

CURRENT STATUS OF OVERWEIGHT AND OBESITY AMONG 4th AND 5th GRADE STUDENTS AT DOAN KET PRIMARY SCHOOL, HAI BA TRUNG DISTRICT, HANOI, 2023

Hoang Thi Hau^{1*}, Nguyen Trong Hung², Cao Kieu Linh³, Trieu Tuyet Nhung¹

¹Hanoi Medical University - 1 Ton That Tung, Dong Da district, Hanoi, Vietnam

²National Institute of Nutrition - 48B Tang Bat Ho, Hai Ba Trung district, Hanoi, Vietnam

³Hoa Binh General Hospital - Pham Xuan Huan street, Hai Duong city, Hai Duong province, Vietnam

Received: 07/5/2025

Revised: 11/5/2025; Accepted: 17/5/2025

ABSTRACT

Objective: This study aims to describe the current status of overweight and obesity among 4th and 5th grade students at Doan Ket Primary School, Hai Ba Trung district, Hanoi, in 2023.

Research methods: A cross-sectional descriptive study was conducted on 180 students (91 boys and 89 girls). Nutritional status was assessed based on World Health Organization (2007) standards. Data were collected through anthropometric measurements and structured interviews.

Results: The prevalence of overweight and obesity was 47.8%, with overweight accounting for 27.8% and obesity 20.0%. The prevalence of overweight was 25.3% in boys and 30.3% in girls. The prevalence of obesity was 27.5% in boys and 12.4% in girls. There was no statistically significant difference in overweight prevalence between genders ($p > 0.05$). In contrast, there was a statistically significant difference in obesity rates between the two sexes ($p < 0.05$).

Conclusion: The rate of overweight and obesity among school students at Doan Ket Primary School is alarming. There is a need to implement appropriate nutrition education for parents and students, as well as to promote healthy eating habits and increased physical activity to reduce the risk of overweight and obesity.

Keywords: Nutritional status, primary school students, overweight, obesity.

*Corresponding author

Email: hoanghau271120000@gmail.com Phone: (+84) 337578315 <https://doi.org/10.52163/yhc.v66iCD8.2596>

THỰC TRẠNG THỪA CÂN, BÉO PHÌ CỦA HỌC SINH LỚP 4, LỚP 5 TẠI TRƯỜNG TIỂU HỌC ĐOÀN KẾT, QUẬN HAI BÀ TRUNG, HÀ NỘI, NĂM 2023

Hoàng Thị Hậu^{1*}, Nguyễn Trọng Hưng², Cao Kiều Linh³, Triệu Tuyết Nhung¹

¹Trường Đại học Y Hà Nội - 1 Tôn Thất Tùng, quận Đống Đa, Hà Nội, Việt Nam

²Viện Dinh dưỡng Quốc gia - 48B Tăng Bạt Hổ, quận Hai Bà Trưng, Hà Nội, Việt Nam

³Bệnh viện Đa khoa Hòa Bình - phố Phạm Xuân Huân, Phường Hải Tân, thành phố Hải Dương, tỉnh Hải Dương, Việt Nam

Ngày nhận bài: 07/5/2025

Ngày chỉnh sửa: 11/5/2025; Ngày duyệt đăng: 17/5/2025

TÓM TẮT

Mục tiêu: Nghiên cứu nhằm mô tả thực trạng thừa cân, béo phì của học sinh lớp 4, 5 tại Trường Tiểu học Đoàn Kết, quận Hai Bà Trưng, Hà Nội, năm 2023.

Phương pháp nghiên cứu: Nghiên cứu mô tả cắt ngang được thực hiện trên 180 học sinh (91 nam, 89 nữ). Tình trạng dinh dưỡng được đánh giá theo tiêu chuẩn của Tổ chức Y tế Thế giới (2007). Dữ liệu được thu thập qua phỏng vấn và đo lường nhân trắc.

Kết quả: Tỷ lệ thừa cân và béo phì chiếm 47,8%, trong đó thừa cân là 27,8% và béo phì là 20%. Tỷ lệ thừa cân ở nam là 25,3% và ở nữ là 30,3%. Tỷ lệ béo phì ở nam và nữ lần lượt là 27,5% và 12,4%. Không có sự khác biệt về tỷ lệ thừa cân ở hai giới ($p > 0,05$). Ngược lại, có sự khác biệt về tỷ lệ béo phì ở hai giới có ý nghĩa thống kê ($p < 0,05$).

