

KNOWLEDGE AND PRACTICE OF PHYSICAL ACTIVITY AMONG STUDENTS AT VIET NAM COLLEGE OF INDUSTRY AND TRADE, HO CHI MINH CITY IN 2024 AND RELATED FACTORS

Tran Thi Yen¹, Ho Dac Thoan^{2,3}

¹*Viet Nam College of Industry and Trade, Ho Chi Minh City*

²*Institute of Malariology-Parasitology-Entomology Quy Nhon*

³*School of Medicine and Pharmacy, Tra Vinh University.*

Received: 19/08/2025

Revised: 19/09/2025; Accepted: 21/01/2026

ABSTRACT

Background: Up to 81% of adolescents worldwide do not engage in sufficient physical activity. A recent study at Vietnam National University, Ho Chi Minh City (2022-2023) revealed that 68% of students meet the recommended levels of physical activity. These findings also recommend improving daily knowledge and practice of physical activity to enhance health and combat diseases.

Objectives: To describe the status of knowledge and practice regarding physical activity among students at Viet Nam College of Industry and Trade in 2024 and some related factors.

Subjects and Methods: A descriptive cross-sectional study was conducted on 424 students aged 18 and above, studying at Viet Nam College of Industry and Trade, Ho Chi Minh City in 2024. Data were collected through direct interviews using questionnaires and by observing physical activity practice with a monitoring checklist.

Results: The proportion of students with correct knowledge about physical activity was 48.1%, while 70.8% had correct practice of physical activity. Factors related to knowledge of physical activity included sex ($p < 0.001$) and health status ($p < 0.01$). Factors related to adequate physical activity practice were sex and knowledge ($p < 0.001$).

Conclusion: The proportion of students with adequate physical activity practice was relatively high, but their knowledge remained limited. It is necessary to strengthen physical education and invest in the development of sports activities and facilities within the school.

*Corresponding author

Email: hodacthoan@gmail.com **Phone:** (+84) 903 578 264 **https://doi.org/10.52163/yhc.v67iCD1.4290**



Kiến thức, thực hành về hoạt động thể lực của sinh viên Trường Cao đẳng Công thương Việt Nam, Thành phố Hồ Chí Minh năm 2024 và một số yếu tố liên quan

Trần Thị Yến¹, Hồ Đắc Thoàn^{2,3}

¹Trường Cao đẳng Công thương Việt Nam, Thành phố Hồ Chí Minh - số 302 Vườn Lài, phường Tân Phú, thành phố Hồ Chí Minh, Việt Nam

²Viện Sốt rét-KST-CT Quy Nhơn-số 611B Nguyễn Thái Học, phường Quy Nhơn Nam, tỉnh Gia Lai, Việt Nam

³Trường Y Dược- Trường Đại học Trà Vinh-số 126 Nguyễn Thiện Thành, phường Hoà Thuận, tỉnh Vĩnh Long, Việt Nam

Ngày nhận bài: 19/08/2025

Ngày chỉnh sửa: 19/09/2025; Ngày duyệt đăng: 21/01/2026

TÓM TẮT

Đặt vấn đề: Có đến 81% dân số vị thành niên trên thế giới không hoạt động thể lực đầy đủ. Nghiên cứu tại Đại học Quốc Gia thành phố Hồ Chí Minh (2022-2023) cho thấy tỷ lệ sinh viên có hoạt động thể lực đạt mức khuyến nghị là 68%. Kết quả trên cũng kiến nghị cần nâng cao kiến thức và thực hành hoạt động thể lực mỗi ngày nhằm nâng cao sức khỏe và đẩy lùi bệnh tật.

Mục tiêu: Mô tả thực trạng kiến thức, thực hành về hoạt động thể lực của sinh viên Trường Cao đẳng Công thương Việt Nam năm 2024 và một số yếu tố liên quan.

Đối tượng và phương pháp: Nghiên cứu cắt ngang mô tả trên 424 sinh viên đủ 18 tuổi trở lên, đang tham gia học tại trường Cao đẳng Công thương Việt Nam, thành phố Hồ Chí Minh năm 2024. Số liệu được thu thập bằng phỏng vấn trực tiếp thông qua bảng câu hỏi và quan sát quá trình thực hành hoạt động thể lực bằng phiếu giám sát.

