

Nghiên cứu gốc

ĐÁNH GIÁ KHẨU PHẦN VÀ TẦN SUẤT SỬ DỤNG THỰC PHẨM CỦA TRẺ DƯỚI 5 TUỔI TẠI HUYỆN SÌN HỒ, TỈNH LAI CHÂU NĂM 2023

Nguyễn Minh Anh[✉], Vương Thị Hồ Ngọc, Trần Thị Thu Trang, Vũ Đức Hưng, Đặng Trường Duy, Ngô Thị Hà Phương, Trần Phương Loan, Hoàng Thị Hằng, Trần Thanh Dương, Trương Tuyết Mai

Viện Dinh Dưỡng, Hà Nội

TÓM TẮT

Mục tiêu: Đánh giá khẩu phần và tần suất sử dụng thực phẩm của trẻ dưới 5 tuổi tại 2 xã Sà Dề Phìn và Tả Ngáo, huyện Sìn Hồ, tỉnh Lai Châu năm 2023.

Phương pháp: Nghiên cứu cắt ngang mô tả thực hiện trên 793 trẻ dưới 5 tuổi và người chăm sóc trẻ. Hồi ghi khẩu phần 24h và tần suất sử dụng thực phẩm được sử dụng.

Kết quả: Khẩu phần ăn của trẻ chưa đảm bảo: Chỉ 60,2% trẻ có bữa ăn đủ năng lượng. Nhóm 0-5 tháng tuổi chỉ đáp ứng được 87,6% nhu cầu, nhóm 6-23 tháng tuổi và 24-59 tháng tuổi có khẩu phần ăn trung bình cao hơn so với nhu cầu khuyến nghị (105,9% và 120,1%). Tỷ lệ L:P:G trong khẩu phần chưa cân đối, đạt 13,0:15,3:71,6. Hầu hết trẻ được ăn ngũ cốc, rau củ quả và dầu mỡ hàng ngày, các nhóm thịt, cá, hải sản, trứng và sữa sử dụng ít hơn với tần suất hàng tháng.

Kết luận: Khẩu phần ăn và tần suất sử dụng thực phẩm của trẻ dưới 5 tuổi tại huyện Sìn Hồ, tỉnh Lai Châu chưa đạt so với nhu cầu khuyến nghị. Cần có thêm mô hình cải thiện dinh dưỡng trẻ em, đảm bảo cung cấp đúng, đủ nhu cầu dinh dưỡng cho trẻ thông qua các hoạt động an ninh dinh dưỡng và truyền thông, tư vấn dinh dưỡng cho người chăm sóc trẻ.

Từ khóa: Trẻ dưới 5 tuổi, khẩu phần ăn, sử dụng thực phẩm, Sìn Hồ, Lai Châu

ASSESSMENT OF DIETARY INTAKE AND FOOD FREQUENCY OF CHILDREN UNDER 5 YEARS OLD IN SIN HO DISTRICT, LAI CHAU PROVINCE IN 2023

ABSTRACT

Aims: To assess the dietary intake and food frequency of children under 5 years old in the two communes in Sin Ho district, Lai Chau province in 2023.

Methods: A cross-sectional study was conducted on 793 children under 5 years old and their caregivers. A 24-hour dietary recall and food frequency questionnaire were used.

Results: The daily dietary intake of children was inadequate, with only 60.2% having meals that provided sufficient energy. Group aged 0-5 months met only 87.6% of their energy needs, while groups aged 6-23 months and 24-59 months had average dietary intakes exceeding recommended requirements (105.9% and 120.1%). The ratio of legumes, protein, and grains in the diet was imbalanced, at 13.0:15.3:71.6. Most children consumed cereals, vegetables, and oils daily, while meat, fish, seafood, eggs, and dairy were consumed less frequently, typically on a monthly basis.

✉ Tác giả liên hệ: Nguyễn Minh Anh
Email: minhhanh.medical97@gmail.com
Doi: 10.56283/1859-0381/820.

Nhận bài: 7/10/2024 Chính sửa: 29/10/2024
Chấp nhận đăng: 3/11/2024
Công bố online: 6/11/2024

Conclusion: The dietary intake and food frequency of children under 5 years old in Sin Ho district, Lai Chau province, do not meet recommended needs. Additional models are necessary to improve child nutrition and ensure adequate and proper nutritional requirements through food security activities and nutritional education and counseling for caregivers.

Keywords: Children under 5 years old, dietary intake, food frequency, Sin Ho, Lai Chau

I. ĐẶT VẤN ĐỀ

Kết quả Tổng điều tra Dinh dưỡng toàn quốc năm 2020 cho thấy, tỷ lệ suy dinh dưỡng (SDD) trẻ em dưới 5 tuổi tại Việt Nam vẫn ở ngưỡng cao, toàn quốc có 19,6% trẻ SDD thấp còi, 11,5% trẻ SDD nhẹ cân và 4,2% trẻ SDD gầy còm, đặc biệt là các tỉnh miền Núi phía Bắc, Tây Nguyên và các vùng nghèo, khó khăn. Tỷ lệ SDD trẻ dưới 5 tuổi ở khu vực miền núi phía Bắc giảm không đáng kể so với nghiên cứu tổng điều tra từ 10 năm trước [1]. Có nhiều nguyên nhân khác nhau dẫn đến tình trạng SDD ở trẻ nhỏ, trong đó do bữa ăn nghèo nàn về số lượng, chất lượng và cũng như thói quen chăm sóc trẻ chưa phù hợp, cho trẻ ăn chưa đảm bảo đầy đủ dinh dưỡng hoặc khẩu phần không cân đối là yếu tố chính [2]. Ở một số nơi, mức năng lượng chưa đạt so với nhu cầu khuyến nghị, năng lượng khẩu phần của các đối tượng ở nông thôn, miền núi luôn thấp hơn rõ rệt so với khu vực thành thị [3, 4].

