

THỬ NGHIỆM CẢI THIỆN THỰC HÀNH SỬ DỤNG GẠO TĂNG CƯỜNG SẮT, KẼM CHO BÀ MẸ VÀ TRẺ NHỎ TẠI MỘT XÃ, HUYỆN VŨ THUR, TỈNH THÁI BÌNH NĂM 2016

Huỳnh Nam Phương¹, Ngô Thị Hà Phương², Lê Thị Hương³, Phạm Vân Thúy⁴

Thử nghiệm cải thiện thực hành được thực hiện trên 20 đối tượng bà mẹ có con nhỏ từ 3-5 tuổi tại xã Minh Khai, huyện Vũ Thư, tỉnh Thái Bình nhằm thay đổi thực hành sử dụng gạo tăng cường sắt, kẽm. Sau 2 tuần thử nghiệm thông qua hình thức tư vấn thăm hộ gia đình, áp dụng các bước thay đổi hành vi, kết quả cho thấy: thực hành có mức độ tuân thủ cao với 100% các bà mẹ sử dụng gạo tăng cường sắt, kẽm trong các bữa cơm gia đình. Về khả năng thực thi của thực hành: 100% các bà mẹ thấy gạo tăng cường sắt, kẽm nấu như gạo bình thường. Cảm quan của gạo tăng cường sắt, kẽm được đa phần các bà mẹ chấp nhận với cả 4 thông số: màu sắc mùi, vị, trạng thái. Ưu điểm: hạt gạo màu trắng, đều hạt, sạch, ít hạt vỡ. Nhược điểm: không thơm bằng gạo đang sử dụng, vị cơm nhạt hơn, nấu nhão hơn. Giải pháp được đưa ra là “nấu ít nước hơn” và nấu cách khi ăn 30 phút, trộn premix với nhiều loại gạo khác nhau.

Từ khóa: *Thử nghiệm cải thiện thực hành, gạo tăng cường sắt kẽm, cảm quan, Thái Bình.*

I. ĐẶT VẤN ĐỀ

Trong những thập kỷ gần đây, thiếu vi chất dinh dưỡng (VCDD) như vitamin A, iốt, sắt, kẽm, folate... hay còn gọi là “nạn đói tiềm ẩn” (hidden hunger) vẫn là vấn đề sức khỏe có tính toàn cầu. Xấp xỉ 1/3 trẻ em dưới 5 tuổi bị thiếu vitamin A; thiếu máu thiếu sắt thai kỳ liên quan tới 115.000 ca tử vong mỗi năm, chiếm tới 1/5 ca tử vong mẹ [1], sự thiếu hụt kẽm đã gây ra 400.000 trường hợp tử vong mỗi năm ở trẻ em [2].

Tại Việt Nam, tỷ lệ thiếu máu dinh dưỡng, thiếu kẽm của trẻ em dưới 5 tuổi và phụ nữ lứa tuổi sinh đẻ (PNLTSD) ở mức trung bình và mức nặng về YNSKCĐ [3].

Tăng cường VCDD vào thực phẩm được coi là chiến lược hiệu quả để giải quyết vấn đề thiếu VCDD vẫn còn phổ biến ở các nước Đông Nam Á hiện nay [4]. Tại Việt Nam, bổ sung đa vi chất vào

gạo có tính khả thi và có thể thực hiện được để phòng chống thiếu VCDD [5, 6].

Các can thiệp về nuôi dưỡng trẻ nhỏ cần phải được xây dựng cho phù hợp với hoàn cảnh, cần có đánh giá tỉ mỉ các tập quán nuôi dưỡng và các thực phẩm sẵn có tại địa phương [7]. Trong nhiều trường hợp, thử nghiệm chính là cách tốt nhất để tìm hiểu sự chấp nhận một thực hành hay sản phẩm, giúp ta tiên đoán và tránh được những lỗi khi triển khai chương trình [8]. Thử nghiệm cải thiện thực hành (TIP) là một phương pháp nghiên cứu định tính được xây dựng đầu tiên nhằm tìm hiểu thực hành ăn bổ sung ở trẻ em từ thập kỷ 70-80 [9], [10]. Phương pháp này đã được chứng minh rất hữu ích trong cải thiện thực hành ăn uống nhằm tăng cường hiệu quả hấp thu sắt từ thực phẩm giàu sắt tại Peru [11] và tăng độ tuân thủ uống viên sắt acid folic cho phụ nữ có thai vùng nông thôn Ấn Độ [12].

