

# KHẢO SÁT KHẨU PHẦN ĂN CỦA TRẺ 1 ĐẾN 5 TUỔI TẠI PHƯỜNG PHƯỚC VĨNH, THÀNH PHỐ HUẾ NĂM 2014 BẰNG PHƯƠNG PHÁP HỎI GHI 24 GIỜ

*Hoàng Thị Bạch Yến, Phạm Thị Hải, Hoàng Đình Tuyền,  
Lê Thị Hương, Võ Văn Thắng và cộng sự  
Trường Đại học Y Dược Huế*

## Tóm tắt

Điều tra tiêu thụ thực phẩm là bộ phận thiết yếu trong các cuộc điều tra dinh dưỡng. Điều tra khẩu phần nhằm xác định loại và số lượng thực phẩm tiêu thụ, cho biết khẩu phần ăn có cân đối hay không, mối liên quan giữa chất dinh dưỡng ăn vào với sức khỏe, bệnh tật và tình trạng kinh tế, văn hóa, xã hội... Có nhiều phương pháp để điều tra tiêu thụ lương thực thực phẩm. Phương pháp hỏi ghi 24 giờ qua giúp tìm hiểu những thực phẩm mà đối tượng đã ăn ngày hôm trước hoặc 24 giờ trước khi phỏng vấn. Điều tra tiêu thụ thực phẩm ở trẻ em cho biết tình trạng ăn uống của trẻ, mức độ đáp ứng so với nhu cầu để từ đó có những biện pháp thích hợp nhằm đảm bảo trẻ được dinh dưỡng hợp lý. **Mục tiêu:** 1. Tìm hiểu số lượng từng nhóm thực phẩm được tiêu thụ trong 24 giờ của trẻ 1 đến 5 tuổi tại phường Phước Vĩnh thành phố Huế; 2. Đánh giá chất lượng khẩu phần ăn của đối tượng này và một số yếu tố liên quan. **Đối tượng và phương pháp nghiên cứu:** Nghiên cứu mô tả cắt ngang trên 200 trẻ từ 1 đến 5 tuổi và bố mẹ hoặc người trực tiếp chăm sóc trẻ, hiện đang sinh sống tại phường Phước Vĩnh, thành phố Huế. Phỏng vấn bố mẹ hoặc người chăm sóc để ghi lại lượng thực phẩm trẻ đã tiêu thụ trong 24 giờ trước đó. **Kết quả:** 82% trẻ có khẩu phần ăn đủ 4 nhóm thực phẩm. Tỷ lệ phần trăm glucid, protein, lipid trên tổng năng lượng ăn vào của trẻ lần lượt là 44,1%, 19,5%, 36,3% ở nhóm 12-<48 tháng tuổi và 50%, 19,5%, 30,6% ở nhóm 48-<72 tháng tuổi. Tổng năng lượng ăn vào và protein khẩu phần cao hơn so với nhu cầu ( $p<0,05$ ) trong khi lượng glucid và lipid lại thấp hơn nhu cầu ( $p<0,05$ ). Kinh tế gia đình có liên quan có ý nghĩa thống kê với sự đa dạng về thành phần (đủ 4 nhóm thực phẩm) trong khẩu phần ăn của trẻ ( $p<0,05$ ) và phần trăm tổng năng lượng đạt được so với nhu cầu trong khẩu phần ăn của trẻ ( $p<0,05$ ). **Kết luận:** Khẩu phần ăn trẻ 1 đến 5 tuổi chưa cân đối, cần có nghiên cứu sâu hơn để có biện pháp can thiệp kịp thời.

**Từ khóa:** hỏi ghi 24 giờ, trẻ 1 đến 5 tuổi, thành phố Huế.

## Abstract

### FOOD CONSUMPTION OF CHILDREN AGED 1 TO 5 IN PHUOC VINH WARD, HUE CITY BY 24 HOURS FOOD RECORDING

*Hoang Thi Bach Yen, Pham Thi Hai, Hoang Dinh Tuyen,  
Le Thi Huong, Vo Van Thang et al  
Hue University of Medicine and Pharmacy*

Food consumption survey is an essential parts of nutrition surveys. It helps to determine the type and quantity of food consumed, assessing the balance of the diet, the relationship between nutrient intake and health, diseases, and economic status, culture society ... There are many methods to investigate food consumption. 24-hour food record is a method that record all food consumed by the subject during previous 24 hours. Using this method in children helps to assess their diet to see if it responses the