Kết luận: Tình trạng thừa cân, béo phì ở học sinh tại Trường Tiểu học Đoàn Kết đang ở mức đáng báo động. Cần triển khai các biện pháp giáo dục dinh dưỡng phù hợp cho phụ huynh và học sinh, đồng thời khuyến khích trẻ duy trì chế độ ăn uống lành mạnh và tăng cường vận động để giảm nguy cơ thừa cân, béo phì.

Từ khóa: Tình trạng dinh dưỡng, học sinh tiểu học, thừa cân, béo phì.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Thừa cân, béo phì ở trẻ em đang ngày càng trở thành một vấn đề y tế công cộng nghiêm trọng trên toàn cầu cũng như tại Việt Nam. Đặc biệt, lứa tuổi tiểu học (6-11 tuổi) là giai đoạn có tốc độ tăng trưởng nhanh cả về thể chất và tâm lý, đồng thời là thời kỳ tích lũy nền tảng dinh dưỡng chuẩn bị cho giai đoạn dậy thì. Trong giai đoạn này, mất cân bằng dinh dưỡng, bao gồm cả thiếu hụt và dư thừa năng lượng, đều có thể gây ra hậu quả nghiêm trọng đối với sự phát triển toàn diện của trẻ [1], trong đó tình trạng thừa cân, béo phì ngày càng được quan tâm vì liên quan chặt chẽ đến nguy cơ mắc các bệnh không lây nhiễm như tim mạch, đái tháo đường, rối loạn chuyển hóa và các bệnh lý cơ xương, thậm chí làm tăng nguy cơ tử vong sớm và tàn tật khi trưởng thành [2].

Tại Việt Nam, theo tổng điều tra dinh dưỡng toàn quốc năm 2019-2020, tỷ lệ thừa cân, béo phì ở trẻ em từ 5-19 tuổi đã tăng đáng kể, từ 8,5% năm 2010 lên 19% năm 2020, đặc biệt tại khu vực thành thị lên đến 26,8% [3]. Sự gia tăng này phản ánh xu hướng dịch tễ kép về dinh dưỡng, khi suy dinh dưỡng vẫn tồn tại song song

với sự gia tăng nhanh chóng của thừa cân và béo phì, đặc biệt tại các đô thị lớn.

Quận Hai Bà Trưng là một trong những quận trung tâm của thành phố Hà Nội, có mật độ dân cư cao và hệ thống trường học phát triển với 25 trường tiểu học (21 trường công lập và 4 trường ngoài công lập). Tuy đã có nhiều nghiên cứu về tình trạng dinh dưỡng học đường, nhưng hiện chưa có nghiên cứu nào tập trung khảo sát cụ thể về tình trạng thừa cân, béo phì và các yếu tố liên quan ở học sinh lớp 4 và lớp 5 tại quận Hai Bà Trưng. Do đó, nghiên cứu này được thực hiện nhằm mô tả thực trạng thừa cân, béo phì của học sinh lớp 4, 5 tại Trường Tiểu học Đoàn Kết, quận Hai Bà Trưng, Hà Nội năm 2023, từ đó đưa ra các đề xuất can thiệp phù hợp để kiểm soát tình trạng này.

2. ĐỐI TƯỢNG, PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

2.1. Đối tượng nghiên cứu

Học sinh lớp 4, lớp 5 (tại thời điểm nghiên cứu) của Trường Tiểu học Đoàn Kết, quận Hai Bà Trưng, thành phố Hà Nội.

- Tiêu chuẩn lựa chọn: học sinh lớp 4, lớp 5 học tại

*Tác giả liên hệ

trường và gia đình tự nguyện đồng ý tham gia nghiên cứu.

- Tiêu chuẩn loại trừ: các học sinh có dị tật như gù, cong vẹo cột sống, dị tật bẩm sinh, hiện đang mắc các bệnh cấp tính và nhiễm trùng; gia đình (người chăm sóc, người giám hộ) không tự nguyện, không đồng ý tham gia nghiên cứu; học sinh vắng mặt tại thời điểm nghiên cứu.

2.2. Thiết kế nghiên cứu

Mô tả cắt ngang.