Quyết định số 90/QĐ-TTg phê duyệt Chương trình mục tiêu quốc gia giảm nghèo bền vững giai đoạn 2021 – 2025

của Thủ tướng Chính phủ nhằm giảm tỷ lệ hộ nghèo đa chiều. Một trong những tiêu chí của giảm hộ nghèo đa chiều là giảm tỷ lệ SDD của trẻ em ở các hộ nghèo, cận nghèo, mới thoát nghèo, vùng nghèo và vùng khó khăn, hải đảo. Tìm hiểu khẩu phần và tần suất sử dụng thực phẩm của trẻ dưới 5 tuổi giúp đánh giá bữa ăn của trẻ về cả chất lượng và số lượng, từ đó xây dựng các mô hình dinh dưỡng, đưa ra định hướng, giải pháp cải thiện dinh dưỡng, khắc phục tình trạng SDD và bệnh tật ở các vùng nghèo, khó khăn [5].

Lai Châu là tỉnh có tỷ lệ SDD thể thấp còi cao (28,8%) [6]. Huyện Sìn Hồ là một trong 4 huyện nghèo còn lại của tỉnh Lai Châu trong giai đoạn 2021 – 2025 [7]. Nghiên cứu được thực hiện nhằm mục tiêu đánh giá tình trạng khẩu phần và tần suất sử dụng thực phẩm của trẻ dưới 5 tuổi tại 2 xã Sà Dề Phìn và Tả Ngáo, huyện Sìn Hồ, tỉnh Lai Châu năm 2023 thông qua phương pháp hỏi ghi khẩu phần 24h và điều tra tần suất sử dụng thực phẩm.

II. PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

2.1. Thiết kế nghiên cứu

Nghiên cứu cắt ngang trên trẻ em dưới 5 tuổi và người chăm sóc trẻ từ tháng 10 đến tháng 12 năm 2023 tại 2 xã Sà Dề Phìn và Tả Ngáo thuộc huyện Sìn Hồ, tỉnh Lai Châu. Nghiên cứu tuân thủ đúng các quy định về mặt y đức theo Quyết định số

670/QĐ-VDD ngày 6/7/2023, chấp thuận số 651/QLKH-VDD ngày 5/7/2023 của Viện Dinh dưỡng và đã được sự nhất trí của chính quyền địa phương trước khi triển khai. Đại diện pháp lý của trẻ ký bản đồng ý tham gia nghiên cứu.

2.2. Đối tượng nghiên cứu

Trẻ em dưới 5 tuổi và người chăm sóc trẻ. *Tiêu chuẩn chọn*: Trẻ dưới 5 tuổi, sinh sống tại 2 xã Xã Sà Dề Phìn, Xã Tả Ngáo thuộc huyện Sìn Hồ, tỉnh Lai Châu cùng bà mẹ/người chăm sóc và đồng ý tham gia

2.3. Cơ mẫu và chọn mẫu

Nghiên cứu thực hiện trên toàn bộ trẻ dưới 5 tuổi tại địa bàn nghiên cứu.

Chọn mẫu: Chọn đích danh 2 xã Sà Dề Phìn và Tả Ngáo thuộc huyện Sìn Hồ, tỉnh Lai Châu, là 2 xã nghèo theo Quyết định số 353/QĐ-TTg của Thủ tướng Chính phủ, chính quyền địa phương đồng

2.3. Phương pháp thu thập số liệu

Phỏng vấn trực tiếp các bà mẹ/ người chăm sóc trẻ dưới 5 tuổi về khẩu phần ăn của trẻ bằng phương pháp hỏi ghi khẩu phần 24h và phương pháp điều tra tần suất tiêu thụ thực phẩm [8].

Khẩu phần ăn của trẻ được phân tích theo năng lượng (kcal), thành phần 3 nhóm chất sinh năng lượng (protein, lipid,

2.4. Phân tích thống kê

Tất cả số liệu điều tra được làm sạch trước khi nhập số liệu. Việc xử lý và quy đổi số liệu khẩu phần được thực hiện theo Quy trình kỹ thuật xử lý số liệu điều tra khẩu phần cá thể 24 giờ qua, mã số NIN.G.10.11, được ban hành theo Quyết định số 409/QĐ-VDD ngày 19/3/2024 của Viện Dinh dưỡng. Số liệu được nhập bằng phần mềm Epidata 3.1 và phân tích bằng phần mềm STATA 17.0. Số liệu

được trình bày dưới dạng tần số và tỷ lệ với biến định tính; trung bình và độ lệch chuẩn với biến định lượng phân phối chuẩn; trung vị và tứ phân vị với biến định lượng phân phối không chuẩn. Các kiểm định thống kê được lựa chọn phù hợp theo từng loại biến, số lượng mẫu để đảm bảo độ chính xác. Giá trị $p < 0,05$ được xem là có ý nghĩa thống kê.