- Địa chỉ liên hệ: Hoàng Thị Bạch Yến, email: bachyenbs@gmail.com

DOI: 10.34071/jmp.2015.4+5.21

- Ngày nhận bài: 31/3/2015 \* Ngày đồng ý đăng: 2/7/2015 \* Ngày xuất bản: 12/11/2015

demand in order to have proper nutrition. **Objectives:** 1. To calculate the number of each food groups consumed within 24 hours of children 1 to 5 years in Phuoc Vinh ward, Hue City; 2. To assess the quality of their diet and some related factors. **Methodology:** A cross-sectional study was implemented on 200 pairs of children aged 1 to 5 and parents or caregivers living in Phuoc Vinh ward, Hue city and some related factors. **Results:** 82% of the children's diets covered 4 food groups. Prevalence of glucide, protein, lipide out of the total energy intake were 44.1%, 19.5%, 36.3% respectively within group of 12-<48 months and 50%, 19.5%, 30.6% respectively within group of 48-<72 months. Total energy and protein intake were higher than demanded ( $p < 0.05$ ) while glucide and lipide were lower than demanded ( $p < 0.05$ ). Economical status of family was significant associated with variety of food (all 4 food groups) in the diet of children ( $p < 0.05$ ) and total energy consumed ( $p < 0.05$ ). **Conclusion:** The children did not have proper nutrition so further research need to be implemented to have suitable interventions.

**Key words:** 24 hours food records, children aged 1 to 5, Hue city.

## 1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Điều tra tiêu thụ thực phẩm là bộ phận thiết yếu trong các cuộc điều tra dinh dưỡng. Điều tra khẩu phần nhằm xác định loại và số lượng thực phẩm tiêu thụ, cho biết khẩu phần ăn có cân đối hay không, mối liên quan giữa chất dinh dưỡng ăn vào với sức khỏe, bệnh tật và tình trạng kinh tế, văn hóa, xã hội... Có nhiều phương pháp để điều tra tiêu thụ lương thực thực phẩm. Phương pháp hỏi ghi 24 giờ qua giúp tìm hiểu những thực phẩm mà đối tượng đã ăn ngày hôm trước hoặc 24 giờ trước khi phỏng vấn.

Điều tra tiêu thụ thực phẩm ở trẻ em cho biết tình trạng ăn uống của trẻ, mức độ đáp ứng so với nhu cầu để từ đó có những biện pháp thích hợp nhằm đảm bảo trẻ được dinh dưỡng hợp lý. Phường Phước Vĩnh gần trung tâm thành phố Huế, đời sống nhân dân có sự khác biệt giữa những người có thu nhập cao, ổn định và những gia đình lao động phổ thông, buôn bán nhỏ, đập xích lô, xe thồ... việc làm thiếu ổn định, thu nhập thấp.

Nghiên cứu này được thực hiện nhằm hai mục tiêu sau:

1. *Tìm hiểu số lượng từng nhóm thực phẩm được tiêu thụ trong 24 giờ của trẻ 1 đến 5 tuổi tại phường Phước Vĩnh thành phố Huế.*

2. *Đánh giá chất lượng khẩu phần ăn của đối tượng này và một số yếu tố liên quan.*

## 2. ĐỐI TƯỢNG VÀ PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

### 2.1. Đối tượng nghiên cứu

Nghiên cứu này được tiến hành trên 200 trẻ từ 1 đến 5 tuổi và bố mẹ hoặc người chăm sóc

trực tiếp những trẻ đó, hiện đang sống tại phường Phước Vĩnh, thành phố Huế. Tiến hành phỏng vấn bố mẹ hoặc người trực tiếp chăm sóc trẻ về chế độ ăn của trẻ trong 1 ngày bằng phương pháp hỏi ghi 24 giờ.

### 2.2. Phương pháp nghiên cứu

#### 2.2.1. Thiết kế nghiên cứu

Nghiên cứu mô tả cắt ngang

#### 2.2.2. Phương pháp chọn trẻ đưa vào nghiên cứu

Trẻ được chọn theo phương pháp ngẫu nhiên đơn. Liên hệ trạm y tế phường Phước Vĩnh để có danh sách trẻ từ 1 đến 5 tuổi, tính đến ngày 30/11/2014.

### 2.3. Thời gian nghiên cứu

Tháng 7 đến tháng 12 năm 2014.

