

CURRENT SITUATION AND FACTORS RELATED TO OVERWEIGHT AND OBESITY OF GRADE 1 STUDENTS IN DONG HOI CITY, FORMER QUANG BINH PROVINCE

THỰC TRẠNG VÀ CÁC YẾU TỐ LIÊN QUAN ĐẾN THỪA CÂN, BÉO PHÌ CỦA HỌC SINH LỚP 1 TRÊN ĐỊA BÀN THÀNH PHỐ ĐỒNG HỚI, TỈNH QUẢNG BÌNH (CŨ)

Cao Phương

Trường Đại học Quảng Bình

ABSTRACT: *Through regular scientific research methods, the research results have evaluated the situation of overweight and obesity in first grade students, the ability to exercise and physical qualities of overweight and obese children and adolescents. Basic factors in daily life related to the mental and physical health status of first grade students in Dong Hoi city, former Quang Binh province.*

Keywords: *Obesity, physical education, elementary school students, weight loss, efficiency, means, sports.*

TÓM TẮT: *Thông qua các phương pháp nghiên cứu khoa học thường quy, kết quả nghiên cứu đã đánh giá được thực trạng thừa cân, béo phì ở học sinh lớp 1, năng lực vận động các tổ chức thể lực của trẻ thừa cân, béo phì và những yếu tố cơ bản trong cuộc sống hàng ngày có liên quan đến tình trạng TC, BP của học sinh lớp 1 trên địa bàn thành phố Đồng Hới, tỉnh Quảng Bình (cũ).*

Từ khóa: *Béo phì, giáo dục thể chất, học sinh tiểu học, giảm cân, hiệu quả, phương tiện, thể dục thể thao.*

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Thừa cân, béo phì (TC, BP) là cụm từ được các chuyên gia dinh dưỡng dùng để chỉ sự phát triển không cân đối của cơ thể trẻ nhỏ. Trong đó, thừa cân là tình trạng cân nặng vượt quá ngưỡng phù hợp với chiều cao của trẻ theo lứa tuổi, béo phì là hiện tượng tích tụ mỡ quá nhiều và không bình thường một cách cục bộ trên toàn cơ thể [1]. TC, BP đang tăng nhanh trên toàn thế giới và cả ở Việt Nam, trở thành vấn đề thách thức sức khỏe cộng đồng. TC, BP có nguy cơ gây nên nhiều bệnh tật cho trẻ nhỏ như: các bệnh về tim mạch, bệnh tiểu đường, cao huyết áp, các bệnh về xương khớp... Bên cạnh đó, TC, BP còn làm ảnh hưởng rất lớn đến tâm lý trẻ nhỏ, các em sẽ cảm thấy tự ti, xấu hổ, ngại tiếp xúc với bạn bè cùng trang lứa dẫn đến việc học tập và sinh hoạt hàng ngày bị ảnh hưởng rất lớn.

Hiện nay, theo ước tính của Tổ chức Y tế thế giới WHO năm 2016 có khoảng 41 triệu trẻ

em dưới 5 tuổi và 340 triệu trẻ em tuổi từ 5 đến 19 tuổi bị TC, BP. Ở Việt Nam, tỷ lệ này có xu hướng tăng nhanh trong những năm gần đây. Theo kết quả Tổng điều tra Dinh dưỡng toàn quốc 2019 - 2020 của Viện dinh dưỡng quốc gia, tỷ lệ trẻ em thừa cân, béo phì tăng gấp 2,2 lần, từ 8,5% năm 2010 lên thành 19,0% năm 2020 [2].

Những con số đáng báo động trên thực sự gây lo lắng cho không chỉ các bậc phụ huynh có con nhỏ, mà còn cảnh báo cả xã hội về những hệ lụy mà nó sẽ gây ra. Do đó, việc đánh giá đúng thực trạng, đồng thời tìm ra nguyên nhân để sớm có những giải pháp khắc phục kịp thời là việc làm hết sức cần thiết và cấp bách hiện nay.

2. PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Nghiên cứu đã sử dụng các phương pháp sau:

2.1. Phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu

Nghiên cứu tài liệu liên quan đến bệnh TC, BP, các tài liệu về hoạt động giáo dục thể

chất theo quan điểm mới nhất nhằm tiếp thu và sử dụng các thông tin khoa học.