ý phối hợp tham gia nghiên cứu. Lập danh sách trẻ dưới 5 tuổi đang sinh sống tại 2 xã Sà Dề Phìn và Tả Ngáo thuộc huyện Sìn Hồ, tỉnh Lai Châu, tổng cộng có 823 trẻ, loại trừ các đối tượng không phù hợp, nghiên cứu được thực hiện trên toàn bộ 793 trẻ dưới 5 tuổi tại 2 xã.

gluid), và thành phần các vi chất dinh dưỡng. Khẩu phần được đánh giá tỷ lệ cân đối P:L:G, tỷ lệ trẻ được ăn đủ mức năng lượng khuyến nghị, tỷ lệ đáp ứng nhu cầu khuyến nghị các nhóm chất theo các nhóm tuổi và giới tính [9]. Khẩu phần sắt và kẽm được so sánh với khuyến nghị cho loại khẩu phần có giá trị sinh học sắt và kẽm trung bình.

được trình bày dưới dạng tần số và tỷ lệ với biến định tính; trung bình và độ lệch chuẩn với biến định lượng phân phối chuẩn; trung vị và tứ phân vị với biến định lượng phân phối không chuẩn. Các kiểm định thống kê được lựa chọn phù hợp theo từng loại biến, số lượng mẫu để đảm bảo độ chính xác. Giá trị $p < 0,05$ được xem là có ý nghĩa thống kê.

III. KẾT QUẢ

3.1. Thông tin của trẻ dưới 5 tuổi tại địa bàn nghiên cứu

Bảng 1 mô tả thông tin về nhóm tuổi và nơi ở của đối tượng nghiên cứu, Nhóm tuổi 24-59 tháng tuổi chiếm tỷ lệ cao nhất ở cả 2 giới (52,0% ở nam, 49,2% ở nữ) và thấp nhất ở nhóm 0-5 tháng tuổi (nam: 3,9%, nữ: 7,0%). Sự khác biệt về nhóm

tuổi giữa hai xã ($p < 0,05$). Tổng số trẻ nam nhiều hơn nữ, tuy nhiên phân bố giới tính của trẻ tại hai xã không giống nhau. Tỷ lệ trẻ nữ tại xã Sà Dề Phìn cao hơn trẻ nam, ngược lại, tỷ lệ trẻ nam tại xã Tả Ngáo cao hơn trẻ nữ.

Bảng 1. Thông tin nhóm tuổi và nơi ở của trẻ

Nội dung		Nam (n=409)	Nữ (n=384)	Chung (n=793)	<i>p</i>
Nhóm tuổi	0-5 tháng	16 (3,9%)	27 (7,0%)	43 (5,4%)	0,012
	6-23 tháng	180 (44,1%)	168 (43,8%)	348 (43,9%)	
	24-59 tháng	213 (52,0%)	189 (49,2%)	402 (50,7%)	
Xã	Sà Dề Phìn	143 (34,9%)	154 (40,1%)	297 (37,5%)	0,135
	Tả Ngảo	266 (65,0%)	230 (59,9%)	496 (62,5%)	

3.2. Đánh giá khẩu phần ăn của trẻ dưới 5 tuổi tại địa bàn nghiên cứu**Bảng 2.** Giá trị dinh dưỡng và mức đáp ứng nhu cầu khuyến nghị trong khẩu phần ăn 24h của trẻ từ 0-5 tháng tuổi

Giá trị dinh dưỡng	Nam (n=16)	Nữ (n=27)	Chung (n=43)	Trung bình mức đáp ứng NCKN (%)
Năng lượng (Kcal)	449,9 (430,1 - 453,2)	448,4 (430,1-453,2)	448,3 (430,0 – 453,2)	87,6 ± 18,1
Protein (g)	11,1 (10,6 - 11,1)	11,0 (10,6 - 11,1)	11,0 (10,5 – 11,1)	108,0 ± 42,3
Lipid (g)	22,1 (21,2 - 22,3)	22,1 (21,2 - 22,3)	22,1 (21,1 – 22,3)	78,3 ± 17,1
Glucid (g)	51,6 (49,4 - 52,0)	51,5 (49,4 - 52,0)	51,5 (49,3 – 52,0)	63,9 ± 10,6
Canxi (mg)	250,8 (239,7 - 252,6)	249,9 (239,7 - 252,6)	249,9 (239,7 - 252,6)	94,8 ± 55,6
Kẽm (mg)	3,0 (2,8 - 3,0)	2,9 (2,8 - 3,0)	2,94 (2,82 - 2,97)	105,8 ± 19,8
Sắt (mg)	0,7 (0,7 - 0,7)	0,7 (0,7 - 0,7)	0,7 (0,7 - 0,7)	78,3 ± 11,9

Bảng 2 chỉ ra thông tin về khẩu phần ăn 24 giờ của trẻ từ 0-5 tháng tuổi, năng lượng trung bình là 448,3 Kcal, chỉ đạt 87,6% năng lượng theo nhu cầu khuyến

ngợi (NCKN). Trung bình mỗi trẻ sử dụng protein là 11,0g/ngày, lipid là 22,1g/ngày và glucid là 51,5g/ngày.