### 2.4. Phương pháp và kỹ thuật thu thập số liệu

Sử dụng phương pháp hỏi ghi 24 giờ để ghi lại những thực phẩm mà trẻ đã ăn trong ngày hôm trước, từ khi mới ngủ dậy cho đến buổi sáng ngày hôm sau. Tất cả thực phẩm đều được quy đổi ra đơn vị số gam thực phẩm sống sạch. Sử dụng phần mềm của Viện Dinh dưỡng để nhập số liệu và chạy phần mềm tính toán năng lượng và các chất dinh dưỡng mà trẻ đã ăn vào trong một ngày. Nếu ngày hỏi ghi thực phẩm là ngày gia đình có sự kiện đặc biệt (cưới hỏi, chạp, giỗ, sinh nhật...) thì hẹn đến vào một ngày khác.

### 2.5. Xử lý số liệu

Xử lý số liệu bằng chương trình SPSS 15.0 và Microsoft Office Excel. Dùng test Chi-square để kiểm định sự khác biệt giữa hai tỷ lệ; T-test để kiểm định sự khác biệt của hai giá trị trung bình; có ý nghĩa khi  $p < 0,05$ .

## 2.6. Đạo đức nghiên cứu

- Giải thích rõ mục đích của nghiên cứu cho người chăm sóc trẻ. Đối tượng nghiên cứu có quyền tình nguyện tham gia hoặc từ chối nghiên cứu. Nếu đối tượng chấp nhận trả lời phỏng vấn (đồng ý bằng lời) sẽ được yêu cầu mô tả chi tiết bữa ăn của trẻ trong ngày hôm trước.

- Thông tin về đối tượng nghiên cứu sẽ được bảo mật và mã hóa.

## 2.7. Hạn chế của nghiên cứu

- Nghiên cứu dựa vào bảng thành phần thực phẩm Việt Nam, có một số phẩm đặc thù tại tỉnh Thừa Thiên Huế nhưng chưa được phân tích thành phần trong danh mục, vì vậy, chúng tôi khắc phục bằng cách tìm một thực phẩm tương tự trong danh mục để thay thế.

- Nghiên cứu này sử dụng phương pháp hỏi ghi 24 giờ nên không thể tránh khỏi một số hạn chế của phương pháp do đối tượng cố tình hoặc vô tình mô tả phần ăn của trẻ thiếu chính xác. Để khắc phục, chúng tôi tập huấn kỹ điều tra viên để

thông nhất cách khai thác thông tin và ghi lại các giá trị thu thập một cách chính xác nhất về khẩu phần ăn của trẻ.

- Nghiên cứu chỉ tiến hành phỏng vấn bố mẹ hoặc người chăm sóc trẻ trong 1 ngày duy nhất, chấp nhận ngày đến phỏng vấn là ngẫu nhiên. Để hạn chế sai số do chế độ ăn đó không đại diện cho những ngày thông thường khác, chúng tôi sẽ hẹn gia đình đến vào một ngày khác nếu ngày hỏi ghi là ngày gia đình có sự kiện đặc biệt (cưới hỏi, chạp, giỗ, sinh nhật...).

## 3. KẾT QUẢ VÀ BÀN LUẬN

### 3.1. Đặc điểm chung của đối tượng nghiên cứu

Tiến hành hỏi ghi lượng thực phẩm tiêu thụ trong 24 giờ của 200 trẻ hiện sống tại phường Phước Vĩnh, thành phố Huế, tuổi trung bình  $37,4 \pm 14,6$  tháng. 200 người chăm sóc những trẻ này đã được phỏng vấn, tuổi trung bình của người được phỏng vấn là  $36,4 \pm 10,1$  tuổi.

#### 3.1.1. Đặc điểm chung của trẻ

**Bảng 3.1.** Đặc điểm chung của trẻ

	Đặc điểm	n	%
Nhóm tuổi	12-<24 tháng	49	24,5
	24 - <36 tháng	49	24,5
	36 - <48 tháng	44	22,0
	48 - <60 tháng	46	23,0
	60 - <72 tháng	12	6,0
Giới	Nam	107	53,5
	Nữ	93	46,5
Thứ tự sinh trong gia đình	1	94	47,0
	2	83	41,5
	Con thứ 3 trở đi	23	11,5
	<b>Tổng</b>	<b>200</b>	<b>100,0</b>

Trẻ được nghiên cứu phân bố khá đều ở nhóm 1 đến 4 tuổi, nam chiếm tỷ lệ cao hơn nữ (nam/nữ là 1,15). Có 11,5% trẻ được nghiên cứu là con thứ 3 trở đi.