2.2. Phương pháp phỏng vấn

Nhằm thu nhận thông tin qua hỏi và trả lời giữa nhà nghiên cứu và các cá nhân khác nhau về những vấn đề cần quan tâm. Các nội dung phỏng vấn chủ yếu là: tuổi, giới tính, nghề nghiệp, hoạt động thể dục thể thao, trọng lượng cơ thể, chiều cao, cân nặng.

2.3. Phương pháp quan sát sự phạm

Nghiên cứu tiếp cận với đối tượng nghiên

cứu để tìm hiểu, phân tích đánh giá khách quan thực trạng hiệu quả công tác kiểm tra sức khỏe, công tác kiểm tra thể lực và năng lực hoạt động thể chất của học sinh.

2.4. Phương pháp kiểm tra Y học thể dục thể thao

Nghiên cứu sử dụng chỉ số Z - Score BMI theo tuổi để đánh giá và phân loại tình trạng dinh dưỡng của học sinh lớp 1 trên địa bàn thành phố Đồng Hới, Quảng Bình (cũ).

Bảng 1. Đánh giá chỉ số Z - Score BMI theo tuổi [3]

Chỉ số Z - Score	Đánh giá
< - 3 SD	Trẻ suy dinh dưỡng thể nhẹ cân, mức độ nặng
< - 2 SD	Trẻ suy dinh dưỡng thể nhẹ cân, mức độ vừa
2 SD <= Z - Score <= 1 SD	Trẻ bình thường
> 1 SD	Trẻ thừa cân
> 2 SD	Trẻ béo phì

2.5. Phương pháp kiểm tra sự phạm

Nghiên cứu sử dụng các test được quy định tại Quyết định số: 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18 tháng 9 năm 2008 của Bộ trưởng Bộ BGD&ĐT để đánh giá năng lực hoạt động thể lực của học sinh.

2.6. Phương pháp toán học thống kê

Sử dụng toán học thống kê như một công cụ xử lý tài liệu thông qua phần mềm SPSS.

3. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ PHÂN TÍCH

3.1. Thực trạng thừa cân, béo phì ở học sinh lớp 1 trên địa bàn Thành phố Đồng Hới (cũ)

Sử dụng chỉ số Z - Score BMI theo tuổi, tiến hành đánh giá thực trạng TC, BP của 640 học sinh lớp 1 các trường Tiểu học Hải Đình; Tiểu học Đồng Phú; Tiểu học Đồng Mỹ; Tiểu học số 3 Nam Lý ở thành phố Đồng Hới, Quảng Bình (cũ). Chúng tôi thu được kết quả ở bảng 2.

Bảng 2. Thực trạng TC, BP của học sinh lớp 1 trên địa bàn thành phố Đồng Hới, Quảng Bình (cũ) [4]

TT	Tên trường	Số lượng HS	Tình trạng TC, BP của học sinh lớp 1											
			Nam						Nữ					
			Thừa cân	Tỷ lệ	Béo phì	Tỷ lệ	Không TCBP	Tỷ lệ	Thừa cân	Tỷ lệ	Béo phì	Tỷ lệ	Không TCBP	Tỷ lệ
1	Hải Đình	120	19	15.83	4	3.33	37	30.83	21	17.5	6	5	33	27.5
2	Đồng Mỹ	111	17	15.32	3	2.7	36	32.43	18	16.22	4	3.6	33	29.73
3	Đồng Phú	245	28	11.43	8	3.27	89	36.33	28	11.43	10	4.08	82	33.47
4	Số 3 Nam Lý	164	30	18.29	5	3.05	58	35.37	24	14.63	5	3.05	42	25.61
	Tổng	640	94	14.69	20	3.13	220	34.38	91	14.22	25	3.91	190	29.69

Nghiên cứu kết quả ở bảng 2 cho thấy: Trong tổng số 640 học sinh của 4 trường được kiểm tra có 185 em thừa cân chiếm tỷ lệ 28.91% (trong đó nữ là 91 em chiếm tỷ lệ 14.22%, nam là 94 em chiếm tỷ lệ 14.69%), có 45 em béo phì chiếm tỷ lệ 7.04% (trong đó nữ là 25 em chiếm tỷ lệ 3.91%, nam là 20 em chiếm tỷ lệ 3.13%), số còn lại 410 em là không TC, BP chiếm tỷ lệ 64.07% (Nam là 220 em chiếm tỷ lệ 34.38%, nữ 190 em chiếm tỷ lệ 29.69%). Trường có tỷ lệ TC, BP nhiều nhất là Tiểu học Hải Đình và Tiểu học số 3 Nam Lý, tỷ lệ lần lượt là 41.66% và 39.02%. Tỷ lệ TC, BP giữa nam và nữ cũng không đồng đều, tỷ lệ TC, BP của nữ cao hơn của nam.