Bảng 3. Giá trị dinh dưỡng và mức đáp ứng nhu cầu khuyến nghị trong khẩu phần ăn 24h của trẻ từ 6-23 tháng tuổi

Chất dinh dưỡng	Nam (n=180)	Nữ (n=168)	Chung (n=793)	Trung bình mức đáp ứng NCKN (%)
Năng lượng (Kcal)	705,9 (501,4 - 1288,8)	948,8 (543,8 - 1389,8)	790,0 (515,6 - 1331,6)	105,9 ± 55,6
Protein (g)	20,5 (12,8 - 43,0)	27,1 (15,4 - 44,4)	24,4 (13,5 - 43,7)	156,1 ± 58,8

Lipid (g)	18,9 (7,6 - 24,6)	18,9 (7,2 - 26,3)	18,9 (7,4 - 24,7)	55,1 ± 38,6
Glucid (g)	123,7 (90,5 - 226,4)	167,9 (100,0 - 241,2)	133,0 (96,6 - 236,5)	124,2 ± 73,5
Vitamin C (mg)	40,6 (26,4 - 52,8)	44,4 (29,9 - 62,1)	40,6 (28,4 - 61,0)	126,7 ± 80,
Vitamin B1 (mg)	0,2 (0,1 - 0,5)	0,3 (0,1 - 0,6)	0,3 (0,1 - 0,5)	81,3 ± 50,9
Vitamin B2 (mg)	0,3 (0,2 - 0,5)	0,3 (0,2 - 0,6)	0,3 (0,2 - 0,6)	76,0 ± 50,2
Vitamin B3 (mg)	2,4 (1,5 - 5,1)	3,4 (1,9 - 5,4)	2,9 (1,7 - 5,2)	62,8 ± 47,3
Vitamin B6 (g)	0,3 (0,2 - 0,6)	0,4 (0,2 - 0,6)	0,4 (0,2 - 0,6)	96,8 ± 52,4
Vitamin B12 (mcg)	0,3 (0 - 0,8)	0,4 (0,0 - 1,0)	0,3 (0 - 0,8)	78,1 ± 40,8
Canxi (mg)	584,8 (416,0 - 726,4)	609,9 (466,1 - 758,5)	241,2 (158,3 - 406,9)	60,4 ± 38,0
Kẽm (mg)	230,2 (146,3 - 390,3)	244,6 (169,4 - 422,3)	4,2 (2,9 - 7,1)	127,4 ± 70,2
Sắt (mg)	3,7 (2,7 - 6,8)	4,6 (3,0 - 7,3)	4,7 (2,3 - 8,1)	104,2 ± 77,4

Bảng 3 cho thấy thông tin về khẩu phần ăn 24h của trẻ từ 6-23 tháng tuổi. Khẩu phần ăn trung bình là 790,0 kcal, đạt 105,9% năng lượng so với NCKN. Mỗi trẻ tiêu thụ protein là 24,4g/ngày,

lipid là 18,9g/ngày và glucid là 133,0g/ngày. Tỷ lệ đáp ứng lipid còn thấp. Về vi chất dinh dưỡng, vitamin nhóm B và canxi chưa đáp ứng đủ so với NCKN.

Bảng 4. Giá trị dinh dưỡng và mức đáp ứng nhu cầu khuyến nghị trong khẩu phần ăn 24h của trẻ từ 24-59 tháng tuổi

Chất dinh dưỡng	Nam (n=213)	Nữ (n=189)	Chung (n=402)	Trung bình mức đáp ứng NCKN (%)
Năng lượng (Kcal)	1518,8 (1302,7-1763,1)	1502,3 (1313,9-1745,0)	1518,2 (1302,7-1756,6)	120,1 ± 37,3
Protein (g)	48,5 (42,0 - 58,2)	49,4 (42,0 - 58,7)	49,0 (42,0 - 58,6)	189,1 ± 64,4
Lipid (g)	25,3 (21,1 - 32,2)	24,4 (21,0 - 31,7)	24,9 (21,1 - 31,8)	53,1 ± 29,0
Glucid (g)	261,8 (230,8-296,7)	253,1 (234,8-307,3)	256,8 (232,5-304,6)	145,8 ± 48,5
Vitamin C (mg)	63,5 (51,1 - 77,2)	61,0 (48,7 - 77,2)	62,7 (49,6 - 77,2)	164,3 ± 69,7

Vitamin B1 (mg)	0,6 (0,6 - 07)	0,6 (0,5 - 0,7)	0,6 (0,5 - 0,7)	37,8 ± 32,1
Vitamin B2 (mg)	0,6 (0,5 - 0,6)	0,6 (0,5 - 0,6)	0,6 (0,5 - 0,6)	70,6 ± 26,3
Vitamin B3 (mg)	5,7 (5,1 - 6,9)	5,6 (5,0 - 6,7)	5,7 (5,1 - 6,8)	75,5 ± 27,7
Vitamin B6 (g)	0,7 (0,6 - 0,8)	0,7 (0,6 - 0,8)	0,7 (0,6 - 0,8)	142,7 ± 43,2
Vitamin B12 (mcg)	0,8 (0,8 - 1,1)	0,8 (0,8 - 1,2)	0,8 (0,8 - 1,2)	100,7 ± 56,7
Canxi (mg)	701,7 (519,6-883,3)	674,5 (536,9-883,3)	690,4 (525,3-883,3)	73,7 ± 53,6
Kẽm (mg)	429,1 (388,6-480,1)	424,0 (382,4-472,9)	426,6 (383,2-477,7)	169,0 ± 50,3
Sắt (mg)	7,8 (7,2 - 9,2)	7,9 (7,0 - 9,4)	7,9 (7,0 - 9,3)	174,4 ± 65,6