¹TS. BS. Viện Dinh dưỡng

²Ths. BS. Viện Dinh dưỡng

³GS.TS.BS. Đại học Y Hà Nội

⁴PGS.TS.BS. Bệnh viện Bệnh Nhiệt đới T.U

Ngày nhận bài: 30/3/2018

Ngày phản biện đánh giá: 20/4/2018

Ngày đăng bài: 21/5/2018

Nghiên cứu “Thử nghiệm cải thiện thực hành sử dụng gạo tăng cường sắt, kẽm cho bà mẹ và trẻ nhỏ tại một xã, huyện Vũ Thư, tỉnh Thái Bình năm 2016” được thực hiện với mục tiêu thử nghiệm thay đổi thực hành nhằm đánh giá tính khả thi, yếu tố thuận lợi và cản trở khi sử dụng gạo tăng cường sắt, kẽm.

II. ĐỐI TƯỢNG VÀ PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU:

2.1. Đối tượng, địa điểm

Bà mẹ có con từ 3- 5 tuổi tại trường mẫu giáo bán trú của xã Minh Khai, huyện Vũ Thư, tỉnh Thái Bình.

Thời gian thu thập số liệu: năm 2016.

2.2. Phương pháp nghiên cứu

2.2.1. Thiết kế nghiên cứu

Thử nghiệm cải thiện thực hành (TIP).

2.2.2. Cỡ mẫu – Cách chọn mẫu

Dựa trên hướng dẫn chuẩn của phương pháp TIP. Chọn mẫu có chủ đích, từ danh sách các bà mẹ có con từ 3 - 5 tuổi, trong trường mẫu giáo bán trú, lựa chọn 20 bà mẹ tự nguyện cam kết tham gia thử nghiệm trong 2 tuần liên tục (chia đều cho 2 thôn khác nhau). Chọn cả đối tượng phải mua gạo và không mua gạo.

2.2.3. Công cụ và kỹ thuật thu thập thông tin

Áp dụng bộ công cụ của phương pháp TIP [9], sử dụng các mẫu phỏng vấn lần 1, 2, 3, các lần phỏng vấn cách nhau 1 tuần. Đánh giá khả năng tuân thủ thực hành và tính khả thi của thực hành “Sử dụng gạo tăng cường sắt, kẽm cho bà mẹ và trẻ nhỏ”.

Bằng phương pháp ép đùn, dự án đã sản xuất hạt gạo premix (100 g gạo xay nghiền thành bột trộn đều với 2 mg sắt, 1 mg kẽm và nước, sau đó ép thành hạt gạo và sấy khô).

Sản phẩm gạo dinh dưỡng, tăng cường sắt, kẽm là loại gạo BC được trộn với pre-

mix theo tỷ lệ 1:200. Người lớn ăn trung bình 350g gạo/ngày sẽ đáp ứng 18% nhu cầu khuyến nghị (NCKN) về sắt và 35% về kẽm. Trẻ em ăn trung bình 200g gạo/ngày sẽ đáp ứng 30% NCKN về sắt và 20% về kẽm [13].

Thử nghiệm TIP qua các bước:

Đánh giá ban đầu: Thăm hộ gia đình lần đầu tiên, tiến hành phỏng vấn, quan sát và đánh giá tại những hộ gia đình được chọn, lập lịch đến tư vấn tiếp theo (phỏng vấn, quan sát).

Thương lượng: thăm hộ gia đình 2 lần trong 2 tuần để theo dõi sự thay đổi hành vi (phỏng vấn, quan sát) được cán bộ Viện Dinh dưỡng và cộng tác viên dinh dưỡng của xã thực hiện, lần thứ 2 chỉ đánh giá theo bảng kiểm.

Đánh giá cuối: thăm hộ gia đình lần cuối để đánh giá. Đánh giá khả năng tuân thủ và tính khả thi của thực hành “Sử dụng gạo tăng cường sắt, kẽm cho bà mẹ và trẻ nhỏ” sau hai tuần sử dụng bằng phương pháp phỏng vấn.

