng dinh dưỡng của sinh viên năm thứ ba trường Đại học Xây dựng năm học 2018-2019

Bảng 3.1. Phân loại thừa tình trạng thừa cân béo phì theo BMI (n=515)

Xếp loại	BMI (kg/m ²)	Số lượng	Tỷ lệ %
Thiếu năng lượng trường diễn (Thiếu cân)	< 18,5	83	16,1
Bình thường	18,50 - 22,99	340	66,0
Thừa cân	23,00 - 24,99	56	10,9
Béo phì	≥ 25	36	7,0
Chung		515	100
BMI TB±SD (min-max)	20,90±2,83 (15,22-34,72) (kg/m ²)		

Bảng 1 cho thấy 16,1% đối tượng có tình trạng thiếu năng lượng trường diễn. Tỷ lệ đối tượng thừa cân 10,9%; béo phì 7,0%, tổng số thừa cân

béo phì là 17,9%; . 66% sinh viên có tình trạng dinh dưỡng bình thường . BMI trung bình là 20,90±2,83 kg/m².



Hình 3.1. Tình trạng thừa cân béo phì của đối tượng theo giới (n=432)

Tỷ lệ TC-BP ở nam giới 27,1%, cao hơn nữ giới 7,7%; BMI trung bình của nam giới là 22,05±2,76kg/m² cao hơn nữ giới 20,62±1,64kg/m², sự khác biệt có ý nghĩa thống kê p<0,05.

Phân tích một số yếu tố liên quan đến thực trạng thừa cân béo phì của đối tượng nghiên cứu

Bảng 3.2. Mối liên quan giữa đặc điểm thông tin chung và thói quen ăn uống với tình trạng thừa cân – béo phì của đối tượng (n=432)

Đặc điểm		Thừa cân – béo phì				OR (95%CI)	p
		Có		Không			
		n	%	n	%		
Giới	Nam	82	27,2	220	72,9	4,47 (2,24-8,95)	<0,01
	Nữ	10	7,7	120	92,3		
Tiền sử TCBP trong gia đình	Có	14	46,7	16	53,3	3,63 (1,70-7,76)	<0,01
	Không	78	19,4	324	80,6		
Thường xuyên ăn sáng	Có	50	23,8	160	76,2	1,34 (0,84-2,13)	0,22
	Không	42	18,9	180	81,1		
Số bữa ăn chính/ngày	1	3	27,3	8	72,7	1,19 (0,30-4,69)	0,81
	2	47	19,2	187	80,8	0,75 (0,47-1,21)	0,24
	3	41	24,0	130	76,0	1	
	4	1	20,0	4	80,0	0,79 (0,09-7,29)	0,84
Số lượng bát cơm ăn/mỗi bữa	>2	66	23,2	218	76,8	1,44 (0,84-2,51)	0,16
	<=2	25	17,4	119	82,6		
Ăn bữa phụ	Có	57	19,9	230	80,1	0,78 (0,47-1,30)	0,31
	Không	35	24,1	110	75,9		
Số chai nước ngọt/tuần	Không uống	19	15,3	105	84,7	1	
	1-2	46	22,5	158	77,5	1,61 (0,89-2,89)	0,11
	>2	27	26,0	77	74,0	1,94 (1,01-3,74)	0,04
Thường xuyên ăn rau	Không	26	23,2	86	76,8	1,16 (0,66-2,00)	0,56
	Có	66	20,6	254	79,4		
Thường xuyên ăn đồ chiên rán	Có	52	24,8	158	75,2	1,50 (0,92-2,45)	0,09
	Không	40	18,0	182	82,0		
Thói quen ăn đêm	Có	37	19,4	154	80,6	0,81 (0,49-1,32)	0,38
	Không	55	22,8	186	77,2		
Thói quen ăn quà vặt	Có	44	22,4	153	77,7	1,12 (0,69-1,82)	0,63
	Không	48	20,4	187	79,6		
Thói quen ăn đồ ngọt	Có	57	22,7	194	77,3	1,23 (0,75-2,03)	0,40
	Không	35	19,3	146	80,7		
Thói quen ăn chế biến sẵn	Có	62	24,7	189	75,3	1,65 (1,01-2,78)	0,04
	Không	30	16,6	151	83,4		
	TB	54	20,0	216	80,0		
Thói quen ăn nhanh/chậm	Nhanh	35	28,5	88	71,5	1,59 (0,97-2,60)	0,07
	Chậm	3	7,7	36	92,3	0,21 (0,10-1,12)	0,08