#### 3.1.2. Đặc điểm chung của người được phỏng vấn

**Bảng 3.2.** Đặc điểm chung của người được phỏng vấn

	Đặc điểm	n	%
Giới	Nam	22	11,0
	Nữ	178	89,0
Quan hệ với trẻ	Mẹ	154	77,0
	Bố	19	9,5
	Ông bà	20	10,0
	Anh, chị	1	0,5
	Cô, dì	4	2,0
	Người giúp việc	1	0,5
	Khác	1	0,5

Nghề nghiệp	Cán bộ công chức	87	43,5
	Công nhân	14	7,0
	Thợ thủ công	3	1,5
	Buôn bán	37	18,5
	Nội trợ	44	22,0
	Thất nghiệp, già, hưu trí	1	0,5
	Khác	14	7,0
Trình độ học vấn	Mù chữ	1	0,5
	Biết đọc biết viết	2	1,0
	Tiểu học	12	6,0
	Trung học cơ sở	40	20,0
	Phổ thông trung học	37	18,5
	Trung cấp, Cao đẳng	29	14,5
	Đại học, Sau Đại học	79	39,5
Kinh tế gia đình	Giàu, khá	108	54,0
	Trung bình	85	42,5
	Nghèo, cận nghèo	7	3,5
	<b>Tổng</b>	<b>200</b>	<b>100,0</b>

89% người được phỏng vấn là nữ, chủ yếu là mẹ (77%), nghề nghiệp chủ yếu là cán bộ công chức (43,5%). Có 0,5% người chăm sóc trẻ mù chữ, chủ yếu tập trung ở nhóm người già. Điều này cũng có ảnh hưởng một phần đến việc nuôi dưỡng trẻ nói chung do người chăm sóc thiếu kiến thức và lớn tuổi nên khó chấp nhận những kiến thức nuôi dưỡng trẻ hợp lý. Đa số họ chăm sóc, nuôi dưỡng trẻ theo kinh nghiệm.

Kinh tế gia đình được phân loại giàu, khá khi gia đình có biệt thự, nhà lầu kiên cố, có ô tô, đồ gỗ đắt tiền, đầy đủ các tiện nghi sinh hoạt như máy nóng lạnh, máy giặt, tủ lạnh, tivi màu giá 3 triệu đồng trở lên; Trung bình nếu gia đình có nhà, xe máy, tủ lạnh, tivi nhưng không có đồ gỗ đắt tiền,

máy nóng lạnh, máy giặt; Nghèo, cận nghèo nếu gia đình có thể hộ nghèo hoặc có nhà tạm, đơn sơ, có xe máy cũ, xe đạp, không có nhà vệ sinh, không có các tiện nghi khác như trên, hộ có trẻ em 6-15 tuổi không đến trường do không có tiền, dùng đèn dầu, nên do không có tiền sử dụng điện. Theo cách phân loại này, 54% trẻ có gia đình xếp loại giàu có hoặc khá giả và 42,5% xếp loại trung bình. Điều này cũng phù hợp với tình hình kinh tế xã hội của phường Phước Vĩnh.

**3.2. Số lượng từng nhóm thực phẩm được tiêu thụ trong 24 giờ của trẻ 1 đến 5 tuổi tại phường Phước Vĩnh thành phố Huế.**

**3.2.1. Số nhóm thực phẩm có mặt trong khẩu phần ăn của trẻ**

**Bảng 3.3.** Số nhóm thực phẩm có mặt trong khẩu phần ăn của trẻ

Số nhóm thực phẩm	n	%
Đủ 4 nhóm	164	82,0
3 nhóm	30	15,0
2 nhóm	6	3,0
<b>Tổng</b>	<b>200</b>	<b>100,0</b>

82% trẻ có khẩu phần ăn đủ 4 nhóm thực phẩm. Tuy nhiên, có 3,0% trẻ được cho ăn chế độ ăn chỉ gồm 2 nhóm thực phẩm là glucid và protein.

**3.2.2. Nhóm thực phẩm thiếu hụt trong khẩu phần ăn**

100% trẻ có khẩu phần ăn có nhóm glucid và

protein. Có 4,5% trẻ có khẩu phần ăn thiếu hụt nhóm dầu mỡ và 15,5% trẻ hoàn toàn không có nhóm vitamin và khoáng chất trong khẩu phần ăn. Rau củ và trái cây không xuất hiện trong khẩu phần ăn của trẻ với tỷ lệ lần lượt là 20,5% và 76,0%.