Kết quả: Kết quả cho thấy tỷ lệ sinh viên có kiến thức đúng về hoạt động thể lực là 48,1% và thực hành đúng về hoạt động thể lực là 70,8%. Trong đó sinh viên thực hành đạt mức hoạt động thể lực cao 33,8%, trung bình 37% và thấp 29,2%. Một số yếu tố liên quan đến kiến thức hoạt động thể lực là giới tính ($p<0,001$) và sức khỏe ($p<0,01$). Yếu tố liên quan đến tỷ lệ thực hành hoạt động thể lực đầy đủ là giới tính và kiến thức về hoạt động thể lực ($p<0,001$).

Kết luận: Tỷ lệ thực hành hoạt động thể lực của sinh viên ở mức tương đối cao nhưng kiến thức còn hạn chế. Cần tăng cường giáo dục thể chất và đầu tư phát triển phong trào thể thao, cơ sở vật chất trong nhà trường.

Từ khóa: Hoạt động thể lực, kiến thức, thực hành, sinh viên.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Theo Tổ chức Y tế thế giới (WHO) hoạt động thể lực (HĐTL) là bất kỳ chuyển động nào của cơ thể được thực hiện bởi cơ xương, sự chuyển động này đòi hỏi phải tiêu hao năng lượng bao gồm cả những hoạt động được thực hiện trong khi làm việc, các công việc gia đình, vui chơi, đi du lịch và tham gia các mục đích giải trí, thể thao. Nhiều nghiên cứu cho thấy ảnh hưởng của HĐTL lên sự cải thiện hệ thống hô hấp, tim mạch, cơ xương khớp hay các chức năng trao đổi chất của cơ thể[1]. Nếu như ít HĐTL sẽ ảnh hưởng đến sức khỏe, làm tăng nguy cơ mắc bệnh không lây nhiễm như bệnh đường huyết, tim mạch, béo phì,... là nguyên nhân hàng đầu gây tử vong trên toàn cầu và chiếm tới 2/3 tổng gánh nặng bệnh tật và tử vong của nước ta [4].

Theo thống kê có đến 81% dân số vị thành niên trên thế giới không hoạt động thể lực đầy đủ [2]. Nghiên cứu tổng

hợp của Adilson Marques (2020) cho kết quả, tỷ lệ vị trẻ thành niên ở Việt Nam hoạt động thể lực từ 5-6 ngày/tuần chiếm 6,2% và chỉ có 13,1% trẻ vị thành niên hoạt động thể lực hàng ngày [3]. Nghiên cứu của Lê Hồng Hoài Linh cũng kết luận rằng tỷ lệ hoạt động thể lực đủ ở học sinh trung học cơ sở tại Thành phố Hồ Chí Minh năm 2022 là 67.6% [5]. Nghiên cứu gần đây nhất tại Khoa Y – Đại học Quốc Gia Thành phố Hồ Chí Minh năm 2022-2023 cho kết quả tỷ lệ sinh viên có hoạt động thể lực đạt mức khuyến nghị của WHO là 68% [6]. Các nghiên cứu trên đều khuyến nghị cần nâng cao kiến thức và thực hành hoạt động thể lực hàng ngày [2, 3, 6]. Mục đích là để nâng cao sức khỏe, cải thiện thể lực và phòng chống bệnh tật. Trên cơ sở đó chúng tôi thực hiện nghiên cứu này nhằm mô tả thực trạng kiến thức, thực hành về hoạt động thể lực của

*Tác giả liên hệ

Email: hodacthoan@gmail.com Điện thoại: (+84) 903 578 264 <https://doi.org/10.52163/yhc.v67iCD1.4290>

sinh viên Trường Cao đẳng Công thương Việt Nam năm 2024 và một số yếu tố liên quan.

2. PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

2.1. Đối tượng:

Sinh viên đang học tại Trường Cao đẳng Công thương Việt Nam, thành phố Hồ Chí Minh.

2.2. Địa điểm và thời gian:

Trường Cao đẳng Công thương Việt Nam cơ sở Thành phố Hồ Chí Minh trong khoảng thời gian từ tháng 3 năm 2024 đến tháng 1 năm 2025.