2.3. Cỡ mẫu và chọn mẫu

Chọn mẫu có chủ đích Trường Tiểu học Đoàn Kết, quận Hai Bà Trưng, Hà Nội. Chọn khối lớp 4 và lớp 5, trong đó khối lớp 4 có 2 lớp và khối lớp 5 có 3 lớp. Số lượng học sinh tổng cộng là 182. Chọn toàn bộ học sinh của 2 khối lớp tham gia vào nghiên cứu phòng trường hợp có học sinh nghỉ học, vắng mặt hoặc không tự nguyện tham gia nghiên cứu. Trong 182 học sinh của 2 khối lớp, có 1 học sinh bị khuyết tật và 1 học sinh vắng mặt tại thời điểm nghiên cứu nên cỡ mẫu thực tế là 180 học sinh.

2.4. Phương pháp và công cụ thu thập thông tin

Thông tin được thu thập thông qua đo nhân trắc và phỏng vấn trực tiếp trẻ. Cân nặng được đo bằng cân SECA có độ chính xác 0,1 kg, chiều cao đo bằng thước gỗ 3 mảnh có độ chính xác 0,1 cm, tuân thủ đúng kỹ thuật đo nhân trắc theo hướng dẫn chuẩn. Trẻ được đo trong tư thế đứng, không mang giày dép, mặc áo mỏng và không mang vật dụng cá nhân. Chỉ số khối cơ thể (BMI) được tính theo công thức:

$$\text{BMI} = W/H^2 \text{ (kg/m}^2\text{)}$$

Trong đó: W là khối lượng cơ thể (đơn vị kg), H là chiều cao (đơn vị mét).

Tuổi của trẻ được tính theo phương pháp trừ ngày, tháng, năm sinh từ thời điểm khảo sát, làm tròn theo quy chuẩn của Tổ chức Y tế Thế giới.

Thông tin về gia đình, thói quen ăn uống, thói quen sinh hoạt và một số yếu tố liên quan khác của trẻ được thu thập bằng phương pháp phỏng vấn trực tiếp giữa điều tra viên và trẻ dựa trên bộ câu hỏi có sẵn.

2.5. Xử lý và phân tích số liệu

Số liệu được nhập và xử lý trên phần mềm SPSS. Tình trạng dinh dưỡng tính theo Z-score cân nặng/tuổi, chiều cao/tuổi và BMI/tuổi, được phân tích bằng phần mềm WHO Anthro Plus. Sử dụng các phương pháp thống kê và sử dụng t-test để so sánh và kiểm chứng, giá trị trung bình ($\bar{X}$) và độ lệch chuẩn (SD) của các chỉ số nhân trắc và z-score, sử dụng chi Square test, Fisher's exact test để so sánh và kiểm chứng các tỷ lệ (%) các thể suy dinh dưỡng, thừa cân béo phì... Kết quả được biểu diễn bằng các bảng và biểu đồ.

2.6. Đạo đức nghiên cứu

Nghiên cứu được Hội đồng Thẩm định đề cương, Viện Y học Dự phòng và Y tế Công cộng thông qua, cùng với sự đồng ý của phụ huynh, người giám hộ và Ban Giám hiệu Trường Tiểu học Đoàn Kết.

Người tham gia nghiên cứu tình nguyện tham gia mà không có sự ép buộc hay ràng buộc nào từ người thực hiện nghiên cứu, người tham gia nghiên cứu có quyền rút khỏi nghiên cứu bất cứ lúc nào.

Mọi thông tin về đối tượng nghiên cứu, số liệu của cuộc điều tra sẽ được giữ kín để đảm bảo tính riêng tư của các đối tượng nghiên cứu. Nghiên cứu không ảnh hưởng đến sức khỏe của học sinh (không dùng thuốc điều trị, không lấy máu).

3. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

3.1. Đặc điểm chung của đối tượng nghiên cứu

Bảng 1. Đặc điểm giới, tuổi của đối tượng nghiên cứu (n = 180)

Thông tin		Số lượng	Tỷ lệ (%)
Giới tính	Nam	91	50,6
	Nữ	89	49,4
Tuổi	9 tuổi	61	33,9
	10 tuổi	103	57,2
	11 tuổi	16	8,9

Trong tổng số 180 học sinh tham gia nghiên cứu, tỷ lệ trẻ nam là 50,6%, trẻ nữ là 49,4%. Số lượng học sinh phân bố không đồng đều ở các lứa tuổi. Học sinh 10 tuổi chiếm tỷ lệ cao nhất (57,2%), tiếp đến là học sinh 9 tuổi (33,9%) và chiếm tỷ lệ thấp nhất là học sinh 11 tuổi (8,9%).