Bảng 4 chỉ ra thông tin về khẩu phần ăn của trẻ từ 24-59 tháng tuổi. Khẩu phần trung bình trong giai đoạn này là 1518,2kcal, đạt 120,1% khuyến nghị. Trung bình mỗi trẻ tiêu thụ protein là 49,0g/ngày, lipid là 24,9g/ngày và glucid là 256,7g/ngày, nhóm trẻ này cũng dư thừa protein (189,1%), glucid (145,8%) và thiếu hụt lipid (63,1%). Trẻ 24-59 tháng tuổi chưa được bổ sung đủ vitamin B1, B2, B3 và canxi.

Tỷ lệ trẻ tại huyện Sin Hồ có khẩu phần ăn đáp ứng đủ mức năng lượng khuyến nghị trở lên chỉ đạt 60,2%. Trong đó, xã Tả Ngạo có tỷ lệ đáp ứng cao hơn xã Sà Dề Phìn (63,1% và 55,2%). Trẻ nữ đáp ứng nhu cầu cao hơn trẻ nam (66,1% và 54,5%). Tỷ lệ P:L:G trong khẩu phần của trẻ dưới 5 tuổi trong nghiên cứu đạt 13,0 : 15,3 : 71,6.

3.3. Tàn suất sử dụng thực phẩm của trẻ dưới 5 tuổi tại địa bàn nghiên cứu

Bảng 5. Tàn suất sử dụng thực phẩm của trẻ 6-23 tháng tuổi

Tên nhóm	Hàng ngày	Hàng tuần	Hàng tháng	Hiếm khi	Không ăn
Ngũ cốc, các loại củ	279 (80,1)	2 (0,6)	29 (8,3)	5 (1,4)	33 (9,4)
Các loại hạt	11 (3,1)	4 (1,1)	210 (60,3)	22 (6,3)	101 (29,0)
Sữa, sản phẩm từ sữa	73 (20,9)	7 (2,0)	150 (43,1)	7 (2,0)	111 (31,9)
Thịt, cá và hải sản	16 (4,6)	12 (3,4)	266 (76,4)	14 (4,0)	40 (11,5)
Trứng, sản phẩm của trứng	11 (3,1)	11 (3,1)	261 (75,0)	12 (3,4)	53 (15,2)
Củ quả màu vàng, cam, đỏ	47 (13,5)	9 (2,5)	200 (57,4)	18 (5,1)	74 (21,2)
Rau củ quả khác	189 (54,3)	12 (3,4)	108 (31,0)	4 (1,2)	35 (10,1)
Dầu ăn/ mỡ	305 (87,6)	8 (2,3)	11 (3,2)	0 (0)	24 (6,9)

Số liệu trong bảng trình bày theo n (%).

Bảng 5 cho thấy tần suất sử dụng thực phẩm của trẻ 6-23 tháng tuổi. 80,1% trẻ được sử dụng ngũ cốc, các loại khoai củ và 54,3% trẻ được ăn rau củ quả hàng

ngày. Các loại hạt; sữa; thịt, cá và hải sản; trứng và rau củ quả màu vàng, cam, đỏ sử dụng kém thường xuyên hơn, trẻ được ăn hàng tháng với các nhóm thực phẩm này.

Bảng 6. Tần suất sử dụng thực phẩm của trẻ từ 24-59 tháng tuổi

Tên nhóm	Hàng ngày	Hàng tuần	Hàng tháng	Hiếm khi	Không ăn
Ngũ cốc, các loại củ	326 (81,1)	1 (0,3)	51 (12,7)	4 (1,0)	20 (4,9)
Các loại hạt	11 (2,7)	8 (1,9)	289 (71,9)	16 (3,9)	78 (19,4)
Sữa, sản phẩm từ sữa	54 (13,4)	9 (2,2)	214 (53,2)	12 (2,9)	113 (28,1)
Thịt, cá và hải sản	31 (7,7)	11 (2,7)	333 (82,8)	11 (2,7)	16 (3,9)
Trứng, sản phẩm của trứng	8 (1,9)	17 (4,2)	327 (81,3)	12 (2,9)	38 (9,4)
Củ quả màu vàng, cam, đỏ	64 (15,%)	3 (0,8)	248 (61,6)	28 (6,9)	59 (14,6)
Rau củ quả khác	231 (57,%)	16 (3,9)	127 (31,5)	7 (1,7)	21 (5,2)
Dầu ăn, mỡ	372 (92,%)	8 (2,0)	17 (4,2)	0 (0,0)	5 (1,2)

Số liệu trong bảng trình bày theo n (%).