Khả năng mắc TC-BP cao hơn ở những đối tượng: nam giới OR=4,47 (95%CI: 2,24-8,95); có thói quen chế biến sẵn OR=1,65 (95%CI: 1,01-2,78); trong gia đình có người có người

TC-BP OR=3,63 (95%CI: 1,70-7,76). Chưa tìm thấy mối liên quan giữa các yếu tố khác với tình trạng TC-BP của đối tượng

Bảng 3.3. Mối liên quan giữa hoạt động thể theo, sử dụng máy tính/tivi và kiến thức về TCBP với tình trạng thừa cân – béo phì của đối tượng (n=432)

Đặc điểm	Thừa cân – béo phì				OR (95%CI)	p
	n	%	n	%		
Thời gian sử dụng máy tính/tivi trong 1 ngày	67	20,4	262	79,6	0,80 (0,47-1,35)	0,40
	25	24,3	78	75,7		
Thường xuyên chơi thể thao/tập gym	67	26,4	187	73,6	2,19 (1,29-3,80)	<0,01
	25	14,0	153	86,0		
Kiến thức về TC-BP	27	24,8	82	75,2	1,31 (0,75-2,24)	0,31
	65	20,1	258	79,9		

Khả năng mắc TC-BP cao hơn ở những đối tượng không thường xuyên chơi thể thao/tập gym OR=2,19 (95%CI: 1,29-3,80); mối liên quan có ý nghĩa thống kê với p<0,05. Chưa tìm thấy mối liên quan giữa các yếu tố khác với tình trạng TC-BP của đối tượng.

4. Bàn luận

Tỷ lệ thừa cân béo phì của sinh viên năm 3 – trường Đại học XD năm học 2018-2019

Kết quả nghiên cứu cho thấy tỷ lệ đối tượng thừa cân 10,9%; béo phì 7,0%, tổng số thừa cân béo phì là 17,9%; 16,1% đối tượng có tình trạng thiếu năng lượng trường diễn. BMI trung bình là 20,90±2,83 kg/m². Kết quả này cao hơn kết quả nghiên cứu Nguyễn Hoàng Long (2014) ở sinh viên trường Đại học Quốc gia là 19,57±2,44 kg/m² ⁶; nhưng cùng xu hướng với nghiên cứu của Nguyễn Ngọc Quang và cộng sự năm 2009, theo đó người Việt Nam

có BMI trung bình khoảng 20,8 đến 21,6 kg/m² ⁷. Nghiên cứu của Nguyễn Nhật Cảm tại Hà Nội (2016) cho thấy BMI trung bình của người trưởng thành là 22,07, trong đó, 75,55% người ở mức bình thường, 14,88% thừa cân-béo phì và 9,57% thiếu năng lượng trường diễn ⁸. Tỷ lệ TCBP ở đối tượng trong nghiên cứu của chúng tôi cao 17,9% cao hơn hẳn so với sinh viên trường Đại học Cần Thơ (2016) 4,51%³. Điều này cho thấy tình trạng TCBP của sinh viên trường Đại học Xây dựng vẫn nằm trong xu hướng dinh dưỡng chung của người trưởng thành Việt Nam. Kết quả điều tra dinh dưỡng trên 17,213 đối tượng tuổi từ 25 đến 64 tại 64 tỉnh/thành phố đại diện cho 8 vùng sinh thái toàn quốc cho thấy tỷ lệ thừa cân/béo phì (BMI > 23) là 16,3%, trong đó tỷ lệ TCBP ở nhóm 25-34 tuổi là 11,3% ⁹.