III. KẾT QUẢ VÀ BÀN LUẬN

Thử nghiệm cải thiện thực hành “Sử dụng gạo tăng cường sắt, kẽm” được tiến hành trên 20 bà mẹ trong thời gian 2 tuần liên tục, mỗi bà mẹ được cung cấp 15 kg gạo cho 2 tuần sử dụng. Tiến hành phỏng vấn các bà mẹ 3 lần: lần đầu (tư vấn cho bà mẹ về loại gạo, cách sử dụng), thử nghiệm thực hành được đưa ra “Sử dụng gạo tăng cường sắt kẽm cho bà mẹ và trẻ nhỏ”, lần thứ 2: sau 1 tuần sử dụng, lần 3 (lần cuối): 1 tuần sau lần thứ 2 (2 tuần sử dụng gạo). Thăm nhà và tư vấn về sử dụng gạo tăng cường sắt, kẽm giữa các lần phỏng vấn.

Đánh giá ban đầu trước khi thử nghiệm

Ngay trong lần thăm hộ gia đình và phỏng vấn đầu tiên, sau khi trao đổi với

các bà mẹ về giá trị dinh dưỡng của gạo tăng cường sắt, kẽm và cách thức sử dụng, 100% bà mẹ đều ủng hộ tham gia thử nghiệm và cho rằng khuyến nghị sử dụng gạo tăng cường sắt, kẽm chúng tôi đưa ra là có khả năng “làm được”, mang đến lợi ích tốt cho sức khoẻ cả gia đình và cộng đồng. Dự định của các bà mẹ là nấu cho cả gia đình, vào tất cả các bữa ăn. Các bà mẹ còn cho biết thực hành này “không phiền hà” và “cũng không khó khăn gì”, “có thể thực hiện thường xuyên” vì nấu cũng như gạo thường.

Kết quả thử nghiệm sau 1 tuần sử dụng gạo tăng cường sắt, kẽm:

Sau 1 tuần dùng thử gạo tăng cường sắt, kẽm, 100% các bà mẹ đều nhớ thực hành chính cần làm, tuy nhiên, còn chưa nhớ chính xác mà chỉ nhớ một phần thông điệp: có 1/20 trường hợp nhớ đối tượng được ăn gạo là “cho cháu ăn gạo dinh dưỡng”, 1/20 nhớ là “ăn gạo có sắt”. 100% các bà mẹ đều thực hiện thực hành.

Khi nấu cơm bằng gạo này, hầu hết mọi người trong gia đình đều thích vì hạt trắng, đều, ăn thấy ngon nhưng vị cơm hơi nhạt hơn bình thường. Có 2/20 trường hợp các thành viên trong gia đình phát hiện ra hạt gạo khác màu, người mẹ phải dặn người nấu cơm không được bỏ hạt gạo vi chất đi. Có 1 trường hợp người bố

là người nấu cơm, còn chọn các hạt gạo vi chất (hạt khác màu) trong nồi cơm cho vào bát của con.

Điểm tích cực là hầu hết mọi người trong nhà, nhất là chồng ủng hộ vì đã được ăn thử gạo sắt, kẽm trong 1 tuần “họ bán là mua”, “họ đã cho sắt, kẽm vào gạo, mua gạo được cả đôi đường”, ông bà khen ngon, hàng xóm, các chị em cùng làm cũng muốn mua, “cảm thấy ăn được theo thời gian thì các chị em cũng đổi”, “hẹn có thì bán cho cô ấy”.