2.3. Thiết kế nghiên cứu:

2.4. Cỡ mẫu và chọn mẫu:

- Cỡ mẫu: Áp dụng công thức tính cỡ mẫu để ước lượng cho một tỷ lệ:

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

Trong đó: n là cỡ mẫu nghiên cứu; α là xác suất sai lầm loại 1 ($\alpha = 0,05$); Z là trị số phân phối chuẩn, với độ tin cậy 95% ($Z_{1-\alpha/2} = 1,96$); d: độ chính xác tuyệt đối của p, được xác định là 5% ($d = 0,05$). Thay các giá trị trên vào công thức, ta được $n = 385$ sinh viên. Ước tính 10% sinh viên không tiếp cận được hay phiếu điều tra sai sót, do đó cỡ mẫu tối thiểu là 424 sinh viên, thực tế khảo sát là 424 sinh viên.

- Chọn mẫu: Chọn mẫu nhiều giai đoạn:

+ Giai đoạn 1: Chọn mẫu cụm: toàn bộ sinh viên được chia thành 9 cụm theo 9 khoa. Mỗi Khoa (cụm) lấy 424/9 = 47,1 sinh viên (làm tròn là 47 sinh viên)

+ Giai đoạn 2: Chọn mẫu ngẫu nhiên đơn: trong mỗi Khoa chọn 47 sinh viên được theo phương pháp ngẫu nhiên đơn để chọn mẫu đảm bảo mọi sinh viên đều có cơ hội được lựa chọn như nhau. Lập danh sách tất cả các sinh viên của Khoa đó, đánh số thứ tự từ 1 đến N trên Excel. Sử dụng hàm RAND trong Excel để chọn 47 sinh viên trong mỗi Khoa và chọn thêm 1 sinh viên ở Khoa cuối cùng để đủ 424 sinh viên.

2.5. Bộ công cụ:

Phần 1: Đặc điểm chung của đối tượng nghiên cứu bao gồm: giới tính, tuổi, năm học, khoa học, chỉ số khối cơ thể và sức khỏe.

Phần 2: Kiến thức đúng về HĐTL được đánh giá thông qua bảng câu hỏi gồm 10 câu hỏi.

Phần 3: Thực hành đúng về hoạt động thể lực được đánh giá thông qua bộ câu hỏi hoạt động thể lực toàn cầu (Global Physical Activity Questionnaire - GPAQ) của Tổ chức Y tế Thế giới (WHO) được chuẩn hóa với 16 câu hỏi.

2.6. Biến số:

Biến số đặc điểm của đối tượng nghiên cứu: có 6 biến số; biến số về kiến thức: có 10 biến số; biến số về thực hành: có 16 biến số.

2.7. Phương pháp thu thập thông tin:

Phòng vấn trực tiếp sinh viên thông qua bảng câu hỏi, đánh giá thực hành hoạt động thể lực bằng GPAQ.

2.8. Tiêu chí đánh giá:

Đối tượng được đánh giá có kiến thức đúng về hoạt động thể lực là khi trả lời đúng ít nhất 7 câu (07/10 điểm, chiếm 70%) và kiến thức không đúng là khi đối tượng trả lời đúng < 7/10 câu. Phần thực hành về hoạt động thể lực được quan sát thực hành đạt là trung bình vận động ≥ 600 MET/phút/ tuần và thực hành không đạt là trung bình vận động < 600 MET/ phút/ tuần.

2.9. Xử lý và phân tích số liệu:

Số liệu được nhập bằng Microsoft Excel và phân tích bằng Stata 16.0. Dùng tần số, tỷ lệ để mô tả các biến số định tính và phân tích hồi quy logistic đơn biến đánh giá mối liên quan đơn biến giữa các yếu tố với kiến thức, thực hành bằng chỉ số OR thô với khoảng tin cậy 95% (KTC 95%) ở mức ý nghĩa thống kê $p < 0,05$.

2.10. Đạo đức nghiên cứu:

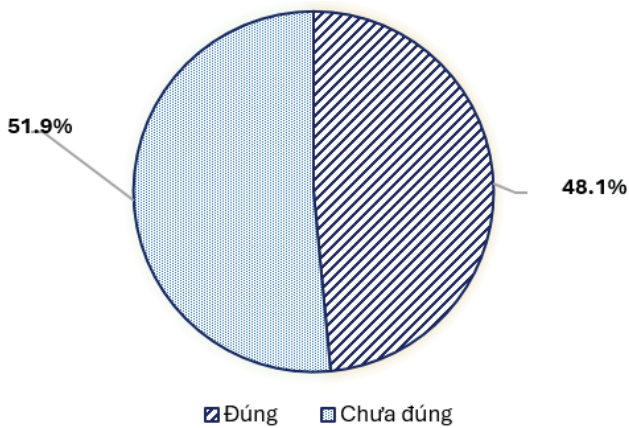
Nghiên cứu đã được thông qua Hội đồng đạo đức trong nghiên cứu y sinh học Trường Đại học Trà Vinh (Giấy chấp thuận số 100/ GCT-HĐĐĐ ngày 23/3/2024). Có sự đồng ý của đối tượng và các thông tin của đối tượng trong quá trình nghiên cứu được bảo mật.

3. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

Bảng 1. Đặc điểm chung của đối tượng nghiên cứu

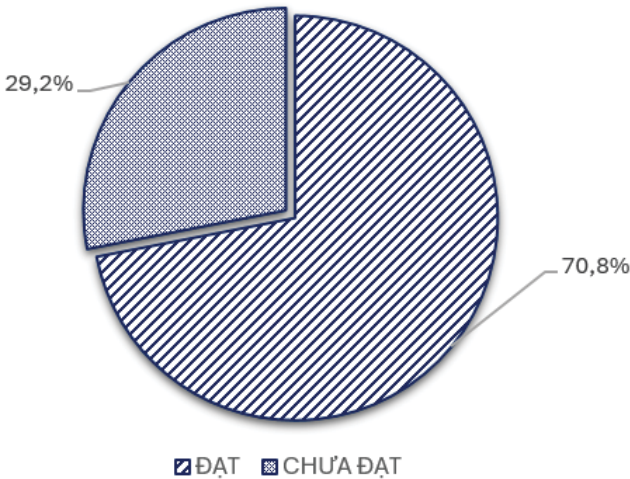
Đặc điểm		Tần số	Tỷ lệ (%)
Giới tính	Nam	209	49.3
	Nữ	215	50.7
Tuổi	18 - 19	91	21.5
	≥ 20	333	78,5
Năm học	Năm 1	95	22,4
	$\geq$ Năm 2	329	77,6
BMI	Gầy (< 18,5)	93	21,9
	Bình thường ($\geq 18,5$ và < 23)	220	51,9
	Thừa cân (≥ 23 và < 25)	62	14,6
	Béo phì (≥ 25)	49	11,6
Sức khỏe	Tốt (không mắc bệnh)	198	46.7
	$\leq$ Trung bình	226	53,3

Về giới tính nam chiếm tỷ lệ là 49,3% và nữ là 50,7%. Đối tượng nghiên cứu có số tuổi cao nhất là 36 tuổi, thấp nhất 18 tuổi. Nhóm tuổi từ 20-24 tuổi chiếm tỷ lệ cao nhất 74,7%, nhóm ≥ 25 tuổi chiếm tỷ lệ thấp nhất là 3,8%. Sinh viên từ năm 2 trở lên chiếm tỷ lệ 77,6% cao hơn so với sinh viên năm 1 chiếm tỷ lệ thấp là 22,4%. Tỷ lệ chỉ số khối cơ thể bình thường của đối tượng nghiên cứu là 51,9% và tỷ lệ chỉ số khối cơ thể không bình thường là 48,1%. Về sức khỏe tốt chiếm 46,7% thấp hơn so với sức khỏe từ trung bình trở xuống là 53,3%.



Hình 1. Tỷ lệ kiến thức đúng về hoạt động thể lực của đối tượng

Tỷ lệ kiến thức đúng và chưa đúng về hoạt động thể lực của đối tượng nghiên cứu có sự chênh lệch không đáng kể. Tỷ lệ sinh viên có kiến thức về hoạt động thể lực đúng chiếm 48,1% so với sinh viên chưa đúng về kiến thức là 51,9%.



Hình 2. Tỷ lệ thực hành hoạt động thể lực theo mức khuyến nghị của WHO (n=424)

Có 70,8% sinh viên đạt thực hành HĐTL theo khuyến nghị của WHO (đạt tối thiểu 600 MET-phút/tuần) và cao gấp khoảng 3 lần so với tỷ lệ không đạt.