3.2. Đánh giá năng lực vận động các tổ chức thể lực của học sinh thừa cân béo phì lớp 1 trên địa bàn thành phố Đồng Hới, tỉnh Quảng Bình (cũ)

Sử dụng các test bật xa, lực bóp tay thuận, chạy 30m XPC và chạy 5 phút tùy sức được quy định trong Quyết định 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18 tháng 09 năm 2008 của Bộ Giáo dục về việc ban hành quy định đánh giá xếp loại thể lực học sinh, sinh viên [5]. Tiến hành kiểm tra năng lực hoạt động thể lực của 230 nam, nữ học sinh TC, BP lớp 1 ở 4 trường: Tiểu học Hải Đình, Tiểu học Đồng Phú, Tiểu học Đồng Mỹ, Tiểu học số 3 Nam lý tại thành phố Đồng Hới, Quảng Bình (cũ). Chúng tôi thu được kết quả ở bảng 3 và bảng 4.

Bảng 3. Kết quả kiểm tra thể lực của nam học sinh TC, BP ở học sinh lớp 1 trên địa bàn TP Đồng Hới, Quảng Bình (cũ) (n = 114)

TT	TEST	Xếp loại											
		Thừa cân (n = 94)						Béo phì (n = 20)					
		Tốt	Tỷ lệ	Đạt	Tỷ lệ	Chưa đạt	Tỷ lệ	Tốt	Tỷ lệ	Đạt	Tỷ lệ	Chưa đạt	Tỷ lệ
1	Bật xa	15	15.96	45	47.87	34	36.17	2	10	7	35	11	55
2	Lực bóp tay thuận	16	17.02	51	54.26	27	28.72	5	25	9	45	6	30
3	30m XPC	11	11.7	44	46.81	39	41.49	1	5	7	35	12	60
4	5 phút tùy sức	7	7.44	33	35.11	54	57.45	0	0	6	30	14	70

Bảng 4. Kết quả kiểm tra thể lực của nữ học sinh TC, BP ở học sinh lớp 1 trên địa bàn TP Đồng Hới, Quảng Bình (cũ) (n = 116)

TT	TEST	Xếp loại											
		TC (n = 91)						BP (n = 25)					
		Tốt	Tỷ lệ	Đạt	Tỷ lệ	Chưa đạt	Tỷ lệ	Tốt	Tỷ lệ	Đạt	Tỷ lệ	Chưa đạt	Tỷ lệ
1	Bật xa	13	14.29	44	48.35	34	37.36	1	4	10	40	14	56
2	Lực bóp tay thuận	14	15.38	50	54.95	27	29.67	3	12	14	56	8	32
3	30m XPC	9	9.89	38	41.76	44	48.35	1	4	9	36	15	60
4	Chạy 5 phút tùy sức	5	5.49	32	35.16	54	59.35		0	7	28	18	72

Phân tích bảng 3 và 4 cho thấy: Mức độ hoạt động các tổ chất thể lực của học sinh TC, BP ở lớp 1 theo quy định của tiêu chuẩn rèn luyện thể lực do Bộ Giáo dục và Đào tạo ban hành là còn rất hạn chế, cụ thể:

*** Đối với nam:**

- Nội dung sức mạnh (Bật xa, lực bóp tay thuận):

Đối với nhóm BP trong tổng số 20 em được kiểm tra nội dung bật xa có đến 11 em chiếm tỷ lệ 55% không đạt, chỉ có 09 em là từ mức đạt trở lên chiếm tỷ lệ 45%. Nội dung lực bóp tay thuận có 6 em chiếm tỷ lệ 30% chưa đạt và có 14 em từ mức đạt trở lên chiếm tỷ lệ 70%. Trong khi đó đối với nhóm TC các chỉ số này có tỷ lệ đạt cao hơn, cụ thể: ở nội dung bật xa trong tổng số 94 em được kiểm tra chỉ có 34 em chiếm tỷ lệ 36.17% là chưa đạt còn lại 60 em chiếm tỷ lệ 63.83% là ở mức đạt trở lên. Nội dung lực bóp tay thuận có 27 em chiếm tỷ lệ 28.72% là chưa đạt, số còn lại đều từ mức đạt trở lên.