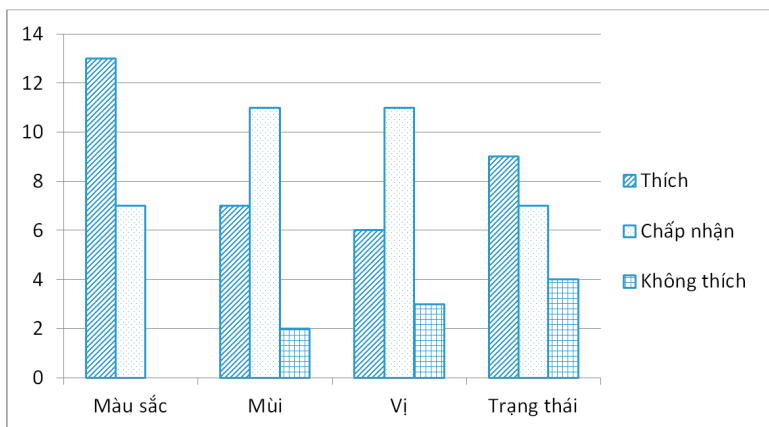
Hầu hết thực hành được các bà mẹ điều chỉnh bằng cách “vo vừa gạo, đổ vừa nước”, ăn khi cơm vừa chín tới, nấu trước khi ăn 30 phút, 1 bà mẹ đã trộn thêm gạo Bắc Thơm để cơm ngon hơn. 100% đối tượng vẫn muốn tiếp tục sử dụng gạo tăng cường sắt, kẽm.

Kết quả thử nghiệm sau 2 tuần sử dụng gạo tăng cường sắt, kẽm:

Mức độ tuân thủ thực hành:

Sau 2 tuần liên tục dùng thử gạo tăng cường sắt kẽm, 100% các bà mẹ sử dụng loại gạo này hàng ngày (mức độ tuân thủ cao), nấu với tất cả các bữa cơm, trong đó 3 người nấu 3 bữa 1 ngày và 17 người nấu 2 bữa 1 ngày (11 người nấu bữa trưa và tối, 6 người nấu bữa sáng và tối – trưa đi làm/đi học vắng không ăn ở nhà).

Đánh giá về cảm quan sản phẩm:



Biểu đồ 1. Đánh giá cảm quan về gạo

Đánh giá theo thang điểm 3 mức độ: thích, chấp nhận, không thích, về 4 tiêu chí: màu sắc, mùi, vị, trạng thái. Về màu sắc: 13/20 bà mẹ và 7/20 bà mẹ tham gia thử nghiệm cải thiện thực hành sử dụng gạo tăng cường sắt/kẽm thích và chấp nhận màu sắc trắng của gạo hơn gạo thông thường. Về mùi cơm sau khi nấu, chỉ có 7/20 bà mẹ thích, có đến 11/20 bà mẹ ở mức chấp nhận và 2 bà mẹ không thích vì cho rằng cơm nấu xong mở vung không thấy thơm như gạo đang sử dụng. Về vị: phần lớn các bà mẹ thích và chấp nhận gạo tăng cường sắt/kẽm (có 6/20 bà mẹ thích, 11/20 bà mẹ ở mức chấp nhận) chỉ có 3/20 bà mẹ không thích vị cơm mới vì cho rằng nó nhạt hơn (không đậm đà bằng gạo cũ), đặc biệt là khi để nguội. Về trạng thái: cũng có 11/20 bà mẹ nhận thấy gạo dinh dưỡng trắng, hạt đều, không bị gãy do quá trình xay xát (xử lý công nghiệp), sạch do ít sạn, thóc.

Tuy nhiên, có đến 13/20 bà mẹ chưa hài lòng về cảm quan chung của sản phẩm, chủ yếu do gạo dinh dưỡng chưa có được vị đậm đà, nấu nhão, chưa dẻo bằng một số loại gạo cũ (do trước đó hầu hết các gia đình ăn loại gạo Bắc hương, không phải gạo BC).

Thay đổi thực hành: Chính các bà mẹ cũng tự đưa ra gợi ý và điều chỉnh là “nấu ít nước hơn” và nấu cách khi ăn 30 phút để tránh tình trạng cơm nấu nhão, vị chưa được đậm đà. Điều này đưa ra gợi ý có thể trộn premix với các loại gạo khác nhau phù hợp với phân tầng thị trường và cung cấp nhiều lựa chọn cho người tiêu dùng.

Lợi ích với sức khỏe: sau 2 tuần sử dụng liên tục, có 9/20 bà mẹ nhận thấy có tác dụng trên bản thân mình (thấy người khỏe hơn, bớt hoa mắt chóng mặt, ngủ tốt hơn, móng tay đỡ xước, có người còn thấy tăng cân), 5/20 người nhận thấy

có tác dụng trên con của mình (trẻ ăn nhiều hơn, 1 người thấy con ít bị nhiễm khuẩn đường hô hấp, 1 người thấy trẻ tăng cân).