Bảng 2. Tình trạng dinh dưỡng chung của trẻ (n = 180)

Tình trạng dinh dưỡng	Số lượng	Tỷ lệ (%)
Suy dinh dưỡng thể nhẹ cân	1	0,6
Suy dinh dưỡng thể thấp còi	5	2,8
Suy dinh dưỡng thể gầy còm	4	2,2
Thừa cân	50	27,8
Béo phì	36	20
Bình thường	84	46,6

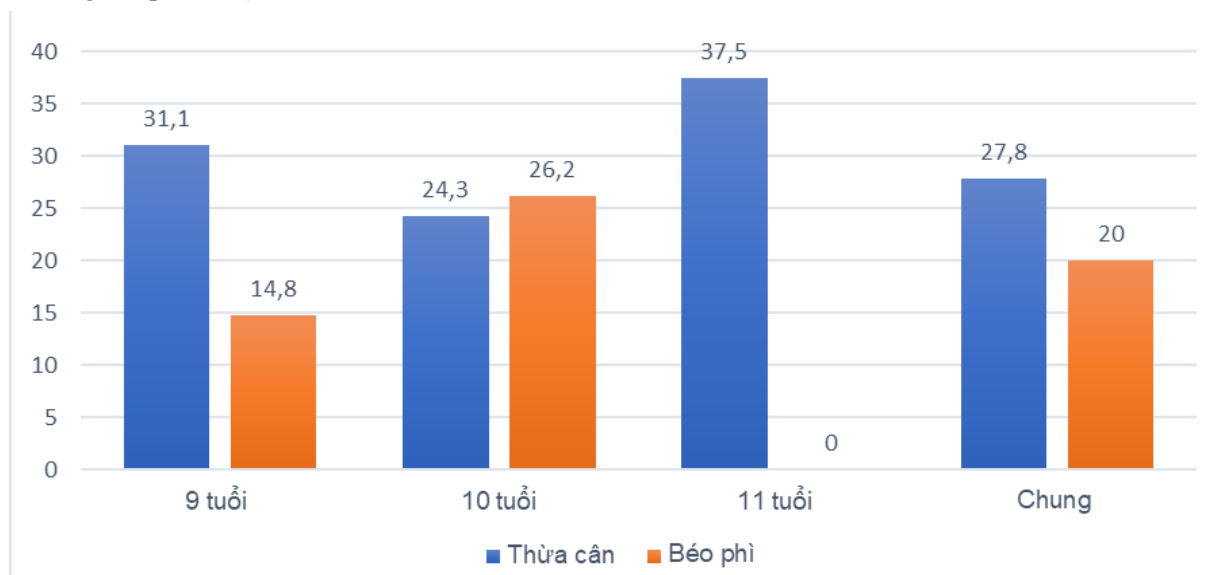
Bảng 2 thể hiện tình trạng dinh dưỡng chung của trẻ trong nghiên cứu, trong đó trẻ suy dinh dưỡng thể nhẹ cân có tỷ lệ thấp nhất là 0,6% tương đương với 1 trẻ. Tỷ lệ suy dinh dưỡng thể thấp còi và gầy còm lần lượt là 2,8% và 2,2%, tương đương với 5 và 4 trẻ. Tỷ lệ trẻ thừa cân là cao nhất (27,8%) tương đương với 50 trẻ. Tỷ lệ trẻ béo phì khá cao (20%) tương đương với 36 trẻ.

3.2. Tình trạng thừa cân, béo phì của trẻ

Bảng 3. Tình trạng thừa cân, béo phì của học sinh theo giới

Tình trạng	Nam (n = 91)		Nữ (n = 89)		Chung (n = 180)		p
	n	%	n	%	n	%	
Thừa cân	23	25,3	27	30,3	50	27,8	0,448
Béo phì	25	27,5	11	12,4	36	20,0	0,011

Xét chung toàn mẫu thì tỷ lệ thừa cân, béo phì là 47,8%, trong đó tỷ lệ thừa cân là 27,8%, tỷ lệ béo phì là 20%. Tỷ lệ thừa cân ở nam là 25,3% và ở nữ là 30,3%. Tỷ lệ béo phì ở nam và nữ lần lượt là 27,5% và 12,4%. Không có sự khác biệt về tỷ lệ thừa cân ở hai giới ($p > 0,05$). Ngược lại, có sự khác biệt về tỷ lệ béo phì ở hai giới có ý nghĩa thống kê ($p < 0,05$).