- Nội dung sức nhanh (Chạy 30m XPC):

Đối với nhóm BP trong tổng số 20 em được kiểm tra nội dung chạy 30m XPC có đến 12 em chiếm tỷ lệ 60% không đạt, chỉ có 8 em là từ mức đạt trở lên chiếm tỷ lệ 40%. Trong khi đó đối với nhóm TC trong tổng số 94 em được kiểm tra chỉ có 39 em chiếm tỷ lệ 41.49% là chưa đạt còn lại 55 em chiếm tỷ lệ 58.51% là ở mức đạt trở lên.

- Nội dung sức bền (Chạy tùy sức 5 phút):

Đối với nhóm BP trong tổng số 20 em được kiểm tra nội dung chạy 5 phút tùy sức có đến 14 em chiếm tỷ lệ 70% không đạt, còn lại 6 em chiếm tỷ lệ 30% ở mức đạt, không có học sinh nào đạt mức tốt. Trong khi đó đối với nhóm TC trong tổng số 94 em được kiểm tra thì có 54 em chiếm tỷ lệ 57.45% là chưa đạt còn lại 40 em chiếm tỷ lệ 42.55% là ở mức đạt trở lên.

*** Đối với nữ:**

- Nội dung sức mạnh (Bật xa, lực bóp tay thuận):

Đối với nhóm BP trong tổng số 25 em được kiểm tra nội dung bật xa có đến 14 em chiếm tỷ lệ 56% không đạt, chỉ có 11 em là từ mức đạt trở lên chiếm tỷ lệ 44%. Nội dung lực bóp tay thuận có 8 em chiếm tỷ lệ 32% chưa đạt và có 17 từ mức đạt trở lên chiếm tỷ lệ 68%. Trong khi đó đối với nhóm TC các chỉ số sức mạnh được kiểm tra có phần tốt hơn, cụ thể: ở nội dung bật xa trong tổng số 91 em được kiểm tra chỉ có 34 em chiếm tỷ lệ 37.36% là chưa đạt còn lại 57 em chiếm tỷ lệ 62.64% là ở mức đạt trở lên. Nội dung lực bóp tay thuận có 27 em chiếm tỷ lệ 29.67% là chưa đạt, số còn lại đều từ mức đạt trở lên.

- Nội dung sức nhanh (Chạy 30m XPC):

Đối với nhóm BP trong tổng số 25 em được kiểm tra nội dung chạy 30m XPC có đến 15 em chiếm tỷ lệ 60% không đạt, chỉ có 10 em là từ mức đạt trở lên chiếm tỷ lệ 40%. Trong khi đó đối với nhóm TC trong tổng số 91 em được kiểm tra có 44 em chiếm tỷ lệ 48.35% là chưa đạt còn lại 47 em chiếm tỷ lệ 51.65% là ở mức đạt trở lên.

- Nội dung sức bền (Chạy tùy sức 5 phút):

Đối với nhóm BP trong tổng số 25 em được kiểm tra nội dung chạy 5 phút tùy sức có đến 18 em chiếm tỷ lệ 72% không đạt, còn lại 7 em chiếm tỷ lệ 28% ở mức đạt, không có học sinh nào đạt mức tốt. Trong khi đó đối với nhóm TC trong tổng số 91 em được kiểm tra thì có 54 em chiếm tỷ lệ 59.34% là chưa đạt còn lại 37 em chiếm tỷ lệ 40.56% là ở mức đạt trở lên.

Tiến hành tổng hợp phân tích các chỉ tiêu được kiểm tra sau đó căn cứ theo hướng dẫn tổ chức đánh giá, xếp loại thể lực học sinh, sinh viên được quy định tại Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18 tháng 9 năm 2008. Nghiên cứu thu được kết quả ở bảng 5.