Tỷ lệ TC-BP ở nam giới 27,1% cao hơn nữ giới 7,7%; BMI trung bình của nam giới là

22,05±2,76kg/m² cao hơn nữ giới 20,62±1,64kg/m², sự khác biệt có ý nghĩa thống kê $p<0,05$. Nghiên cứu của chúng tôi khác với kết quả của Nguyễn Hoàng Long BMI trung bình ở cả hai giới khá tương đồng với nhau (19,4 kg/m² đối với nữ và 19,9 kg/m² đối với nam). Xét về xu hướng tỷ lệ mắc TCBP theo giới thì nghiên cứu của chúng tôi cũng tương đồng với nghiên cứu của Nguyễn Hoàng Long ở sinh viên trường Đại học Quốc gia (2014) cho thấy, tỷ lệ nam bị thừa cân béo phì cao gấp gần 3 lần so với nữ, sự khác biệt có ý nghĩa thống kê với $p<0,05$, điều tra dinh dưỡng trên tại 8 vùng sinh thái toàn quốc trong đó tỷ lệ nam giới 11,8% cao hơn ở nữ 10,9%⁹. Nghiên cứu của Nguyễn Nhật Cẩm tại Hà Nội (2016) cho thấy nam giới nhóm 18-44 tuổi có tỷ lệ thừa cân, béo phì (17,05%) cao hơn so với nhóm 45- 69 tuổi (14,54%). Nữ giới nhóm 18- 44 tuổi có tỷ lệ thiếu năng lượng trường diễn cao hơn nhóm 45- 69 tuổi (10,62% và 6,24%) và tỷ lệ thừa cân, béo phì thấp hơn (10,69% so với 18,06%)⁸. Nghiên cứu cắt ngang của Phạm Văn Phú ở sinh viên năm thứ 2, Trường Đại học Y Hà cho thấy BMI trung bình ở nam giới 20,7 ± 2,4; nữ giới 19,7 ± 1,8¹. Trong nghiên cứu của Lê Bá Tường tại Đại học Cần Thơ (2016) lại cho thấy xu hướng khác tỷ lệ sinh viên nữ béo phì chiếm 31,54%, chiếm tỉ lệ nhỏ hơn sinh viên nam là 68,46%³. Điều này có thể được giải thích do tính chất ngành học ở các trường. Ở trường Đại học Xây Dựng phần lớn là sinh viên là nam giới, điều đó có thể dẫn đến tỷ lệ đối tượng TCBP sẽ cao hơn ở đối tượng nam.

Một số yếu tố liên quan đến thực trạng thừa cân béo phì của đối tượng nghiên cứu

Đối với sinh viên, phần lớn ở độ tuổi 18 - 22 vẫn được xếp vào lứa tuổi vị thành niên, nhưng theo mức lao động, đối tượng này được xếp loại lao động trung bình. Đây là giai đoạn quan trọng, tốc độ phát triển cơ thể tăng lên rất nhanh và chịu nhiều ảnh hưởng của rất nhiều yếu tố, trong đó có luyện tập thể dục thể thao điều độ, có hệ thống và xuyên suốt. Phân tích một số yếu tố liên quan đến thừa cân béo phì, kết quả trong nghiên cứu của chúng tôi cho thấy khả năng mắc TC-BP cao hơn ở những đối tượng: nam giới OR=4,47 (95%CI: 2,24-8,95); có thói quen ăn đồ chế biến sẵn OR=1,65 (95%CI: 1,01-2,78); trong gia đình có người có người TC-BP OR=3,63 (95%CI: 1,70-7,76); không thường xuyên chơi thể thao/tập gym OR=2,19 (95%CI: 1,29-3,80); mỗi liên quan có ý nghĩa thống kê với $p<0,05$. Kết quả này cho thấy TC-BP cũng liên quan đến yếu tố gia đình, điều này có thể được giải thích do cùng đặc điểm về lối sống, được thể hiện qua việc đối tượng dễ bị thừa cân khi có cha hoặc mẹ bị thừa cân, béo phì. Trong những năm gần đây, thị trường thức ăn nhanh ở Việt Nam đã phát triển một cách nóng và nhanh chóng. Ngoài những tiện ích của thức ăn nhanh mang lại, thói quen ăn uống thức ăn nhanh hàng ngày cũng tiềm ẩn một số ảnh hưởng tiêu cực lên sức khỏe người tiêu thụ. Đối với đối tượng sinh viên phổ biến việc sử dụng thức ăn nhanh và đồ ăn sẵn, phần nào đây sẽ tác động lên tình trạng thừa cân béo phì của đối tượng. Theo kết quả Tổng điều tra các yếu tố nguy cơ của bệnh không lây nhiễm do Bộ Y tế tiến hành năm 2015 cho thấy có đến 28,1% người Việt thiếu hoạt động thể lực (tức là có dưới 150 phút hoạt động thể lực cường độ trung bình trên tuần hoặc tương đương). Hoạt

