

NGHIÊN CỨU THỰC TRẠNG VÀ ĐÁNH GIÁ HIỆU QUẢ MỘT SỐ BIỆN PHÁP CAN THIỆP PHÒNG NGỪA THỪA CÂN, BÉO PHÌ Ở HỌC SINH TIỂU HỌC THÀNH PHỐ VIỆT TRÌ VÀ THỊ XÃ PHÚ THỌ, TỈNH PHÚ THỌ

Ngọc Lan

Thành phố Việt Trì và thị xã Phú Thọ là hai trung tâm đô thị lớn của tỉnh Phú Thọ, có tốc độ phát triển kinh tế nhanh, thu nhập bình quân đầu người cao hơn các vùng khác, các dịch vụ ăn uống phát triển, sự du nhập của lối sống công nghiệp cùng những thay đổi trong cách ăn, uống đã ảnh hưởng không ít đến tình trạng dinh dưỡng, gây nguy cơ thừa cân, béo phì ở trẻ em. Cho đến nay chưa có đề tài nghiên cứu về thừa cân, béo phì ở trẻ em tiểu học. Để xác định tỷ lệ thừa cân, béo phì ở học sinh tiểu học và tìm ra những giải pháp nhằm giảm tỷ lệ bị thừa cân, béo phì, Trường Cao đẳng Y tế Phú Thọ đã thực hiện đề tài: Nghiên cứu thực trạng và đánh giá hiệu quả một số biện pháp can thiệp phòng ngừa thừa cân, béo phì ở học sinh tiểu học thành phố Việt Trì và Thị xã Phú Thọ, tỉnh Phú Thọ.

Đề tài nghiên cứu với mục tiêu là xác định tỷ lệ thừa cân, béo phì ở trẻ em tiểu học từ 7 đến 9 tuổi tại thành phố Việt Trì và thị xã Phú Thọ; Đánh giá hiệu quả can thiệp bằng truyền thông, giáo dục về dinh dưỡng và vận động thể lực có liên quan đến thừa cân, béo phì ở

học sinh tiểu học tại thành phố Việt Trì và thị xã Phú Thọ; Đề xuất một số biện pháp làm giảm tỷ lệ thừa cân béo phì ở học sinh tiểu học tại thành phố Việt Trì và thị xã Phú Thọ.

Dựa trên những nghiên cứu về cơ sở lý luận và cơ sở thực tiễn, đề tài đã đánh giá thực trạng thừa cân, béo phì ở học sinh tiểu học ở thành phố Việt Trì và thị xã Phú Thọ và hiệu quả sau can thiệp bằng truyền thông phòng ngừa thừa cân, béo phì ở học sinh tiểu học. Qua quá trình nghiên cứu trên 2100 học sinh tiểu học từ 7 đến 9 tuổi tại 9 trường tiểu học cho thấy, tỷ lệ thừa cân, béo phì là 13,1%, trong đó tỷ lệ béo phì là 2,3%, tỷ lệ suy dinh dưỡng là 7,8%. Từ kết quả khảo sát có thể thấy, tỷ lệ thừa cân, béo phì đang gia tăng nhanh chóng, trong khi kiến thức, thái độ và thực hành phòng chống thừa cân, béo phì ở các trường học còn nhiều điểm hạn chế, đặc biệt là vấn đề giảm hoạt động thể lực, khẩu phần ăn chưa đáp ứng đúng nhu cầu đúng nhu cầu lứa tuổi. Đây cũng chính là nguyên nhân chủ yếu làm tăng nguy cơ mắc thừa cân, béo phì và cần phải giải quyết khi xây dựng mô hình can thiệp. Việc

xác định đối tượng tham gia vào quá trình can thiệp ở nhà trường là rất quan trọng, chủ yếu dựa vào đội ngũ Ban giám hiệu, giáo viên chủ nhiệm và cán bộ y tế của trường. Cùng với nhà trường là vai trò của phụ huynh học sinh trong việc động viên, nhắc nhở con em mình.

Các hình thức can thiệp được thực hiện như tổ chức thảo luận và cung cấp tài liệu truyền thông hướng dẫn cho phụ huynh, giáo viên chủ nhiệm về dinh dưỡng hợp lý và khuyến khích gia tăng vận động cho trẻ, hướng dẫn phòng chống thừa cân, béo phì cho trẻ. Sau thời gian can thiệp, nhóm nghiên cứu đã tiến hành cân đo lại nhân trắc cho tất cả học sinh trong đối tượng can thiệp. Kết quả cho thấy, 100% trẻ thừa cân, béo phì sau can thiệp tỷ lệ thừa cân, béo phì đã giảm xuống còn 79% (đã giảm tương ứng 21%), tỷ lệ béo phì giảm từ 13,3% trước can thiệp xuống còn 10,5% sau can thiệp.

Để khắc phục tình trạng thừa cân, béo phì ở học sinh tiểu học, đề tài đã đề xuất một số giải pháp phòng ngừa thừa cân, béo phì: Cần có sự phối hợp chặt chẽ giữa ngành y tế và ngành giáo dục. Ngành y tế cần đưa nội dung kiểm soát thừa cân, béo phì thành một phần trong chương trình mục tiêu sức khỏe học đường. Hàng năm các trường tiểu học cần lập kế hoạch và triển khai các hoạt động phòng chống thừa cân béo phì. Các trường tiểu học cần định kỳ truyền thông giáo dục sức khỏe và cung

cấp thông tin cho phụ huynh về tình hình thừa cân, béo phì của trẻ. Thường xuyên truyền thông tăng cường kiến thức dinh dưỡng và phòng chống thừa cân, béo phì cho phụ huynh. Gia đình tích cực khuyến khích trẻ tăng cường vận động, tránh lối sống tĩnh tại ở nhà do thời gian học tập, xem truyền hình, chơi trò chơi vi tính,... Xây dựng khẩu phần dinh dưỡng hợp lý cho trẻ nhằm phòng ngừa và giảm tình trạng thừa cân, béo phì. Ủy ban nhân dân thành phố Việt Trì và Ủy ban nhân dân thị xã Phú Thọ cần tạo nhiều sân chơi đảm bảo an toàn cho trẻ. Tạo lối sống vận động tích cực ngay từ tuổi nhỏ nhằm hình thành thói quen vận động của trẻ.

Kết quả nghiên cứu của đề tài có ý nghĩa thực tiễn và mang lại hiệu quả cao. Mô hình can thiệp bằng truyền thông giáo dục dinh dưỡng phòng chống thừa cân, béo phì thực hiện ở các trường tiểu học thuộc thành phố Việt Trì và thị xã Phú Thọ cần được áp dụng rộng rãi tại các đô thị khác của tỉnh Phú Thọ. Kết quả nghiên cứu đã góp phần nâng cao nhận thức cộng đồng về hậu quả của thừa cân, béo phì ở trẻ em, giảm tỷ lệ bệnh lý do thừa cân béo phì gây nên, từ đó giảm chi phí trong y tế khi phải điều trị các bệnh lý mạn tính không lây do thừa cân, béo phì. Nâng cao chất lượng nguồn nhân lực cho xã hội trong công cuộc xây dựng và phát triển./.

N.L