Bảng 5. Đánh giá và xếp loại kết quả kiểm tra thể lực học sinh thừa cân, béo phì lớp 1 trên địa bàn thành phố Đồng Hới, tỉnh Quảng Bình (cũ) (n = 230)

TT	Đối tượng	Xếp loại					
		Tốt	Tỷ lệ %	Đạt	Tỷ lệ %	Chưa đạt	Tỷ lệ %
1	Nam (n = 114)	12	10.53	20	17.54	82	71.93
2	Nữ (n = 116)	10	8.62	34	29.31	72	62.07
TỔNG (n = 230)		22	9.57	54	23.48	154	66.96

Phân tích bảng 5 cho thấy: Kết quả xếp loại thể lực theo tiêu chuẩn rèn luyện thể lực do Bộ Giáo dục và Đào tạo ban hành của học sinh TC, BP lớp 1 trên địa bàn thành phố Đồng Hới, tỉnh Quảng Bình (cũ) có tỷ lệ ở mức đạt trở lên rất thấp, cụ thể: trong tổng số 230 học sinh TC, BP được kiểm tra chỉ có 76 học sinh xếp loại đạt trở lên chiếm tỷ lệ 33.05% trong đó có 22 học sinh xếp loại tốt chiếm 9.57% và 54 học sinh xếp loại đạt chiếm tỷ lệ 23.48%. Số còn lại 154 học sinh xếp loại chưa đạt chiếm tỷ lệ tới 66.96%.

Từ những kết quả trên cho thấy, mức độ hoạt động thể lực của học sinh TC, BP lớp 1 trên địa bàn thành phố Đồng Hới, tỉnh Quảng Bình (cũ) còn ở mức rất thấp so với tiêu chuẩn rèn luyện thân thể.

Bảng 6. Kết quả phỏng vấn điều tra các yếu tố có liên quan đến tình trạng TC, BP của học sinh lớp 1 trên địa bàn thành phố Đồng Hới, tỉnh Quảng Bình (cũ) (n = 20)

TT	Nội dung	Kết quả					
		Rất liên quan		Liên quan		Không liên quan	
		n	%	n	%	n	%
1	Thói quen ăn uống	15	75	5	25	0	0.00
2	Sở thích ăn uống	11	55	8	40	1	5
3	Hoạt động vận động	13	65	5	25	2	10
4	Các yếu tố gia đình	10	50	7	35	3	15

Kết quả bảng 6 cho thấy: Tất cả các yếu tố được đề xuất đều được các chuyên gia đồng ý cho rằng có liên quan và rất liên quan với tỷ lệ rất cao từ 85% - 100%. Từ đó, chúng tôi đã tiến hành điều tra thực trạng các yếu tố nêu trên để phân tích, đánh giá mức độ ảnh hưởng của

3.3. Phân tích các yếu tố cơ bản trong cuộc sống hàng ngày có liên quan đến tình trạng TC, BP của học sinh lớp 1 trên địa bàn thành phố Đồng Hới, tỉnh Quảng Bình (cũ)

3.3.1. Xác định các yếu tố liên quan đến tình trạng thừa cân, béo phì ở trẻ nhỏ hiện nay

Thông qua phương pháp phỏng vấn và tọa đàm với các chuyên gia có kinh nghiệm trong lĩnh vực giáo dục thể chất và huấn luyện thể thao, nghiên cứu đã lựa chọn được các yếu tố cơ bản trong cuộc sống hàng ngày có liên quan đến tình trạng TC, BP gồm: thói quen ăn uống; sở thích ăn uống; hoạt động vận động và các yếu tố gia đình. Nội dung các câu trả lời được sắp xếp ở ba mức theo thứ tự là: rất liên quan, liên quan và không liên quan. Kết quả thể hiện cụ thể ở bảng 6.

những yếu tố đó tới tình trạng TC, BP của học sinh lớp 1 trên địa bàn thành phố Đồng Hới, tỉnh Quảng Bình (cũ).

3.3.2. Phân tích các yếu tố cơ bản trong cuộc sống hàng ngày có liên quan đến tình trạng TC, BP của học sinh lớp 1 trên địa bàn thành

phố Đồng Hới, tỉnh Quảng Bình (cũ)***Thói quen ăn uống**

Thói quen ăn uống là một trong những yếu tố có ảnh hưởng lớn đến tình trạng TC, BP hiện

nay ở trẻ nhỏ. Tiến hành điều tra thói quen ăn uống của học sinh lớp 1 ở 4 trường nêu trên. Chúng tôi thu được kết quả ở bảng 7.