### 3.2.3. Trung bình các chất dinh dưỡng chính trong khẩu phần ăn của trẻ

**Bảng 3.4.** Trung bình các chất dinh dưỡng chính trong khẩu phần ăn của trẻ

Chất dinh dưỡng	Nhóm tuổi	Khuyến cáo	Trung bình	SD	p
Năng lượng (Kcal) (Trẻ trai giống trẻ gái ở 2 nhóm tuổi)	1-3	1180	1456,5	663,8	>0,05
	4-5	1470	1543,8	664,7	
Glucid (g) (60%-70% nhu cầu năng lượng)	1-3	177-206,5	160,6	57,3	<0,01
	4-5	220,5-257	192,8	70,8	
Protein(g)	1-3	35-44	71,1	29,2	>0,05
	4-5	44-55	75,4	36,1	
Protein động vật (g)	1-3 (>60% tổng protid)	>21	58,2	27,3	>0,05
	4-5 (>50% tổng protid)	>22	56,9	34,7	
Lipid (g)	1-3	52,4-65,6	58,7	61,4	>0,05
	4-5	65,3-81,7	52,5	37,0	
Lipid thực vật (g)	1-3		10,5	21,2	>0,05
	4-5		7,8	3,9	
Chất xơ (g) (số tuổi + 5g/ngày)	1-3	6-8	1,6	1,2	<0,01
	4-5	9-10	2,3	1,2	

Xét về nhu cầu năng lượng và các chất dinh dưỡng chính, khẩu phần ăn của trẻ được nghiên cứu cao hơn so với nhu cầu về năng lượng và protein ở cả 2 nhóm tuổi ( $p < 0,05$ ) nhưng lại thấp hơn so với nhu cầu glucid ở cả 2 nhóm tuổi và lipid ở nhóm 4-5 tuổi ( $p < 0,05$ ).

Năng lượng ăn vào của trẻ nhóm 1-3 tuổi và nhóm 4-5 tuổi đạt 123,4% và 105,5% so với nhu cầu. Tỷ lệ phần trăm glucid/tổng năng lượng ăn vào của trẻ chiếm 44,1% và 50% ở 2 nhóm tuổi.

Tỷ lệ phần trăm protein/ tổng năng lượng ăn vào chiếm 19,5% ở cả 2 nhóm tuổi. So với nhu cầu protein khuyến cáo thì trẻ đạt 180% và 152,3% tương ứng ở 2 nhóm tuổi. Điều này cho thấy trẻ đã được ăn thực phẩm nhóm protid quá cao so với nhu cầu cần thiết.

Tỷ lệ phần trăm lipid/ tổng năng lượng ăn vào ở 2 nhóm tuổi lần lượt là 36,3% và 30,6%, thấp hơn so với nhu cầu khuyến nghị đối với trẻ em là 40-50% tổng năng lượng ăn vào.

Có sự khác biệt về trung bình lượng glucid và chất xơ trong khẩu phần ăn của trẻ nhóm 1-3 tuổi và nhóm 4-5 tuổi ( $p < 0,01$ ).

Qua kết quả trên, chúng tôi nhận thấy trẻ được chú trọng cho ăn quá nhiều thực phẩm nhóm protid trong khi thực phẩm nhóm glucid và lipid thì không đạt so với nhu cầu. Năng lượng ăn vào ở trẻ nghiên cứu cũng vượt quá mức nhu cầu cần thiết. Nếu trẻ không được điều chỉnh chế độ ăn hoặc kèm yếu tố ít vận động thì đây sẽ là yếu tố nguy cơ của thừa cân, béo phì.

### 3.2.4. Trung bình các vi chất dinh dưỡng ăn vào của trẻ

**Bảng 3.5.** Trung bình các vi chất dinh dưỡng ăn vào của trẻ

Chất dinh dưỡng	Nhóm tuổi	Khuyến cáo	Trung bình	SD	p
Vitamin A (mcg)	1-3	400	625	681,8	>0,05
	4-5	450	512,5	366,4	
Vitamin C (mcg)	1-3	30	45,3	50,1	>0,05
	4-5	30	45,9	41,9	

