

NHỮNG LỜI KHUYÊN DINH DƯỠNG DỰA VÀO THỰC PHẨM CỦA KHU VỰC ĐÔNG NAM Á: PHÂN TÍCH CÁC THÔNG ĐIỆP CHÍNH

*Tee ES¹, Hardinsyah R², Florentino RF³, Ismail MN⁴,
Suthutvoravut U⁵ và Lê Thị Hợp⁶*

Với mục tiêu thúc đẩy sự hợp tác chặt chẽ hơn về dinh dưỡng trong khu vực, các nước trong Mạng lưới Dinh dưỡng Y tế công cộng Đông Nam Á (SEA-PHN) đã tiến hành biên soạn và phân tích các thông điệp chính và cơ sở khoa học của “Những lời khuyên dinh dưỡng dựa vào thực phẩm” của các nước trong khu vực. Hoạt động này nhằm mục đích chia sẻ kinh nghiệm và phương pháp tiếp cận trong việc phát triển các hướng dẫn về y tế, dinh dưỡng công cộng quan trọng đối với các Hội thành viên của mạng lưới.

Bản “Những lời khuyên dinh dưỡng dựa vào thực phẩm” của Indonesia, Malaysia, Philippines, Thái Lan và Việt Nam được cung cấp bởi các hội viên của Mạng lưới SEA-PHN. Chúng tôi cũng đã tiến hành tìm kiếm trên trang web những “Những lời khuyên dinh dưỡng dựa vào thực phẩm” của các nước Đông Nam Á khác, nhưng chỉ tìm thấy bản của Singapore. Thông điệp chính và các thuyết minh liên quan đã được biên tập và phân tích, những thông điệp nội dung tương tự của các nước được nhóm lại với nhau, các nội dung chính của những thông điệp thể hiện được đưa vào bảng cùng với các cơ sở khoa học. Ngoài ra chúng tôi còn phân tích các hướng dẫn qua hình ảnh sử dụng

bởi các quốc gia này.

Có tổng cộng 17 chủ đề, với các chủ đề khác nhau: như ăn đa dạng nhiều loại thực phẩm, các nhóm thực phẩm cụ thể, cân nặng nên có, hoạt động thể lực, cho con bú sữa mẹ, nhãn thực phẩm và an toàn thực phẩm. Một số chủ đề rất phổ biến ở các nước nghiên cứu, đặc trưng trong ít nhất 5 trong 6 nội dung của “Những lời khuyên dinh dưỡng dựa vào thực phẩm”, ví dụ như ăn đa dạng loại thực phẩm; tiêu thụ nhiều trái cây và rau quả; tiêu thụ đủ lượng sữa và chế phẩm sữa; giảm tiêu thụ các loại thực phẩm có nhiều đường, chất béo và muối; và duy trì cân nặng cơ thể khỏe mạnh. Một số chuyên đề đặc trưng cũng được thông qua bởi một hoặc hai nước vì lý do cụ thể, ví dụ như sử dụng muối i-ốt, bữa sáng hàng ngày, uống rượu, dán nhãn dinh dưỡng và vệ sinh thực phẩm...

Tất cả sáu nước đã thông qua một hướng dẫn trực quan để hỗ trợ cho việc truyền đạt thông điệp đến các nhóm thực phẩm khác nhau và lượng tiêu thụ tương đối của các nhóm. Kim tự tháp là hướng dẫn bằng hình ảnh phổ biến nhất, được 4 quốc gia sử dụng, cụ thể là Malaysia, Philippines, Singapore và Việt Nam. Thái

¹Hội Dinh dưỡng Malaysia

²Hội Dinh dưỡng Indonexia

³Hội Dinh dưỡng Philippine

⁴Trường ĐH Taylor - Malaysia

⁵Hội Dinh dưỡng Thái Lan

⁶Hội Dinh dưỡng Việt Nam

Ngày nhận bài: 1/8/2016

Ngày phản biện đánh giá: 1/9/2016

Ngày đăng bài: 30/9/2016

Lan đã sử dụng hình ảnh một lá cờ, miêu tả một kim tự tháp ngược, trong khi Indonesia sử dụng một biểu tượng ẩm thực, một tumpeng hình nón. Indonesia, Philippines và Singapore cũng đã sử dụng hình ảnh đĩa thực phẩm làm hướng dẫn bổ sung cho người tiêu dùng.