Bảng 7. Thói quen ăn uống của học sinh lớp 1 trên địa bàn thành phố Đồng Hới, Quảng Bình (cũ)

TT	Thói quen ăn uống		TC, BP (n = 230)		Không TC, BP (n = 410)	
			n	%	n	%
1	Ăn nhiều	Có	168	73.04	125	30.49
		Không	62	26.96	285	69.51
2	Ăn nhanh	Có	160	69.57	130	31.71
		Không	70	30.43	280	68.29
3	Uống sữa, ăn trước khi ngủ	Có	188	81.74	110	26.83
		Không	42	18.26	300	73.17
4	Hay ăn vặt	Có	180	78.26	120	29.27
		Không	50	21.74	290	70.73
5	Luôn chọn đồ ăn ngon	Có	190	82.61	135	32.93
		Không	40	17.39	275	67.07

Phân tích bảng 7 cho thấy: Trẻ TC, BP có thói quen ăn uống khác với trẻ không TC, BP. Trẻ TC, BP có thói quen ăn nhiều, ăn nhanh, hay uống sữa, ăn trước khi đi ngủ, hay ăn vặt, luôn lựa chọn đồ ăn ngon chiếm tỷ lệ cao hơn trẻ không TC, BP, cụ thể: Có đến 73.04% trẻ TC, BP có thói quen ăn nhiều trong khi đó chỉ có 30.49% trẻ không TC, BP có thói quen này; có 69.57% trẻ TC, BP có thói quen ăn nhanh, còn trẻ không TC, BP thì chỉ có 31.71%; có 81.74% trẻ TC, BP có thói quen uống sữa và ăn trước khi ngủ, còn trẻ không TC, BP chỉ là 26.83%; trẻ TC, BP có thói quen ăn vặt chiếm tỷ lệ 78.26% trong khi đó trẻ không TC, BP chỉ là

29.27%; có 82.61% trẻ TC, BP có thói quen chọn đồ ăn ngon cho mình còn với trẻ không TC, BP còn số này chỉ là 32.93%.

***Sở thích ăn uống**

Sở thích ăn uống cũng là một trong những nhân tố có ảnh hưởng lớn đến tình trạng TC, BP hiện nay ở trẻ nhỏ. Các loại đồ ăn như: Đồ ăn nhiều dầu mỡ, các loại đồ ngọt, trứng...Được các chuyên gia dinh dưỡng khuyến cáo là một trong những nguyên nhân chủ yếu có nguy cơ dẫn đến tình trạng TC, BP ở trẻ nhỏ. Tiến hành điều tra sở thích ăn uống của học sinh lớp 1 ở 4 trường nêu trên. Chúng tôi thu được kết quả ở bảng 8.

Bảng 8. Sở thích ăn uống của học sinh lớp 1 trên địa bàn thành phố Đồng Hới, Quảng Bình (cũ)

TT	Thói quen ăn uống		TC, BP (n = 230)		Không TC, BP (n = 410)	
			n	%	n	%
1	Đồ ngọt	Có	168	73.04	125	30.49
		Không	62	26.96	285	69.51
2	Thức ăn béo, nhiều dầu mỡ	Có	160	69.57	130	31.71
		Không	70	30.43	280	68.29
3	Trứng	Có	188	81.74	110	26.83
		Không	42	18.26	300	73.17
4	Thịt nạc	Có	180	78.26	250	60.98
		Không	50	21.74	160	39.02
5	Rau, củ, quả	Có	40	17.39	210	51.22
		Không	190	82.61	200	48.78

Phân tích bảng 8 cho thấy: Trẻ TC, BP có tỷ lệ thích các loại đồ ăn như: đồ ăn nhiều dầu mỡ, đồ ngọt, trứng... cao hơn trẻ không TC, BP rất nhiều, cụ thể: có đến 73.04% trẻ TC, BP thích ăn đồ ngọt trong khi đó chỉ có 30.49% trẻ không TC, BP thích loại đồ ăn này; có 69.57% trẻ TC, BP thích ăn đồ ăn nhiều dầu mỡ, thức ăn béo còn trẻ không TC, BP chỉ là 31.71%; có 81.74% trẻ TC, BP thích ăn trứng chiên, trứng ốp la còn với trẻ không TC, BP chỉ là 26.83%; có 78.26% trẻ TC, BP thích ăn thịt nạc còn trẻ không TC, BP là 60.98%; Chỉ có 17.39% trẻ

TC, BP thích ăn rau, củ, quả trong khi đó có đến 51.22 trẻ không TC, BP thích ăn rau, củ, quả.