Bảng 5 cho thấy tần suất sử dụng thực phẩm của trẻ 24-59 tháng tuổi. 81,1% trẻ có chế độ ăn sử dụng ngũ cốc, các loại khoai củ và 57,4% ăn rau củ quả hàng ngày. Các loại hạt; sữa; thịt, cá và hải sản; trứng và rau củ quả màu vàng, cam, đỏ sử

dụng kém thường xuyên hơn, trẻ được ăn hàng tháng với các nhóm thực phẩm này, đặc biệt là nhóm thịt, cá, hải sản và trứng. Hầu hết trẻ được ăn dầu, mỡ hàng ngày (chiếm 92,5%), chỉ 1,2% trẻ không được ăn dầu, mỡ.

IV. BÀN LUẬN

4.1. Đánh giá khẩu phần ăn của trẻ dưới 5 tuổi tại 2 xã Sà Dề Phìn và Tả Ngảo, huyện Sìn Hồ, tỉnh Lai Châu năm 2023

Nghiên cứu khẩu phần ăn của trẻ dưới 5 tuổi tại 2 xã Sà Dề Phìn và Tả Ngảo đã cho thấy một số thực tế qau trọng về mức đáp ứng và sự cân đối dinh dưỡng trong chế độ ăn của trẻ. Khẩu phần ăn của trẻ 0-5 tháng tuổi chưa đáp ứng đủ mức năng lượng khuyến nghị theo Viện Dinh Dưỡng [9] với năng lượng trung bình là 448,3 Kcal, chỉ đạt 87,%. Hàm lượng lipid, glucid, canxi và sắt còn thấp hơn nhu cầu khuyến nghị [9]. Trong những tháng đầu đời, sữa mẹ là nguồn dinh dưỡng tối ưu và gần như là duy nhất của trẻ. Do vậy nếu được bú mẹ đúng, đủ,

khẩu phần dinh dưỡng của trẻ sẽ ít có sự chênh lệch. Tuy nhiên, trẻ 0-5 tháng tuổi tại huyện Sìn Hồ chưa đáp ứng được đủ nhu cầu năng lượng, có thể giải thích do mẹ chưa cho trẻ bú đủ số lần và số lượng khiến nhiều trẻ chưa được cung cấp đủ năng lượng cần thiết.

Khẩu phần ăn của trẻ 6-23 tháng tuổi có sự cải thiện hơn so với nhóm tuổi trước, đây là giai đoạn trẻ bắt đầu cai sữa và ăn dặm bổ sung. Trẻ có khẩu phần ăn trung bình đạt 105,9% so với nhu cầu với khuyến nghị, với protein là 24,4g/ngày, lipid là 18,9g/ngày và glucid là

133,0g/ngày [9]. Kết quả trong nghiên cứu của chúng tôi cao hơn nghiên cứu của Nguyễn Lâm với nhóm trẻ 6-11 tháng tuổi chỉ đạt 77,6% và nhóm trẻ 12-23 tháng tuổi đạt 88,7% nhu cầu [10]. Có thể thấy rằng, so với giai đoạn trước, trẻ có xu hướng ăn dư thừa protein (156,1%) nhưng lại thiếu lipid (55,1%), tương đồng với kết luận của nghiên cứu trên khi với nhóm trẻ 6-11 tháng tuổi đạt 131,1% protein, 52% lipid và nhóm trẻ 12-23 tháng tuổi đạt 187,2% protein và 76,2% lipid [10]. Điều này cho thấy khẩu phần ăn của trẻ có sự mất cân đối giữa các nhóm chất dinh dưỡng, đặc biệt là thiếu hụt chất béo cho sự phát triển tổng thể của trẻ.

Về giá trị vi chất dinh dưỡng có trong khẩu phần: hàm lượng vitamin C (126,7%), Kẽm (127,4%) và Sắt (104,2%) vượt ngưỡng khuyến nghị, tuy nhiên các loại vitamin nhóm B và canxi (60,4%) lại thấp dưới mức nhu cầu khuyến nghị [9]. Kết quả trong nghiên cứu của chúng tôi có phần khác biệt với Nguyễn Lâm khi điều tra tại Sơn La cho thấy tỷ lệ vitamin nhóm B vượt quá nhu cầu khuyến nghị, trong khi đó hàm lượng vitamin C, sắt và canxi lại thấp hơn so với yêu cầu [10].

Với nhóm trẻ từ 24-59 tháng tuổi, kết quả khẩu phần ăn cho thấy xu hướng dư thừa protein và glucid nhưng thiếu hụt lipid. Trung bình mỗi trẻ tiêu thụ protein là 49,0g/ngày, lipid là 24,9g/ngày và glucid là 256,7g/ngày, Mức năng lượng trung bình đạt 1518,1 kcal, cao hơn so với nhu cầu khuyến nghị cho lứa tuổi này và

nghiên cứu của Nguyễn Thị Hiền tại Cần Thơ với trung bình 1317,7 kcal/ngày [9, 11]. Khẩu phần ăn của nhóm trẻ này cũng dư thừa protein (189,1%), glucid (145,8%) và thiếu hụt lipid (63,1%). Đồng kết luận với nghiên cứu tại Bắc Ninh khi trẻ 2-5 tuổi trong nghiên cứu này vượt nhu cầu về glucid (103,9%) và protein (111,5%) [12]. Kết quả này có sự khác biệt với nghiên cứu tại huyện Bát Xát, tỉnh Lào Cai khi trẻ chỉ đáp ứng được 57,06% khẩu phần lipid và 58,54% khẩu phần protein [13]. Với nhóm tuổi này, trẻ đã bắt đầu đi học mầm non và có một số bữa ăn tại trường. Sự bất cân đối trong khẩu phần cho thấy cách xây dựng thực đơn tại nhà và tại trường của trẻ chưa toàn diện và đạt yêu cầu.