Bảng 2. Một số yếu tố liên quan đến kiến thức hoạt động thể lực của sinh viên

Yếu tố liên quan	Kiến thức đúng		Kiến thức không đúng		OR (KTC 95%)	p*
	SL	%	SL	%		
Giới tính						
Nam	133	63,6	76	36,4	3,55 2,40 – 5,25	0,001
Nữ	71	33,0	144	67,0		
Tuổi						
18-19	49	53,8	42	46,2	1,34 0,84 – 2,13	0,23
≥ 20	155	46,5	178	53,5		
Năm học						
Năm 1	49	51,6	46	48,4	1,2 0,76 – 1,88	0,48
≥ năm 2	155	47,1	174	52,9		

Yếu tố liên quan	Kiến thức đúng		Kiến thức không đúng		OR (KTC 95%)	p*
	SL	%	SL	%		
BMI						
Bình thường	102	46,4	118	53,6	0,86 0,59 – 1,26	0,49
Không bình thường	102	50,0	102	50,0		
Sức khỏe						
Tốt	108	54,5	90	45,5	1,63 1,11 – 2,38	0,01
≤Trung bình	96	42,5	130	57,5		

BMI: Body Mass Index-Chỉ số khối cơ thể

Theo kết quả nghiên cứu yếu tố liên quan như giới tính và sức khỏe được ghi nhận có mối liên quan đến kiến thức hoạt động thể lực của sinh viên ($p<0,01$). Tuy nhiên không tìm thấy mối liên quan giữa tuổi, năm học, chỉ số khối cơ thể (BMI) với kiến thức đúng về HĐTL của sinh viên ($p>0,05$).

Bảng 3. Một số yếu tố liên quan đến thực hành hoạt động thể lực của sinh viên

Yếu tố liên quan	HĐTL đủ		HĐTL ít		OR (KTC 95%)	p*
	SL	%	SL	%		
Giới tính						
Nam	164	78,5	45	21,5	2,12 1,38 – 3,25	0,000
Nữ	136	63,3	79	36,7		
Tuổi						
18-19	67	73,6	24	26,4	1,2 0,71 – 2,02	0,51
≥ 20	233	70,0	100	30,0		
Năm học						
Năm 1	71	74,7	24	25,3	1,29 0,77 – 2,17	0,37
≥ năm 2	229	69,6	100	30,4		
BMI						
Bình thường	159	72,3	61	27,7	1,17 0,77 – 1,76	0,52
Thừa cân, béo phì	141	69,1	63	30,9		
Sức khỏe						
Tốt	141	71,2	57	28,8	1,04 0,69 – 1,58	0,91
≤Trung bình	159	70,4	67	29,6		
Kiến thức						
Đúng	175	85,8	29	14,2	4,59 2,87 – 7,34	0,001
Không đúng	125	56,8	95	43,2		

BMI: Body Mass Index-Chỉ số khối cơ thể, HĐTL: hoạt động thể lực

Một số yếu tố như giới tính, kiến thức liên quan khá chặt chẽ đến thực hành HĐTL của đối tượng nghiên cứu ($p<0,001$). Chưa ghi nhận mối liên quan giữa độ tuổi, năm học, chỉ số khối cơ thể (BMI) với hoạt động thể lực sinh viên, $p>0,05$.

4. BÀN LUẬN

4.1 Kiến thức, thực hành hoạt động thể lực của sinh viên Trường Cao đẳng Công thương Việt Nam, Thành phố Hồ Chí Minh năm 2024

Kết quả khảo sát trên 424 sinh viên tại Trường Cao đẳng Công thương Việt Nam cho thấy tỷ lệ sinh viên có kiến thức đúng về hoạt động thể lực là 48,1% và thực hành đúng về hoạt động thể lực đạt mức khuyến nghị của WHO là 70,8%. Trong đó sinh viên thực hành đạt mức hoạt động thể lực cao 33,8%, trung bình 37% và thấp 29,2%.

Tỷ lệ sinh viên có kiến thức đúng về HĐTL khá thấp so với nghiên cứu của tác giả Nguyễn Minh Tuấn về thực trạng và một số ảnh hưởng tới HĐTL ở người bệnh đái tháo đường Type 2 với tỷ lệ 77,2% [7].

Tỷ lệ sinh viên HĐTL đạt mức khuyến nghị gần tương tự với sinh viên Cử nhân dinh dưỡng Đại học Y Hà Nội với 71,9% đạt khuyến nghị hay cao hơn so với nghiên cứu của Phùng Chí Linh với hoạt động thể lực đạt khuyến nghị là 51,8% và nghiên cứu gần đây nhất tại Khoa Y – Đại học Quốc Gia Thành phố Hồ Chí Minh năm 2022-2023 cho kết quả tỷ lệ sinh viên có hoạt động thể lực đạt mức khuyến nghị của WHO là 68% tuy nhiên lại thấp hơn so với sinh viên ở Y khoa Đại học Y Hải Phòng là 88,2% sinh viên đạt khuyến nghị về HĐTL [8,9].