Biểu đồ 1. Tình trạng thừa cân, béo phì của học sinh theo tuổi

Biểu đồ 1 cho thấy, tỷ lệ thừa cân cao nhất ở nhóm 11 tuổi (37,5%) và thấp nhất ở nhóm 10 tuổi (24,3%). Tỷ lệ béo phì cao nhất ở nhóm 10 tuổi (26,2%), ở nhóm 9 tuổi là 14,8% và không có trẻ nào ở nhóm 11 tuổi bị béo phì. Sự khác biệt về tỷ lệ thừa cân theo nhóm tuổi không có ý nghĩa thống kê ($p > 0,05$). Tuy nhiên, sự khác biệt về tỷ lệ béo phì theo nhóm tuổi là có ý nghĩa thống kê ($p < 0,05$).

4. BÀN LUẬN

Theo kết quả nghiên cứu, tỷ lệ thừa cân, béo phì của học sinh lớp 4, lớp 5 tại Trường Tiểu học Đoàn Kết, quận Hai Bà Trưng, Hà Nội là 47,8%, trong đó tỷ lệ trẻ thừa cân chiếm 27,8% và tỷ lệ trẻ béo phì chiếm 20%. Tỷ lệ này cao hơn so với nghiên cứu tại Hà Nội của Nguyễn Thị Hải Yến và cộng sự năm 2021 trên 2600 học sinh lớp 5, trong đó thừa cân là 23,1% và béo phì là 14,1% [4].

Kết quả nghiên cứu của chúng tôi cũng cao hơn so với các nghiên cứu tại các tỉnh, thành khác như Bắc Ninh, Bắc Giang, Hải Dương, Phú Thọ, Sơn La. Cụ thể, nghiên cứu trên 4968 học sinh tiểu học tại thành phố Bắc Ninh năm 2020 của Ngô Thị Xuân có tỷ lệ thừa cân, béo phì là 27,2%, trong đó tỷ lệ thừa cân chiếm 16,4% và béo phì chiếm 10,8% [5]. Nghiên cứu mô tả cắt ngang được thực hiện trên 400 học sinh lớp 4, lớp 5 tại hai trường tiểu học (Võ Thị Sáu và Ngô Sỹ Liên) tại

thành phố Bắc Giang, năm 2020 của Nguyễn Xuân Phương và cộng sự cho thấy tỷ lệ trẻ thừa cân, béo phì lần lượt là 14,3% và 3,7% [6]. Nghiên cứu tại tỉnh Hải Dương năm 2021 có tỷ lệ thừa cân là 17,2% và tỷ lệ béo phì là 10% [7]. Kết quả nghiên cứu của Lê Thị Thanh Hoa và cộng sự trên học sinh của hai trường tiểu học Ngọc Quan và Bằng Luân tại huyện Đoàn Hùng, tỉnh Phú Thọ năm 2021 cho thấy tỷ lệ trẻ bị thừa cân chiếm 12,4% và trẻ bị béo phì chiếm 3,3% [8]. Tại tỉnh Sơn La năm 2020, kết quả nghiên cứu của Đào Thị Lan Hương và cộng sự cho thấy tỷ lệ trẻ thừa cân, béo phì là 26,8%, trong đó trẻ thừa cân là 16,6%, trẻ béo phì là 10,2% [9].

Lý giải cho sự không tương đồng này có thể do sự khác biệt về tình trạng kinh tế, đời sống xã hội giữa thành phố Hà Nội và các tỉnh khác. Hà Nội là thủ đô, thành phố trực thuộc trung ương và là một trong hai đô thị loại đặc biệt của nước ta, tình hình kinh tế, đời sống văn hóa xã hội phát triển, người dân có nguồn thu nhập trung bình cao hơn so với các tỉnh thành khác. Chính vì vậy, những gia đình ở Hà Nội thường dễ dàng chi tiêu cho ăn uống và có điều kiện thuận lợi để tiếp cận với các thực phẩm giàu chất dinh dưỡng. Bên cạnh đó, Hà Nội là thành phố phát triển các dịch vụ ăn uống, dịch vụ giao đồ ăn tận nơi góp phần làm gia tăng tình trạng thừa cân, béo phì.