Khảo sát về tỷ lệ trẻ có khẩu phần ăn đáp ứng đủ năng lượng khuyến nghị cho thấy chỉ có 60,2% trẻ đạt mức năng lượng yêu cầu. Trong đó, tỷ lệ trẻ tại xã Tả Ngảo cao hơn xã Sà Dề Phìn, và trẻ nữ có tỷ lệ đáp ứng nhu cầu cao hơn trẻ nam. Kết quả này thấp hơn không đáng kể so với nghiên cứu của Nguyễn Thị Hiền với 65% trẻ có chế độ ăn đủ hoặc thừa năng lượng so với nhu cầu khuyến nghị [11] và cao hơn so với kết quả 51% đáp ứng nhu cầu của Phạm Thị Thanh Nga tại Lào Cai [13]. Tỷ lệ P:L:G trong khẩu phần của trẻ dưới 5 tuổi trong nghiên cứu đạt 13,0 : 15,3 : 71,6, thiếu cân đối hơn so với nhu cầu khuyến nghị (13-20 : 25-30 : 55-65) và các nghiên cứu của Nguyễn Lâm (16:29:55); Phạm Minh Phúc (15,1:29,3:55,6) [9, 10, 14].

4.2. Tần suất sử dụng thực phẩm của trẻ dưới 5 tuổi tại 2 xã Sà Dề Phìn và Tả Ngảo, huyện Sơn Hồ, tỉnh Lai Châu năm 2023

Kết quả nghiên cứu về tần suất sử dụng thực phẩm của trẻ 6-23 tháng tuổi tại 2 xã Sà Dề Phìn và Tả Ngảo cho thấy những đặc điểm quan trọng trong chế độ

ăn của trẻ trong giai đoạn chuyển tiếp từ bú mẹ sang ăn dặm bổ sung. Để đảm bảo cung cấp đủ năng lượng và các chất dinh dưỡng cần thiết, trẻ ăn dặm giai đoạn 6-

23 tháng tuổi nên được ăn tối thiểu 4/8 nhóm thực phẩm trong mỗi bữa ăn [15]. Nghiên cứu của chúng tôi cho thấy nhóm thực phẩm được sử dụng nhiều nhất là ngũ cốc và các loại rau củ (80,1%) và 54,3% trẻ được ăn rau củ quả hàng ngày. Tuy nhiên, các nhóm thực phẩm quan trọng khác như các loại hạt; sữa; thịt, cá và hải sản; trứng và rau củ quả màu vàng, cam, đỏ sử dụng kém thường xuyên hơn, trẻ được ăn hàng tháng với các nhóm thực phẩm này.

Đối với nhóm tuổi 24-59 tháng tuổi, ngũ cốc và các loại rau củ vẫn là nhóm thực phẩm được sử dụng nhiều nhất, 81,1% sử dụng ngũ cốc, các loại khoai củ

4.3. Ưu điểm và hạn chế của nghiên cứu

Nghiên cứu của chúng tôi thực hiện với cỡ mẫu lớn, ghi nhận được thông tin khẩu phần ăn và tần suất sử dụng thực phẩm của hầu hết trẻ dưới 5 tuổi tại 2 xã Sà Dề Phìn và Tả Ngáo, bước đầu đưa ra được bức tranh tổng quan về thực trạng dinh dưỡng tại địa bàn nghiên cứu. Tuy nhiên, nghiên cứu có hạn chế của thiết kế mô tả cắt ngang, tức là chỉ xác định được ở một thời điểm. Điều này làm cho kết quả nghiên cứu chỉ phản ánh tình hình khẩu phần và dinh dưỡng tại thời điểm khảo sát mà không đánh giá được sự thay

và 57,4% trẻ được ăn rau củ quả hàng ngày. Kết quả này có phần tương đồng với Nguyễn Thị Hiền với tần suất trẻ được ăn ngũ cốc và rau, củ quả cao (82,3% và 61,3%) [11]. Tuy nhiên, các nhóm thực phẩm giàu dinh dưỡng khác như hạt; sữa; thịt, cá và hải sản; trứng và rau củ quả màu vàng, cam, đỏ sử dụng kém thường xuyên hơn, trẻ được ăn hàng tháng với các nhóm thực phẩm này, đặc biệt là nhóm thịt, cá, hải sản và trứng. Điều này có thể dẫn đến tình trạng thiếu hụt protein và các vitamin thiết yếu cho cơ thể [15]. Ở nhóm 24-59 tháng tuổi, hầu hết trẻ được ăn dầu, mỡ hàng ngày (chiếm 92,5%), chỉ 1,2% trẻ không được ăn dầu, mỡ.

