

THỰC TRẠNG THỪA CÂN, BÉO PHÌ VÀ MỘT SỐ YẾU TỐ LIÊN QUAN Ở NỮ CÔNG NHÂN TẠI CÔNG TY CỔ PHẦN ĐẦU TƯ VÀ THƯƠNG MẠI TNG CHI NHÁNH THỜI TRANG, TỈNH THÁI NGUYÊN NĂM 2024

Trương Thị Thuỳ Dương✉, Lê Thị Thanh Hoa

Trường Đại học Y - Dược, Đại học Thái Nguyên

TÓM TẮT

Mục tiêu: Đánh giá thực trạng thừa cân, béo phì (TC-BP) và một số yếu tố liên quan ở nữ công nhân tại Công ty Cổ phần Đầu tư và Thương mại TNG chi nhánh thời trang, tỉnh Thái Nguyên năm 2024.

Phương pháp: Nghiên cứu cắt ngang thu thập số liệu từ tháng 9-12/2024 trên 512 nữ công nhân. Dữ liệu thu thập qua bộ câu hỏi (thông tin chung, kiến thức, thực hành về phòng chống thừa cân, béo phì), kết hợp với cân đo cân nặng, chiều cao, vòng eo, vòng mông. Sử dụng phân tích hồi quy đa biến để phân tích yếu tố liên quan đến TC-BP.

Kết quả: Tỷ lệ TC-BP chung của nữ công nhân là 12,9%, trong đó có 10,7% thừa cân và 2,2% béo phì. Các yếu tố liên quan đối với TC-BP gồm: tiền sử gia đình có người thừa cân, béo phì (OR=2,09; p=0,014), vòng eo cao (OR=7,99; p=0,009), tỷ số vòng eo/vòng mông cao (OR=4,14; p<0,001), thực hành phòng chống TC-BP không tốt (OR=3,13; p=0,002).

Kết luận: Tỷ lệ TC-BP là vấn đề sức khỏe phổ biến ở nữ công nhân tại đơn vị nghiên cứu. Cần quan tâm đến giáo dục dinh dưỡng, cải thiện thực hành về dinh dưỡng, góp phần cải thiện sức khỏe của người lao động.

Từ khóa: thừa cân, béo phì, nữ công nhân, tỉnh Thái Nguyên.

STATUS OF OVERWEIGHT AND OBESITY, AND ITS ASSOCIATED FACTORS AMONG FEMALE WORKERS IN TNG INVESTMENT AND TRADING JOINT STOCK COMPANY, FASHION BRANCH, THAI NGUYEN PROVINCE 2024

ABSTRACT

Aims: To assess the current status of overweight, obesity and some related factors in female workers at TNG Investment and Trading Joint Stock Company, Fashion Branch, Thai Nguyen Province 2024.

Methods: A cross-sectional study was conducted between September and December 2024 in 512 female workers. Data collected through a questionnaire including general information, knowledge and practices on prevention of overweight and obesity. Some anthropometric indicators were measured including weight, height, waist circumference, hip circumference. Multivariable regression analysis was used to identify factors associated with overweight and obesity.

✉ Tác giả liên hệ: Trương Thị Thuỳ Dương
Email: truongthithuyduong@tnmc.edu.vn
Doi: 10.56283/1859-0381/924

Nhận bài: 20/6/2025 Chính sửa: 28/6/2025
Chấp nhận đăng: 30/6/2025
Công bố online: 15/7/2025

Results: The overall overweight and obesity rate of female workers was 12.9% (10.7% overweight and 2.2% obesity). The significant factors associated with overweight and obesity included family history of overweight and obesity (OR=2.09; $p = 0.014$), high waist circumference (OR=7.99; $p = 0.009$), high waist/hip ratio (OR=4.14; $p < 0.001$), and poor practice of prevention on overweight and obesity (OR=3.13; $p = 0.002$).

Conclusion: The rate of overweight and obesity was predominant in female workers at the studied company. It is necessary to pay more attention on nutritional education and nutritional practices to improve workers' health.

Keywords: *overweight, obesity, female workers, Thai Nguyen province.*

I. ĐẶT VẤN ĐỀ

Dinh dưỡng đối với người lao động nói chung và nữ công nhân nói riêng rất quan trọng, không chỉ tham gia phục hồi sức lao động ngắn hạn, dinh dưỡng còn là chìa khoá để người lao động có thể duy trì năng suất lao động dài hạn, đồng thời giúp giảm nguy cơ mắc các loại bệnh. Tình trạng dinh dưỡng của nữ công nhân tại Việt Nam đang là một vấn đề đáng quan tâm. Mặc dù có những tiến bộ trong việc cải thiện sức khỏe và dinh dưỡng, nhưng nhiều nữ công nhân vẫn phải gặp khó khăn về đảm bảo chế độ ăn uống và tình trạng sức khỏe, đặc biệt là trong bối cảnh áp lực công việc và điều kiện sống còn nhiều khó khăn.

Thừa cân-béo phì (TC-BP) là một trong những nguy cơ chính của các bệnh mạn tính không lây như bệnh mạch vành, tăng huyết áp, đái tháo đường, bệnh sỏi mật, ung thư [1]. Nghiên cứu ở 401 phụ nữ độ tuổi 18-35 tuổi đang làm việc tại công ty Midori Apparel Việt Nam cũng cho thấy có 23% thừa cân và 8,7% béo phì ($BMI > 25 \text{ Kg/m}^2$) [2]. Nghiên cứu

trên 463 nữ công nhân từ 18-35 tuổi một công ty thuộc khu công nghiệp Lương Sơn, tỉnh Hoà Bình báo cáo tỷ lệ TC-BP chiếm 6,7% [3].