động thể lực ít, chế độ dinh dưỡng không hợp lý, cụ thể có đến 57,2% người trưởng thành ăn ít rau/trái cây (tức là ăn ít hơn 5 suất rau/trái cây trung bình trong một ngày); mức tiêu thụ muối cao gấp 2 lần mức khuyến nghị của Tổ chức Y tế thế giới (mức khuyến nghị là 5 gam muối/người/ngày - tương đương 8g bột canh, hoặc 25ml nước mắm, hoặc 35ml xì dầu) làm gia tăng các bệnh mãn tính không lây có liên quan đến dinh dưỡng ¹⁰. Nghiên cứu của Nguyễn Bạch Ngọc ở sinh viên trường Đại học Thăng Long cho thấy kết quả về các yếu tố nguy cơ liên quan đến thừa cân/béo phì ở sinh viên khác chúng tôi, cụ thể: những sinh viên có số bữa ăn > 3 bữa/ngày có nguy cơ thừa cân / béo phì cao gấp 2,2 lần những sinh viên có số bữa ăn ≤ 3 bữa/ngày. Những sinh viên ăn ≥ 3 bát cơm/1 bữa có nguy cơ thừa cân/béo phì cao gấp 1,4 lần sinh viên ăn ít hơn 3 bát cơm/1 bữa. Những sinh viên thường xuyên ăn đêm có nguy cơ TCBP gấp 1,1 lần những sinh viên không bao giờ ăn. Tỷ lệ sinh viên rất thường xuyên ăn quà vặt có nguy cơ bị TCBP cao gấp 2,2 lần những sinh viên không bao giờ ăn. Tuy nhiên cùng kết quả với nghiên cứu của chúng tôi về yếu tố tham gia thể dục thể thao, nhóm sinh viên không chơi thể thao có nguy cơ thừa cân/béo phì cao gấp 1,4 lần so với nhóm sinh viên chơi thể thao ². Một số yếu tố liên quan làm tăng nguy cơ thừa cân-béo phì trong nghiên cứu của Nguyễn Nhật Cảm (2016) bao gồm: sống ở thành thị (OR= 2,53), ăn lượng muối ≥12 gam/ngày (OR=3,64) ⁸. Kết quả này cho thấy cần tăng cường tuyên truyền về lợi ích của chế độ ăn uống hợp lý và chế độ hoạt động thể lực để dự phòng thừa cân béo phì, giúp nâng cao chất lượng cuộc sống của sinh viên.