** Thói quen hoạt động vận động*

Vận động thể dục thể thao là một trong những nhu cầu cần có đối với trẻ nhỏ, vận động là biện pháp tốt nhất giúp trẻ cải thiện sức khỏe, hoàn thiện thể chất. Bên cạnh đó, vận động thể chất còn giúp trẻ kiểm soát được cân nặng của cơ thể. Điều tra thói quen vận động của các em học sinh lớp 1 của cả 4 trường chúng tôi thu được kết quả ở bảng 9.

Bảng 9. Thói quen vận động của học sinh lớp 1 trên địa bàn thành phố Đồng Hới, Quảng Bình (cũ)

TT	Thói quen vận động TDTT		TCBP (n = 230)		Không TCBP (n = 410)	
			n	%	n	%
1	Giờ học giáo dục thể chất	Vận động ít	175	76	123	30
		Vận động nhiều	55	24	287	70
2	Giờ giải lao trên lớp	Vận động ít/không vận động	158	69	125	29.7
		Vận động nhiều	72	31	285	70.3
3	Hoạt động ngoại khoá TDTT	Vận động ít/không vận động	190	83	118	29
		Vận động nhiều	40	17	292	71

Phân tích bảng 9 cho thấy: Học sinh TC, BP lười và ít vận động hơn học sinh không TC, BP, cụ thể: đối với trẻ TC, BP trong tổng số 230 em được điều tra thì chỉ có 55 em chiếm tỷ lệ 24% là vận động nhiều trong giờ học giáo dục thể chất, có 72 em chiếm tỷ lệ 31% là vận động nhiều trong giờ giải lao và chỉ có 40 em chiếm tỷ lệ 17% là có tập luyện ngoại khoá TDTT. Trong khi đó tiến hành điều tra 410 em không TC, BP con số này là hoàn toàn khác: có đến 287 em chiếm tỷ lệ 70% tham gia tập luyện tích cực trong giờ học giáo dục thể chất, có 285 em chiếm tỷ lệ 70.3% tham gia vận động nhiều trong giờ

giải lao và có tới 292 em chiếm tỷ lệ 71% tham gia tập luyện ngoại khoá TDTT. Đây cũng được coi là một trong những nguyên nhân dẫn đến tình trạng TC, BP của 230 học sinh nói trên.

**Các yếu tố gia đình*

Các yếu tố gia đình có mối liên quan mật thiết đến tình trạng TC, BP ở trẻ nhỏ, các điều kiện về công việc của bố mẹ, thu nhập của bố mẹ, tình trạng dinh dưỡng của bố mẹ hay cách quản lý việc ăn uống của con cái cũng là một trong những yếu tố có ảnh hưởng rất lớn đến tình trạng TC, BP ở trẻ. Tiến hành điều tra các yếu tố trên chúng tôi thu được kết quả ở bảng 10.

Bảng 10. Kết quả điều tra các yếu tố gia đình có liên quan đến tình trạng TC, BP ở học sinh lớp 1 trên địa bàn thành phố Đồng Hới, tỉnh Quảng Bình (cũ)

TT	Yếu tố gia đình		TC, BP (n = 230)		Không TC, BP (n = 410)	
			n	%	n	%
1	Công việc của bố, mẹ	Ổn định	172	74.78	195	47.56
		Không ổn định, lao động tự do	58	25.22	215	52.44
2	Tổng thu nhập của bố, mẹ	> 15 triệu	155	67.39	190	46.34
		< 15 triệu	75	32.61	220	53.66
3	Gia đình có bố, mẹ TC, BP	Có	175	76.09	65	15.85
		Không	55	23.91	345	84.15
4	Quản lý chế độ ăn của con	Có	20	8.7	245	59.76
		Không	210	91.3	165	40.24