đổi trong thói quen xây dựng khẩu phần cho trẻ theo thời gian. Bên cạnh đó, cỡ mẫu lớn và những hạn chế trong giao tiếp, thói quen sinh hoạt với người dân vùng cao cũng có thể ảnh hưởng đến kết quả nghiên cứu. Ngoài ra, nghiên cứu chưa so sánh, đánh giá được giá trị khẩu phần so với nhu cầu trung bình ước tính theo khuyến cáo hiện nay do chưa đủ có ngưỡng đối với ngưỡng Việt Nam. Việc cập nhật nhu cầu trung bình ước tính với người Việt Nam là hết sức cần thiết cho thực tế cũng như cho các nghiên cứu về khẩu phần hiện nay.

V. KẾT LUẬN

Tình trạng khẩu phần và tần suất sử dụng thực phẩm của trẻ dưới 5 tuổi tại huyện Sin Hồ, tỉnh Lai Châu năm 2023: Chỉ 60,2% trẻ có khẩu phần ăn đáp ứng được năng lượng theo nhu cầu khuyến nghị. Tỷ lệ P:L:G trong khẩu phần ăn chưa cân đối, đạt 13,0 : 15,3 : 71,6. Trẻ chủ yếu ăn thực phẩm từ ngũ cốc, các loại rau củ quả và dầu mỡ. Chế độ ăn thiếu

nguồn thực phẩm từ thịt, cá, hải sản, trứng, sữa và các sản phẩm từ trứng, sữa.

Cần có mô hình cải thiện dinh dưỡng trẻ em thông qua tăng cường phối hợp liên ngành, đảm bảo an ninh thực phẩm và an ninh dinh dưỡng cho trẻ tại mỗi hộ gia đình cũng như tăng cường giáo dục, truyền thông, tư vấn dinh dưỡng cho người chăm sóc trẻ.

Tài liệu tham khảo

1. Viện Dinh Dưỡng. Tổng điều tra dinh dưỡng 2019-2020. 2021.
2. Đào Thị Yên Phi, Dinh dưỡng học. Trường Đại học Y khoa Phạm Ngọc Thạch, 2022.
3. Viện Dinh Dưỡng. Tình hình dinh dưỡng, chiến lược can thiệp 2011-2020 và định hướng 2021-2030. Nhà xuất bản Dân trí, 2021.
4. Viện Dinh Dưỡng Quốc Gia, Tổng điều tra dinh dưỡng toàn quốc trong giai đoạn 1989 – 2010. 2011.
5. Thủ Tướng Chính Phủ, Quyết định số 90/QĐ-TTg ngày 18/01/2022 về việc "hê duyệt Chương trình mục tiêu quốc gia giảm nghèo bền vững giai đoạn 2021 - 2025. 2022.
6. Viện Dinh Dưỡng. Bảng báo cáo tỷ lệ suy dinh dưỡng trẻ em dưới 5 tuổi theo các mức độ, theo vùng sinh thái của công văn 1258/VDD-GSDD ngày 30/12/2021. 2021.
7. Thủ Tướng Chính Phủ, Quyết định số 353/QĐ-TTg phê duyệt danh sách huyện nghèo, xã đặc biệt khó khăn vùng bãi ngang, ven biển và hải đảo giai đoạn 2021-2025. 2022.
8. Viện Dinh Dưỡng. Quyển ảnh dùng trong điều tra khẩu phần trẻ em 2-5 tuổi. 2014.
9. Viện Dinh Dưỡng. Nhu cầu khuyến nghị dinh dưỡng dành cho người Việt Nam. 2017.
10. Nguyễn Lâm and Nguyễn Thị Thu Liễu, Khẩu phần ăn của trẻ dưới 24 tháng tuổi tại hai xã Chiềng Mung và Mường Bon ở huyện Mai Sơn, tỉnh Sơn La năm 2016. *Tạp chí Dinh dưỡng & Thực phẩm*. 2018;14(6):25-31.
11. Nguyễn Thị Hiền và Lê Thảo Vi, Khẩu phần ăn của trẻ em từ 3-5 tuổi và kiến thức về dinh dưỡng của các bà mẹ tại xã Mỹ Khánh, huyện Phong Điền, thành phố Cần Thơ năm 2017. *Tạp chí Dinh dưỡng & Thực phẩm*. 2019; 15(1):31-38.
12. Ngô Lan Trinh, và cs. Khẩu phần ăn thực tế và mối liên quan tới tình trạng dinh dưỡng của trẻ 3-5 tuổi tại xã Đại Xuân, huyện Quế Võ, tỉnh Bắc Ninh năm 2022. *Tạp chí Y học Việt Nam*. 2023; 529-8(2):205-210.
13. Phạm Thị Thanh Nga và Trương Tuyết Mai, Xác định thành phần dinh dưỡng trong khẩu phần ăn của trẻ 2-5 tuổi tại huyện Bát Xát, tỉnh Lào Cai. Thạc sỹ Công nghệ Thực phẩm - Trường Đại học Bách khoa Hà Nội, 2014.
14. Phạm Minh Phúc, et al., Tình trạng dinh dưỡng và khẩu phần bán trú của trẻ em trường mầm non thực hành Hoa Hồng, quận Đống Đa, thành phố Hà Nội. *Tạp chí Dinh dưỡng & Thực phẩm*. 2023;19(1-2):50-56.
15. Viện Dinh Dưỡng. Tư vấn nuôi dưỡng trẻ nhỏ tại cơ sở y tế. 2011.