Về khả năng thực thi của thực hành này, 100% bà mẹ được thử nghiệm cho rằng điểm thuận lợi là gạo tăng cường vi chất nấu như gạo bình thường, có 9/20 bà mẹ cho rằng cần nấu ít nước hơn vì cơm nhão, 1 bà mẹ cho rằng gạo nở ít nên nếu ăn nhiều phải nấu nhiều gạo hơn, có 2 bà mẹ cho rằng cần nấu gần khi ăn (cách khoảng 30') vì nếu nấu bằng nồi cơm điện để lâu thì “nhã” cơm (tức là cơm bị rời hạt ra khi ăn không ngon).

Với mong muốn tiếp tục sử dụng gạo dinh dưỡng, các bà mẹ bày tỏ muốn gạo vẫn duy trì được chất lượng ít nhất bằng với gạo dùng thử, có 9/20 bà mẹ mong muốn gạo ngon hơn (đậm đà hơn), 10/20 bà mẹ mong muốn gạo tăng cường vi chất đảm bảo được an toàn thực phẩm (không dùng hóa chất) và do đó cần sự cam kết của cơ sở sản xuất gạo và sự bảo chứng của cơ quan chuyên môn (Viện Dinh dưỡng). Về địa điểm, 19/20 đối tượng lựa chọn trạm y tế xã là nơi mua bán trao đổi cho gạo tăng cường sắt kẽm, 3/20 đối tượng cho rằng nếu mang đến tận nhà thì tốt hơn. Thời gian hoạt động có thể chỉ cần vào chủ nhật hàng tuần. Về chính sách hỗ trợ: hầu hết các bà mẹ cho rằng tùy thuộc cơ sở sản xuất, trợ giá được càng nhiều/càng lâu thì càng tốt. 6/20 bà mẹ thấy cần đẩy mạnh việc truyền thông về dinh dưỡng, về gạo, về uy tín của công ty. Về người có thể ảnh hưởng đến quyết định mua/trao đổi gạo dinh dưỡng, có 10/20 bà mẹ cho rằng họ hoàn toàn tự quyết, không ai ảnh hưởng, bên cạnh đó có 10/20 đối tượng được sự ủng hộ của người thân (chủ yếu từ chồng, bố mẹ chồng và các con lớn khác trong gia đình). Về người cản trở thực hành

này, có 17/20 người không bị ai cản trở, có 1 đối tượng bị bố mẹ chồng lúc đầu cản trở với lý do “gia đình trồng được lúa”, gạo bên ngoài có hóa chất có hại đến sức khỏe nhưng đã được cán bộ y tế giải thích nên hiện tại không phản đối nữa, có 1 bà mẹ nói rằng chồng vẫn chưa đồng ý dùng loại gạo mới, 1 gia đình còn ngần ngại vì lo ngại chất lượng gạo, đặc biệt 1/20 bà mẹ nhận thấy rằng việc sử dụng gạo “giảm giá cả so với việc mua thuốc”.

IV. KẾT LUẬN

1. Sử dụng gạo tăng cường sắt, kẽm có mức độ tuân thủ cao, 100% bà mẹ nấu trong bữa ăn hàng ngày. Về khả năng thực thi thực hành: 100% bà mẹ nấu như gạo bình thường.

2. Đánh giá về cảm quan sản phẩm: được đa phần các bà mẹ chấp nhận với cả 4 thông số là màu sắc, mùi, vị, trạng thái. Ưu điểm: hạt gạo màu trắng, đều hạt, sạch, ít hạt vỡ. Nhược điểm: không thơm bằng gạo đang sử dụng, vị com nhạt hơn, nấu nhão hơn.

3. Giải pháp được đưa ra: “nấu ít nước hơn” và nấu cách khi ăn 30 phút, nên trộn premix với không chỉ loại BC mà với nhiều loại gạo khác nhau.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. FFI, GAIN, MI và cộng sự (2009). *Investing in the future. Welcome to a United Call to Action on Vitamin and Mineral Deficiencies*. Global Report 2009.
2. Muthayya S., Rah J.H., Sugimoto J.D., et al. (2013). *The Global Hidden Hunger Indices and Maps: An Advocacy Tool for Action*. PLOS ONE, 8(6), e67860.
3. Trần Khánh Vân (2015). *Hội nghị quốc gia về phòng chống thiếu vi chất dinh dưỡng*. <<http://viendinhduong.vn/news/vi/817/12/hoi-nghi-quoc-gia-ve-phong-chong-thieu-vi-chat-dinh-duong.aspx>>.