4.2 Một số yếu tố liên quan đến kiến thức, thực hành hoạt động thể lực của sinh viên Trường Cao đẳng Công thương Việt Nam, Thành phố Hồ Chí Minh năm 2024

Một số yếu tố liên quan đến kiến thức hoạt động thể lực của sinh viên bao gồm giới tính, tuổi, năm học, BMI và sức khỏe. Tuy nhiên, trong nghiên cứu này thì chưa có sự ghi nhận để xác định có mối liên quan về kiến thức đúng với HĐTL của sinh viên, $p > 0,05$. Một số yếu tố liên quan đến thực hành hoạt động thể lực của sinh viên trường Cao đẳng Công thương Việt Nam được xác định gồm có: giới tính, BMI, sức khỏe. Kết quả nghiên cứu ghi nhận có mối liên quan giữa giới tính với HĐTL của sinh viên, kết quả ghi nhận tỷ lệ nam có HĐTL đạt 78,5% cao hơn 2,116 lần so với nữ là 63,3% ($p < 0,028$) so với các nghiên cứu trước đây cũng ghi nhận sinh viên nữ ít đạt đúng HĐTL hơn sinh viên nam ($p < 0,05$) [6, 8, 10]. Ngoài ra, nghiên cứu còn ghi nhận có mối liên quan giữa BMI, sức khỏe của sinh viên với HĐTL, cụ thể tỷ lệ sinh viên có BMI bình thường đạt mức HĐTL theo khuyến nghị của WHO là 72,3% cao gấp 1,164 lần so với BMI không bình thường là 69,1%, $p < 0,005$ sự khác biệt này có ý nghĩa thống kê. Kết quả này tương đồng với nghiên cứu trên sinh viên điều dưỡng Đại học Y dược thành phố Hồ Chí Minh, sinh viên y đa khoa Đại học Y dược Hải Phòng và nghiên cứu của Vella tại Úc [10, 11], nhưng so với nghiên cứu của tác giả Nguyễn Thị Tâm kết luận chỉ số BMI của bệnh nhân đái tháo đường với HĐTL, sự khác biệt này không có ý nghĩa thống kê, $p = 0,318$ [12]. Sinh viên tự đánh giá có sức khỏe tốt với mức HĐTL đạt chiếm tỷ lệ là 71,2% cao hơn gấp 1,042 lần so với sinh viên không có sức khỏe tốt là 70,4% so với nghiên cứu trước đây cũng cho kết quả tương tự [13].

Nghiên cứu cho thấy kiến thức của sinh viên về HĐTL là tốt với tỷ lệ sinh viên có kiến thức đúng HĐTL đủ chiếm 85,8% cao gấp 4,586 lần so với sinh viên thiếu kiến thức về HĐTL là 56,8%. Ngoài ra, nghiên cứu chưa có ghi nhận mối liên quan về kiến thức với HĐTL của sinh viên.

5. KẾT LUẬN

Kết quả khảo sát trên 424 sinh viên tại Trường Cao đẳng Công thương Việt Nam cho thấy tỷ lệ sinh viên có kiến thức đúng về hoạt động thể lực là 48,1% và thực hành đúng về hoạt động thể lực là 70,8%. Trong đó sinh viên thực hành đạt mức hoạt động thể lực cao 33,8%, trung bình 37% và thấp 29,2%.

Một số yếu tố liên quan đến thực hành hoạt động thể lực là giới tính và sức khỏe; kiến thức ảnh hưởng đến hoạt động thể lực của đối tượng. Tuy nhiên, trong nghiên cứu này chưa có ghi nhận mối liên quan đến kiến thức hoạt động thể lực của sinh viên.

6. KHUYẾN NGHỊ

Cần tăng cường giáo dục thể chất, triển khai lồng ghép nội dung rèn luyện thể lực vào chương trình đào tạo trong các trường đại học và đầu tư cơ sở vật chất cho hoạt động thể dục, thể thao. Yêu cầu sinh viên chủ động tham gia và lan tỏa tinh thần sống khỏe.