Thông điệp chính của bản “Những lời khuyên dinh dưỡng dựa vào thực phẩm” là các vấn đề dinh dưỡng phổ biến của các nước. Một số thông điệp chính được phổ biến ở hầu hết các nước cho thấy có những điểm tương đồng nói chung trong các vấn đề dinh dưỡng cộng đồng trong khu vực. Điều này cũng cho thấy tiềm năng của sự hợp tác trong việc thực hiện các chương trình can thiệp. Mặc dù cơ sở khoa học của tài liệu sử dụng để xây dựng những lời khuyên dinh dưỡng dựa vào thực phẩm của mỗi nước có thể khác

nhau, nhưng chúng tôi đã rất nỗ lực xây dựng hướng dẫn/lời khuyên này dựa trên các bằng chứng khoa học. Nội dung của những lời khuyên và phân tích này có thể là một tài liệu tham khảo hữu ích cho các quốc gia khác trong khu vực mà chưa có “Những lời khuyên dinh dưỡng dựa vào thực phẩm” của riêng mình, cũng như cho phép các nước xem xét và cập nhật các hướng dẫn/lời khuyên hiện tại của mình. Ngoài ra các nước có thể chia sẻ các giải pháp và cơ sở khoa học trong việc xây dựng những lời khuyên này. Mạng lưới SEA-PHN sẽ tiếp tục cung cấp một nền tảng cho tất cả các bên liên quan, từ khu vực nhà nước và tư nhân, để thảo luận và chia sẻ kinh nghiệm “Những lời khuyên dinh dưỡng dựa vào thực phẩm”, ví dụ trong việc phổ biến và phát huy hiệu quả của những lời khuyên này.

Summary

FOOD-BASED DIETARY GUIDELINES OF SOUTHEAST ASIA: AN ANALYSIS OF KEY MESSAGES

Tee ES¹, Hardinsyah R², Florentino RF³, Ismail MN⁴, Suthutvoravut U⁵ & Hop LT⁶

¹Nutrition Society of Malaysia; ²Food and Nutrition Society of Indonesia; ³Nutrition Foundation of the Philippines, Inc.; ⁴Taylor’s University Malaysia; ⁵Nutrition Association of Thailand under the Patronage of HRH Princess Maha Chakri Sirindhorn; ⁶Vietnam Nutrition Association

(Co-authors are Council Members of the Southeast Asia Public Health Nutrition Network)

In accordance with its objective of promoting closer collaboration among countries in the region, the Southeast Asia Public Health Nutrition (SEA-PHN) Network carried out a compilation and analysis of the key messages and scientific rationale of the FBDGs of the region. The project aims to share experiences and approaches in the development of these key public health guidelines among members of the Network.

FBDGs of Indonesia, Malaysia, Philippines, Thailand and Vietnam were provided by the member Nutrition Societies of the SEA-PHN Network. A search of the website was also carried out for FBDG of other SEA countries, but only found FBDG from Singapore was available. Key messages and the associated explanatory notes were compiled and analysed, with messages of similar content grouped together. Exact wordings of expressing these messages were tabulated together with the scientific rationale provided. The pictorial guides utilized by the countries were also analysed.

A total of 17 topics were identified, covering topics ranging from eating a variety of foods, specific food groups, healthy body weight, physical activity, breastfeeding to reading food labels and food safety. Several topics were common in the countries studied, featured in at least 5 of the 6 of the FBDGs, eg eat/enjoy a variety of foods; consume more fruits and vegetables; consume adequate amounts of milk and milk products; reduce intake of foods high in sugar, fat and salt; and maintain healthy body weight. A few specialised topics were also featured, adopted by one or two countries for specific reasons, e.g. use iodised salt, daily consumption of breakfast, alcohol consumption, read nutrition labels and hygiene.

All the six countries had adopted a visual guide to assist in conveying messages regarding different food groups and the consumption of relative amounts of the different groups. Pyramid was the most common pictorial guide, adopted by 4 countries, namely Malaysia, Philippines, Singapore and Vietnam. Thailand adopted a flag, depicting an inverted pyramid whereas Indonesia utilised a culinary icon, a cone-shaped tumpeng. Indonesia, Philippines and Singapore also utilised a plate as an additional guide to consumers.

The key messages for the FBDGs reviewed are pertinent to the prevailing nutrition issues in the countries. The finding that there are several key messages that are common in most of the countries indicate that there are general similarities in the nutrition problems facing communities in the region. This also suggests potential for collaboration in implementing intervention programmes. Although the extent of documentation of scientific rationale vary considerably, it can be noted that attempts have been made to establish these based on scientific evidence. This compilation and analysis can be a useful reference for other countries in the region that have yet to develop their own FBDGs as well as for those which are reviewing and updating their current guidelines. There could be sharing of approaches and scientific rationale in developing these guidelines. The SEA-PHN Network will continue to provide a platform for all stakeholders, from public and private sectors, to deliberate and share experiences in FBDG, e.g. in the dissemination and promotion of these guidelines