Thiamin (mg)	1-3	0,5	0,96	0,7	>0,05
	4-5	0,6	0,98	0,5	
Riboflavin (mg)	1-3	0,5	1,8	1,2	>0,05
	4-5	0,6	1,6	1,3	
Niacin (mg)	1-3	6,0	9,2	5,2	>0,05
	4-5	8,0	10,9	5,3	
Vitamin D (mcg)	1-3	5,0	7,4	6,7	>0,05
	4-5	5,0	6,1	7,7	
Vitamin B12 (mcg)	1-3	0,9	4,1	3	>0,05
	4-5	1,2	3,7	3,3	
Canci (mg)	1-3	500	1278,7	799,6	>0,05
	4-5	600	1218,6	1066,6	
Natri (mg)	1-3		2044,9	1100,1	>0,05
	4-5		2016,2	1164,4	
Kali (mg)	1-3		2218,8	1165,6	>0,05
	4-5		2182,7	1424,9	
Magie (mg)	1-3	65	206,8	91,3	>0,05
	4-5	76	208,1	107,5	
Kẽm (mg)	1-3	4,1*	8,6	3,5	>0,05
	4-5	5,1*	8,9	4,3	
Phospho (mg)	1-3	460	1275,2	666,4	>0,05
	4-5	500	1249,5	843,2	
Cholesterol (mg)	1-3		367,1	315,1	>0,05
	4-5		486	696,3	
Sắt (mg)	1-3	7,7**	7,3	3,4	<0,01
	4-5	8,4**	8,8	3,1	

**Ghi chú:** \*Lấy chuẩn theo mức hấp thu vừa

\*\* Lấy chuẩn theo loại khẩu phần có giá trị sinh học sắt trung bình (khoảng 10% sắt được hấp thu).

Lượng các vi chất dinh dưỡng mà trẻ ăn vào đều cao hơn có ý nghĩa thống kê so với nhu cầu khuyến nghị của Hội Nhi khoa Việt Nam ( $p < 0,05$ ).

Có sự khác biệt về trung bình lượng sắt trong khẩu phần ăn của trẻ nhóm 1-3 tuổi và nhóm 4-5 tuổi ( $p < 0,01$ ).

### 3.3. Đánh giá chất lượng khẩu phần ăn của trẻ và một số yếu tố liên quan

#### 3.3.1. Phần trăm trẻ đạt nhu cầu năng lượng so với chuẩn

**Bảng 3.6.** Phần trăm trẻ đạt nhu cầu năng lượng so với chuẩn

Tứ phân vị nhu cầu đạt được so với chuẩn	Phần trăm trẻ đạt được (%)
Đạt 25%	85,2
Đạt 50%	104,1
Đạt 75%	137,4

Khi sắp xếp tổng năng lượng ăn vào của trẻ theo thứ tự từ bé đến lớn, cắt dãy số thành 4 phần bằng nhau, tại vị trí cắt thứ 2 (mức tứ phân vị thứ 50 hay trung vị) đã có 104,1% trẻ đạt nhu cầu về năng lượng.

#### 3.3.2. Phần trăm trẻ đạt nhu cầu Glucid ăn vào so với chuẩn

**Bảng 3.7.** Phần trăm trẻ đạt nhu cầu Glucid ăn vào so với chuẩn

Tứ phân vị nhu cầu đạt được so với chuẩn	Phần trăm trẻ đạt được (%)
Đạt 25%	55,4
Đạt 50%	74,5
Đạt 75%	92,4

Có 92,4% trẻ đạt nhu cầu về glucid ở mức tứ phân vị thứ 75.

#### 3.3.3. Phần trăm trẻ đạt nhu cầu Protein ăn vào so với chuẩn

**Bảng 3.8.** Phần trăm trẻ đạt nhu cầu Protein ăn vào so với chuẩn

Tứ phân vị nhu cầu đạt được so với chuẩn	Phần trăm trẻ đạt được (%)
Đạt 25%	109,5
Đạt 50%	138,5
Đạt 75%	183,2

Ở mức tứ phân vị thứ 25 đã có 109,5% trẻ đạt nhu cầu về protein. Điều này cho thấy lượng protid trẻ ăn vào cao quá mức so với nhu cầu.

#### 3.3.4. Phần trăm trẻ đạt nhu cầu Lipid ăn vào so với chuẩn

**Bảng 3.9.** Phần trăm trẻ đạt nhu cầu Lipid ăn vào so với chuẩn

Tứ phân vị nhu cầu đạt được so với chuẩn	Phần trăm trẻ đạt được (%)
Đạt 25%	51,3
Đạt 50%	69,1
Đạt 75%	91,1

Có 91,1% trẻ đạt nhu cầu về glucid ở mức tứ phân vị thứ 75.