Phân tích bảng 10 cho thấy: các điều kiện về công việc, thu nhập hàng tháng và tình trạng dinh dưỡng hoặc cách quản lý ăn uống của con cái đều có ảnh hưởng ít nhiều đến tình trạng TC, BP của trẻ. Kết quả bảng 9 thể hiện: có 74.78% trẻ TC, BP ở trong gia đình bố mẹ có công việc ổn định; có 67.39% trẻ TC, BP là con của bố mẹ có thu nhập trên 15 triệu/1 tháng; có 76.09% trẻ TC, BP là con có bố hoặc mẹ hoặc cả bố và mẹ cũng bị TC, BP; chỉ có 8.7% trẻ TC, BP được quản lý việc ăn uống, còn lại 91.3% không được quản lý chặt chẽ. Trong khi đó đối với trẻ không TC, BP các yếu tố này mức độ liên quan không thể hiện rõ rệt.

4. KẾT LUẬN

1. Nghiên cứu đã đánh giá và phân loại được thực trạng TC, BP của học sinh lớp 1 ở các trường tiểu học trên địa bàn thành phố Đồng Hới cho thấy, trong số 640 em học được kiểm tra có 230 em TC, BP (trong đó 185 em thừa cân chiếm tỷ lệ 28.91%, 45 em béo phì chiếm tỷ lệ 7.04%).

2. Kết quả đánh giá, xếp loại thể lực theo tiêu chuẩn rèn luyện thể lực do Bộ Giáo dục và Đào tạo ban hành của học sinh TC, BP khối 1 trên địa bàn thành phố Đồng Hới, tỉnh Quảng Bình (cũ) có tỷ lệ ở mức đạt trở lên rất thấp, cụ thể: trong tổng số 230 học sinh được kiểm tra

chỉ có 76 học sinh xếp loại đạt trở lên chiếm tỷ lệ 33.05% (trong đó có 22 học sinh xếp loại tốt chiếm 9.57% và 54 học sinh xếp loại đạt chiếm tỷ lệ 23.48%). Số còn lại 154 học sinh xếp loại chưa đạt chiếm tỷ lệ tới 66.95%.

3. Thông qua phân tích các yếu tố cơ bản

trong cuộc sống hàng ngày có liên quan đến tình trạng TC, BP khẳng định các yếu tố: thói quen ăn uống; sở thích ăn uống; hoạt động vận động và các yếu tố gia đình có liên quan mật thiết đến tình trạng TC, BP ở học sinh lớp 1 trên địa bàn thành phố Đồng Hới, tỉnh Quảng Bình (cũ).

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- [1] <https://www.vinmec.com/vi/tin-tuc/thong-tin-suc-khoe/suc-khoe-tong-quat/thua-can-va-beo-phi-khac-gi-nhau/>
- [2] <https://tytphuongtanssonhi.medinet.gov.vn/c-ham-soc-suc-khoe-tre-em/ty-le-tre-em-viet-nam-thua-can-beo-phi-tang-hon-gap-doi-chi-trong-10-nam-cmobile11059>
- [3] <https://vinmec.com/vi/tin-tuc/thong-tin-suc-khoe/nhi/bang-danh-gia-va-phan-loai-tinh-trang-suy-dinh-duong-o-tre-5-19-tuoi/>
- [4] Hồ sơ y tế học đường các trường năm học 2022 - 2023: Tiểu học Hải Đình, Tiểu học Đồng Phú, Tiểu học Đồng Mỹ, Tiểu học số 3 Nam Lý
- [5] <https://thuvienphapluat.vn/van-ban/Giao-duc/Quy-dinh-53-2008-QD-BGDDT-quy-dinh-danh-gia-xep-loai-the-luc-hoc-sinh-sinh-vien>

Lời cảm ơn:

Nghiên cứu được hỗ trợ bởi đề tài cấp cơ sở của Trường Đại học Quảng Bình, Mã số: CS.01.2023.

Liên hệ:

TS. Cao Phương

Khoa Giáo dục thể chất - Quốc phòng, Trường Đại học Quảng Bình

Địa chỉ: 18 Nguyễn Văn Linh, phường Đồng Thuận, tỉnh Quảng Trị

Email: caophuonggdtc@gmail.com

Ngày nhận bài: 02/10/2023

Ngày gửi phản biện: 02/10/2023

Ngày duyệt đăng: 15/8/2025