7. TÀI LIỆU THAM KHẢO

- [1] World Health Organization (2020). WHO guidelines on physical activity and sedentary behaviour. Truy cập ngày 4/7/2025 trên <https://www.who.int/publications/i/item/9789240015128>.
- [2] World Health Organization (2021). Physical activity. 2020. In. Truy cập ngày 12/7/2025 trên <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>.
- [3] Adilson Marques, Henriques-Neto Duarte, Peralta Miguel, Martins João, Demetriou Yolanda, Schönbach Dorothea MI (2020). Prevalence of physical activity among adolescents from 105 low, middle, and high-income countries. International journal of environmental research, 17(9), 3145, doi: 10.3390/ijerph17093145.
- [4] Bộ Y tế (2016). Báo cáo chung tổng quan ngành Y tế 2015: Tăng cường y tế cơ sở hướng tới bao phủ chăm sóc sức khỏe toàn dân, Hà Nội
- [5] Nguyễn Ngọc Minh, Tăng Kim Hồng (2022). Vận động thể lực và các yếu tố liên quan ở học sinh trung học cơ sở tại Thành phố Hồ Chí Minh năm 2022. Tạp chí Nghiên cứu Y học, 160 (12V1), 319-327; doi: 10.52852/tcncyh.v160i12V1.1175
- [6] Huỳnh Hồ Phúc Tường, Trần Minh Thư, Phạm Thúy Quỳnh và cộng sự (2024). Thực trạng, yếu tố liên quan và các rào cản trong hoạt động thể lực của sinh viên Khoa y Đại học Quốc gia thành phố Hồ Chí Minh. Tạp chí Khoa học Điều dưỡng, 7(05), 104-114. DOI: 10.54436/jns.2024.05.838
- [7] Lưu Thị Phương Thảo, Nguyễn Thị Đào (2021). Thực trạng hoạt động thể lực và một số yếu tố liên quan đến hoạt động thể lực đủ ở người bệnh đái tháo đường tại Trung tâm y tế huyện Long Hồ, tỉnh Vĩnh Long năm 2021. Tạp chí Y học Cộng đồng, 62 (6/2021). <https://doi.org/10.52163/yhc.v62i6> (2021).181
- [8] Đặng Thị Thu Hằng, Tạ Thị Như Quỳnh, Nguyễn Thị Hải Hà và cộng sự. Hoạt động thể lực của sinh viên hệ cử nhân dinh dưỡng Đại học Y Hà Nội (2018). Tạp chí Y tế Công cộng, số 45 (2018): 24-32. <https://vjol.info.vn/index.php/TTCC/article/view/40218/32298>
- [9] Phùng Chí Ninh, Nguyễn Hồng Uyên, Vũ Xuân Thịnh và cộng sự (2022). Hoạt động thể lực của sinh viên ngành bác sĩ y khoa Trường Đại Học Y Hà Nội. Tạp chí Y học Việt Nam, Tập 521, Số. 1 (2022), 292-297. DOI: <https://doi.org/10.51298/vmj.v521i1.4005>

- 10] Nguyễn Thị Thu Hương, Hồ Mai Hương (2023). Thực trạng hoạt động thể lực của sinh viên bác sỹ đa khoa năm cuối Trường đại học Y Hà Nội và một số yếu tố liên quan. Tạp chí Nghiên cứu Khoa học sức khỏe và Phát triển. Trường Đại học Y tế công cộng. Truy cập ngày 03/8/2025 trên <https://doi.org/10.38148/JHDS.0706SKPT23-082>.
- [11] Vella, Stewart A., Dylan P. Cliff, and Anthony D. Okely. Socio-ecological predictors of participation and dropout in organised sports during childhood. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity* 11, no. 1 (2014): 62. DOI: 10.1186/1479-5868-11-62
- [12] Nguyễn Thị Tâm, Phạm Thắng, and Vũ Thị Thanh Huyền (2022). Hiệu quả hoạt động thể lực trên bệnh nhân đái tháo đường typ 2 điều trị ngoại trú. Tạp chí Nghiên cứu Y học 150, số. 2 (2022): 96-106. DOI: <https://doi.org/10.52852/tcncyh.v150i2.732>
- [13] Hà Võ Vân Anh, Vũ Khắc Minh Đăng và Nguyễn Thị Ngọc Trinh (2025). Thực trạng hoạt động thể lực và một số yếu tố liên quan của sinh viên y năm thứ nhất Trường Đại học Y Phạm Ngọc Thạch. Tạp chí Nghiên cứu Y học; Tập 189, số. 4 (2025): 337-349. DOI: <https://doi.org/10.52852/tcncyh.v189i4.3243>