#### 3.3.5. Liên quan giữa kinh tế gia đình với khẩu phần ăn đủ 4 nhóm thực phẩm

**Bảng 3.10.** Liên quan giữa kinh tế gia đình với khẩu phần ăn đủ 4 nhóm thực phẩm

Kinh tế gia đình \ Khẩu phần ăn	Đủ 4 nhóm		Không đủ 4 nhóm		Tổng		p
	n	%	n	%	n	%	
Giàu, khá giả	93	46,5	15	7,5	108	54,0	<0,05
Trung bình	69	34,5	16	8,0	85	42,5	
Nghèo	2	1,0	5	2,5	7	3,5	
<b>Tổng</b>	<b>164</b>	<b>82,0</b>	<b>36</b>	<b>18,0</b>	<b>200</b>	<b>100,0</b>	

Có mối liên quan có ý nghĩa thống kê giữa điều kiện kinh tế gia đình với sự đa dạng về thành phần (đủ 4 nhóm thực phẩm) trong khẩu phần ăn của trẻ ( $p < 0,05$ ).

### 3.3.6. Liên quan giữa kinh tế gia đình với phần trăm tổng năng lượng đạt được so với nhu cầu

**Bảng 3.11.** Liên quan giữa kinh tế gia đình với phần trăm tổng năng lượng đạt được so với nhu cầu

Năng lượng Kinh tế gia đình	<50%		50-<80%		80% trở lên		Tổng		p
	n	%	n	%	n	%	n	%	
Giàu, khá giả	0	0	19	9,5	89	44,5	108	54,0	<b>&lt;0,05</b>
Trung bình	2	1,0	15	7,5	68	34,0	85	42,5	
Nghèo	0	0	5	2,5	2	1,0	7	3,5	
<b>Tổng</b>	<b>2</b>	<b>1,0</b>	<b>39</b>	<b>19,5</b>	<b>159</b>	<b>79,5</b>	<b>200</b>	<b>100,0</b>	

Có mối liên quan có ý nghĩa thống kê giữa điều kiện kinh tế gia đình với phần trăm tổng năng lượng đạt được so với nhu cầu trong khẩu phần ăn của trẻ ( $p < 0,05$ ).

### 3.3.7. Liên quan giữa trình độ học vấn của người chăm sóc với khẩu phần ăn đủ 4 nhóm thực phẩm và phần trăm tổng năng lượng đạt được so với nhu cầu

Không tìm thấy mối liên quan giữa trình độ học vấn của người chăm sóc với khẩu phần ăn đủ 4 nhóm thực phẩm và phần trăm tổng năng lượng đạt được so với nhu cầu ( $p > 0,05$ ).

Như vậy, tổng năng lượng ăn vào của trẻ chịu ảnh hưởng của hoàn cảnh kinh tế rõ ràng hơn so với trình độ học vấn của người chăm sóc.

## 4. KẾT LUẬN

### 4.1. Số lượng từng nhóm thực phẩm được tiêu thụ trong 24 giờ

Khẩu phần ăn của trẻ được nghiên cứu cao hơn so với nhu cầu về năng lượng và protein ở cả 2 nhóm tuổi ( $p < 0,05$ ) nhưng thấp hơn so với nhu cầu glucid ở cả 2 nhóm tuổi và lipid ở nhóm 4-5 tuổi ( $p < 0,05$ ).

Tỷ lệ phần trăm glucid, protein, lipid trên tổng năng lượng ăn vào của trẻ lần lượt là 44,1%, 19,5%, 36,3% ở nhóm 1-3 tuổi và 50%, 19,5%, 30,6% ở nhóm 4-5 tuổi.

Trẻ đạt 180% và 152,3% so với nhu cầu protein khuyến cáo ở 2 nhóm tuổi.

Có sự khác biệt về trung bình lượng glucid, chất xơ và sắt trong khẩu phần ăn của trẻ nhóm 1-3 tuổi và nhóm 4-5 tuổi ( $p < 0,01$ ).

### 4.2. Đánh giá chất lượng khẩu phần ăn và một số yếu tố liên quan

82% trẻ có khẩu phần ăn đủ 4 nhóm thực phẩm.

100% trẻ có khẩu phần ăn có nhóm glucid và protein. Có 4,5% trẻ có khẩu phần ăn thiếu hụt nhóm dầu mỡ và 15,5% trẻ hoàn toàn không có nhóm vitamin và khoáng chất trong khẩu phần ăn.