4. Gayer J. và Smith G. (2015). *Micronutrient Fortification of Food in Southeast Asia: Recommendations from an Expert Workshop*. *Nutrients*, 7(1), 646–658.
5. Phạm Vân Thuý (2014). *Đánh giá hiệu quả gạo tăng cường sắt lên tình trạng sắt của phụ nữ tuổi sinh đẻ*. *Tạp Chí Học Dự Phòng*, XXIV (2 (151)), 64.
6. Lê Danh Tuyên, Lê Thị Hợp, và Trần Khánh Vân (2012). *Đánh giá khả năng chấp nhận gạo bổ sung đa vi chất của phụ nữ lứa tuổi sinh đẻ và cơ sở xây sát*. *Tạp Chí Dinh Dưỡng Và Thực Phẩm*, 8(2), 9–16.
7. Lê Thị Hợp và Trương Tuyết Mai (2014). *Một vài nét về đề tài cấp nhà nước Nghiên cứu thực trạng và các giải pháp can thiệp giảm tỷ lệ suy dinh dưỡng thể thấp còi ở trẻ em Việt Nam*. *Tạp Chí Dinh Dưỡng Thực Phẩm*, 10(3), 1–3.
8. Kotler P. và Zaltman G. (1971). *Social marketing: an approach to planned social change*. *J Mark*, 35(3), 3–12.
9. Trials of Improved Practices (TIPs) Giving Participants a Voice in Program Design. <<http://www.manoffgroup.com/resources/summarytips.pdf>>.
10. Vulanovic L. (2015). PAHO WHO | ProPAN: *Process for the Promotion of Child Feeding - A tool to improve infant and young child feeding*. Pan American Health Organization / World Health Organization, <http://www.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=5668%3A2011-propan-proceso-propan-proceso-promocion-alimentacion-nino-2013&catid=3719%3Apublications&Itemid=40004&lang=en>, accessed: 08/05/2016.
11. Creed-Kanashiro H (2000). *An intervention to improve dietary iron intake among women and adolescents through community kitchens in Lima, Peru. Reproductive Health Focus: Report on Projects for Reduction of Maternal Anemia 2000*. MotherCareJohn Snow Inc Arlingt VA.
12. Shivalli S., Srivastava R.K., và Singh G.P. (2015). *Trials of Improved Practices*

(TIPs) to Enhance the Dietary and Iron-Folate Intake during Pregnancy- A Quasi Experimental Study among Rural Pregnant Women of Varanasi, India. PLoS ONE, 10(9).

13. Lê Thị Hợp (2012). *Bảng nhu cầu dinh dưỡng khuyến nghị cho người Việt Nam*. Nhà xuất bản Y học, Hà Nội.

Summary

TRIAL OF IMPROVED PRACTICE FOR IRON AND ZINC FORTIFIED RICE AMONG MOTHERS AND SMALL CHILDREN IN MINH KHAI, VU THU, THAI BINH IN 2016

The study was conducted on 20 mothers of children aged 3 to 5 years old in Minh Khai, Vu Thu, Thai Binh, in order to change the practice of using iron and zinc fortified rice (IZnFR) with Trial of Improved Practice (TIP) method. After 2 weeks of the trial, using household visit counseling method, following behavior change stages, the results showed that there was high compliance with 100% of mothers using IznFR in family meals. For the feasibility of the practice, 100% of mothers cooked IZnFR as normal rice. Organoleptic features of rice fortified with iron and zinc are accepted by most mothers with all four parameters as color, smell, taste, and texture. Advantages: decent color, homogeneity, clean and less broken seeds. Disadvantages: less aromatic, less tasty than the normal rice used. The solution is to "add less water" and cook 30 minutes before the meal, mix premix with a different types of rice.

Keywords: *Trial Improved Practice (TIP), rice fortified with iron and zinc, organoleptic, Thai Binh province.*