5. KẾT LUẬN

Tình trạng trẻ thừa cân, béo phì chiếm tỷ lệ khá cao (47,8%). Cụ thể, tỷ lệ trẻ bị thừa cân là 27,8% và tỷ lệ trẻ bị béo phì là 20%, trong đó tỷ lệ thừa cân ở trẻ nam là 25,3% và trẻ nữ là 30,3%; tỷ lệ béo phì ở trẻ nam là 27,5% và ở trẻ nữ 12,4%. Nhà trường cần tổ chức cho các em học sinh những buổi học ngoại khóa, những cuộc thi tìm hiểu về dinh dưỡng và ăn uống hợp lý trong trường học. Y tế nhà trường cần kiểm tra sức khỏe định kỳ và thông báo cho các em và gia đình biết về tình trạng dinh dưỡng. Cần có chương trình giáo dục cộng đồng giúp cho các bậc phụ huynh và trẻ hiểu được đúng đắn về cách đánh giá tình trạng dinh dưỡng và chế độ ăn của từng lứa tuổi bằng các hình thức tuyên truyền qua báo chí, tivi, loa đài, nói chuyện, tổ chức các cuộc thi tìm hiểu về kiến thức dinh dưỡng. Cần có thêm các nghiên cứu sâu hơn để đánh giá được các ảnh hưởng chi tiết, chính xác hơn nữa về mối liên quan giữa yếu tố hoạt động thể lực, thời gian hoạt động tĩnh tại, thói quen ăn uống của trẻ, yếu tố gia đình... đến tình trạng dinh dưỡng của trẻ.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- [1] Bộ môn Dinh dưỡng & An toàn thực, Trường Đại học Y khoa Phạm Ngọc Thạch. Dinh dưỡng học. Nhà xuất bản Y học, 2020.
- [2] WHO. Obesity and overweight. Published, 2021.
- [3] Bộ Y tế. Kết quả tổng điều tra dinh dưỡng năm 2019-2020. Published, 2021.
- [4] Nguyễn Thị Hải Yến, Trần Quang Trung, Nguyễn Thị Kiều Anh, Đặng Thị Thanh Hà. Thừa cân, béo phì và một số yếu tố liên quan của học sinh lớp 5 tại Hà Nội. Tạp chí Nghiên cứu y học, 2021, 146 (10), tr. 113-121.
- [5] Ngô Thị Xuân. Thực trạng thừa cân, béo phì và hiệu quả của một số giải pháp can thiệp ở học sinh tiểu học tại thành phố Bắc Ninh. Luận văn thạc sĩ y học, Trường Đại học Y Hà Nội, 2021, <http://dulieuso.hmu.edu.vn/handle/hmu/1966>
- [6] Nguyễn Xuân Phương, Trịnh Bảo Ngọc. Thừa cân, béo phì và thói quen ăn uống của học sinh lớp 4, 5 tại hai trường tiểu học, thành phố Bắc Giang năm 2020. Tạp chí Nghiên cứu y học, 2021, 144 (8), tr. 140-147.
- [7] Lê Thị Ngọc Anh, Phạm Huy Tuấn Kiệt. Thực trạng và kiến thức về thừa cân, béo phì của học sinh lớp 5 Trường Tiểu học Thái Học, huyện Bình Giang, tỉnh Hải Dương năm 2021. Tạp chí Y học Việt Nam, 2022, 517 (1), tr. 224-228.
- [8] Lê Thị Thanh Hoa, Trương Thị Thùy Dương, Trần Thị Huyền Trang, Nguyễn Việt Quang. Thực trạng thừa cân, béo phì ở học sinh hai trường tiểu học huyện Đoan Hùng, tỉnh Phú Thọ. Tạp chí Y học Việt Nam, 2022, 515 (1), tr. 331-336.
- [9] Đào Thị Lan Hương, Phan Hướng Dương, Phan Ngọc Quang. Thực trạng thừa cân béo phì ở trẻ 7-11 tuổi tại 2 trường thuộc huyện Thuận Châu và thành phố Sơn La, tỉnh Sơn La, năm 2020. Tạp chí Dinh dưỡng và Thực phẩm, 2021, 17 (5): 1-7.