Ở mức tứ phân vị thứ 50 đã có 104,1% trẻ đạt nhu cầu về năng lượng.

Có 92,4% trẻ đạt nhu cầu về glucid ở mức tứ phân vị thứ 75.

Ở mức tứ phân vị thứ 25 đã có 109,5% trẻ đạt nhu cầu về protein.

Có 91,1% trẻ đạt nhu cầu về glucid ở mức tứ phân vị thứ 75.

Có mối liên quan có ý nghĩa thống kê giữa điều kiện kinh tế gia đình với sự đa dạng về thành phần (đủ 4 nhóm thực phẩm) trong khẩu phần ăn của trẻ ( $p < 0,05$ ) và phần trăm tổng năng lượng đạt được so với nhu cầu trong khẩu phần ăn của trẻ ( $p < 0,05$ ).

Không tìm thấy mối liên quan giữa trình độ học vấn của người chăm sóc với khẩu phần ăn đủ 4 nhóm thực phẩm và phần trăm tổng năng lượng đạt được so với nhu cầu ( $p > 0,05$ ).

## 5. KIẾN NGHỊ

- Khẩu phần ăn của trẻ hiện tại chưa cân đối, chưa đạt nhu cầu so với khuyến nghị. Năng lượng ăn vào ở trẻ nghiên cứu vượt quá mức nhu cầu cần thiết. Cần hướng dẫn, tư vấn cho bố mẹ hoặc người chăm sóc điều chỉnh chế độ ăn để giảm nguy cơ thừa cân, béo phì. Cần lưu ý bổ sung rau



củ và trái cây vào khẩu phần ăn của trẻ.

- Kinh tế có ảnh hưởng rõ rệt đến khẩu phần ăn của trẻ, những trẻ có gia đình khá giả được ăn chế độ ăn đủ các nhóm thực phẩm và tổng năng lượng ăn vào cao hơn so với trẻ có điều kiện kinh tế kém hơn. Tuy nhiên, điều này có thể cải thiện được nếu người chăm sóc biết cách chọn lựa, thay

thế thực phẩm trong cùng nhóm để đảm bảo vẫn mua được những thực phẩm của cả 4 nhóm với giá tiền ít hơn. Điều quan trọng là nâng cao kiến thức cho người chăm sóc để họ biết cách chọn lựa và thay thế thực phẩm để có chế độ ăn hợp lý cho trẻ. Trạm y tế và cộng tác viên dinh dưỡng nên là người tiếp cận và hướng dẫn cho họ về vấn đề này.

***Đề tài này nhận được sự hỗ trợ một phần kinh phí từ dự án ADB.***

#### **TÀI LIỆU THAM KHẢO**

1. Bộ y tế (2012), Dinh dưỡng và an toàn thực phẩm (Sách đào tạo bác sỹ chuyên khoa định hướng Y học dự phòng), Nhà xuất bản Y học Hà Nội, trang 53-73.
2. Bộ y tế - Viện Dinh dưỡng (2006), Bảng nhu cầu dinh dưỡng khuyến nghị cho người Việt Nam, Nhà xuất bản y học Hà Nội.
3. Bộ Y tế, Viện Dinh dưỡng (2007), Bảng thành phần thực phẩm Việt Nam, Nhà xuất bản Y học Hà Nội.
4. Hà Huy Khôi, Lê Bạch Mai, Nguyễn Công Khẩn, Phạm Duy Tường (2005), Diễn biến khẩu phần ăn của người Việt Nam trong thế kỷ XX (1940-2000) và ý nghĩa sức khỏe cộng đồng, Tạp chí Dinh dưỡng và thực phẩm, Tập 1, số 1 – tháng 12 năm 2005.
5. Hội Nhi khoa Việt Nam (2007), Khuyến nghị của Hội Nhi khoa Việt Nam và chuẩn tăng trưởng của Tổ chức Y tế thế giới 2006.
6. Trường Đại học Y Hà Nội – Bộ môn Dinh dưỡng – An toàn thực phẩm (2012), Thực hành dinh dưỡng và vệ sinh an toàn thực phẩm, Nhà xuất bản Y học.
7. Trường Đại học Y Hà Nội – Bộ môn Dinh dưỡng – An toàn thực phẩm (2000), Hướng dẫn thực hành dinh dưỡng ở cộng đồng, trang 15-24.