5. Kết luận và khuyến nghị

Tỷ lệ sinh viên thừa cân béo phì khá cao là 17,9%, trong đó thừa cân 10,9%; béo phì 7,0%. Một số yếu tố liên quan đến tình trạng thừa cân béo phì ở các đối tượng nghiên cứu là nam giới; có thói quen sử dụng đồ chế biến sẵn, trong gia đình có người thừa cân, béo phì; không thường xuyên chơi thể thao. Phòng Y tế tiếp tục theo dõi để đánh giá sự thay đổi tình trạng dinh dưỡng của sinh viên trong những năm tiếp theo, đồng thời cảnh báo cho những sinh viên béo phì để họ biết và tự điều chỉnh chế độ ăn uống và hoạt động phù hợp với chính mình. Cán bộ Y tế và Đoàn Thanh niên, Hội sinh viên tăng cường truyền thông giáo dục dinh dưỡng cho sinh viên bằng các hình thức câu lạc bộ, sinh hoạt ngoại khoá, lồng ghép các hoạt động dinh dưỡng vào các buổi sinh hoạt thường kỳ khác của nhà trường nhằm cung cấp thông tin cho sinh viên về dinh dưỡng hợp lý, đặc biệt là các yếu tố làm thừa cân, béo phì.

Tài liệu tham khảo

1. Phạm Văn Phú, Hoàng Việt Bách. Tình trạng dinh dưỡng và một số yếu tố liên quan ở sinh viên năm thứ 2 trường đại học Y Hà Nội, năm học 2011 - 2012. *Tạp chí Y học dự phòng*. 2014;7(156):169-173.
2. Nguyễn Bạch Ngọc, Dương Hoàng Ân, Lê Thu Hiền, Thực trạng thừa cân, béo phì ở sinh viên mới nhập học tại Đại học Thăng Long qua 3 năm học 2012-2014 và xác định một số yếu tố liên quan. Paper presented at: Kỷ yếu công trình khoa học 2015; Đại học Thăng Long.
3. Lê Bá Tường NHT. Khảo sát thực trạng béo phì của sinh viên trường Đại học Cần Thơ *Tạp chí Khoa học - Trường Đại học Cần Thơ*. 2016;44:9-14.
4. Pan W-H, Yeh W-T. How to define obesity? Evidence-based multiple action points for public awareness, screening, and treatment: an extension of Asian-Pacific recommendations. *Asia Pacific journal of clinical nutrition*. 2008;17(3):370.
5. Bùi Thị Thúy Quyên. *Tình trạng dinh dưỡng và một số yếu tố liên quan của sinh viên Y2*. Luận văn tốt nghiệp bác sĩ y khoa, Đại học Y Hà Nội; 2011.
6. Hoàng Minh Tuấn, Nguyễn Hoàng Long, Nguyễn Thành Trung và cộng sự. Tình trạng dinh dưỡng và chất lượng cuộc sống của sinh viên năm thứ nhất Đại học Quốc gia Hà Nội. *Tạp chí Y học dự phòng*. 2014;XXIV(6 (155)):96-103.
7. Quang Ngoc Nguyen, Son Thai Pham, Viet Lan Nguyen et al. Time trends in blood pressure, body mass index and smoking in the Vietnamese population: a meta-analysis from multiple cross-sectional surveys. *PLoS One*. 2012;7(8):e42825.
8. Nguyễn Nhật Cẩm, Nguyễn Thị Thi Thơ, Nguyễn Thị Kiều Anh. Tình trạng dinh dưỡng và một số yếu tố liên quan đến tình trạng thiếu năng lượng trường diễn, thừa cân-béo phì ở người trưởng thành tại thành phố Hà Nội, năm 2016. *Tạp chí Y học dự phòng*. 2017;27(6 Phụ bản).
9. Viện Dinh Dưỡng Quốc Gia. Kết quả điều tra Thừa cân - béo phì và một số yếu tố liên quan ở người Việt Nam 25- 64 tuổi. 2019; <http://viendinhduong.vn/vi/dinh-duong-nguoi-lon/ket-qua-dieu-tra-thua-can---beo-phi-va-mot-so-yeu-to-lien-quan-o-nguoi-viet-nam-25-64-tuoi.html>.
10. Sở Y tế Hà Nội. Dinh dưỡng hợp lý, vận động thể lực để phòng chống thừa cân, béo phì. 2018; <http://soyte.hanoi.gov.vn/vi/news/dinh-duong-cong-dong/dinh-duong-hop-ly-van-dong-the-luc-de-phong-chong-thua-can-beo-phi-5993.html>.