Công ty Cổ phần Đầu tư và Thương mại TNG (Công ty TNG) là một trong những doanh nghiệp lớn trên địa bàn tỉnh Thái Nguyên có số cán bộ, công nhân viên, người lao động trên 16 nghìn người đang làm việc tại 18 chi nhánh, nhà máy và đơn vị phụ trợ; có trụ sở tại hầu khắp các huyện và thành phố của Thái Nguyên. Công ty TNG có cung cấp xuất ăn trưa cho công nhân. Những nghiên cứu về thực trạng dinh dưỡng ở công nhân đặc biệt ở tỉnh Thái Nguyên còn rất hạn chế. Vậy thực trạng dinh dưỡng của công nhân may Công ty TNG ra sao và yếu tố liên quan nào liên quan mật thiết đến thực trạng dinh dưỡng của đối tượng này? Chúng tôi tiến hành đề tài với mục tiêu xác định thực trạng thừa cân, béo phì và một số yếu tố liên quan ở nữ công nhân tại công ty Cổ phần Đầu tư và Thương mại TNG chi nhánh Thời Trang, tỉnh Thái Nguyên.

II. PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

2.1. Thiết kế nghiên cứu

Nghiên cứu cắt ngang từ tháng 9-12/2024 trên toàn bộ nữ công nhân của Công ty Cổ phần Đầu tư và Thương mại TNG chi nhánh thành phố Thái Nguyên (lĩnh vực Thời Trang). Tổng số có 512 công nhân được chọn tham gia nghiên cứu thỏa mãn tiêu chuẩn sau:

* *Tiêu chuẩn lựa chọn đối tượng nghiên cứu*: Nữ công nhân ở độ tuổi trưởng thành từ 18 tuổi trở lên, đối tượng có mặt tại thời điểm nghiên cứu. Tâm lý

2.2. Phương pháp thu thập số liệu

Các điều tra viên trực tiếp phỏng vấn đối tượng để thu thập thông tin về: tuổi, dân tộc, tình trạng hôn nhân, trình độ học vấn, bộ phận làm việc chính, thu nhập bình quân/tháng, tiền sử gia đình có người bị thừa cân, béo phì và kiến thức, thực hành phòng chống TC-BP.

Mỗi câu trả lời đúng về kiến thức và thực hành của đối tượng về dinh dưỡng được 1 điểm, chọn sai được 0 điểm; sau đó cộng tổng điểm đạt được chia cho tổng điểm mong đợi, nếu tổng điểm kiến thức/thực hành từ 70% trở lên thì đánh giá là kiến thức/thực hành tốt. Dưới 70% là không tốt[3].

Đo chỉ số nhân trắc:

- Cân nặng: sử dụng cân SECA của Nhật Bản (độ chính xác 0,1kg). Trọng lượng cơ thể được ghi theo kg với một số lẻ. Khi cân đối tượng mặc quần áo tối thiểu, bỏ giày dép và các đồ vật gây ảnh hưởng đến chỉ số cân nặng. Đối tượng nghiên cứu được đứng giữa bàn cân, không cử động, mắt nhìn thẳng, trọng lượng phân bố đều cả hai chân. Cân được đặt ở vị trí ổn định và bằng phẳng. Tiến hành cân đối tượng hai lần, lấy kết quả trung bình của hai lần đo [5].

- Chiều cao: Đo bằng thước gỗ của UNICEF có độ chia chính xác tới mm.

bình thường, tình trạng sức khỏe có thể đáp ứng được việc trả lời phỏng vấn.

* *Tiêu chuẩn loại trừ*: Các đối tượng bị mắc bệnh tâm thần, rối loạn trí nhớ, không đồng ý tham gia nghiên cứu. Đối tượng mắc các bệnh ảnh hưởng đến trọng lượng cơ thể: đái tháo đường, basedow, phù thận, Cushing, xơ gan,... Không thu thập được các chỉ số nhân trắc (mắt chi, gù vẹo cột sống). Phụ nữ mang thai và cho con bú trong 12 tháng đầu.

Chiều cao được ghi theo cm và 1 số lẻ. Đối tượng nghiên cứu bỏ giày, dép, đi chân không, đứng quay lưng vào thước đo. Gót chân, mông, vai, chạm theo một đường thẳng áp sát vào thước đo đứng, mắt nhìn thẳng theo một đường thẳng nằm ngang. Hai tay thả lỏng, buông xuống theo thân mình. Kéo khung chặn đầu của thước từ trên xuống, khi áp sát đến đỉnh đầu nhìn vào thước đọc kết quả. Tiến hành đo đối tượng hai lần, lấy kết quả trung bình của hai lần đo[5].

- Vòng eo: đo bằng thước dây không co giãn, vị trí đo là mặt phẳng nằm ngang tại điểm giữa bờ dưới của xương sườn cụt và điểm trên mào chậu. Đối tượng đứng thẳng, tay buông thõng, ngực ưỡn, nhìn thẳng về phía trước và đo ở cuối thì thở ra. Tiến hành đo vòng eo đối tượng hai lần, lấy kết quả trung bình của hai lần đo [5].

- Vòng mông: đo bằng thước dây không co giãn, đo ở mức nhô nhất phía sau mấu chuyển lớn xương đùi chiều ngang gò mu. Nếu khó xác định, để đối tượng cử động khớp háng rồi sờ vào đầu mấu chuyển lớn để xác định điểm mấu chuyển. Khi đo, đối tượng đứng thẳng, cơ mông trùng, bỏ hết vật dụng trong túi quần để có thể đo chính xác. Tiến hành đo

vòng hông đối tượng hai lần, lấy kết quả trung bình của hai lần đo [5].

- Dựa vào chỉ số khối cơ thể BMI = Cân nặng (kg)/chiều cao²(m) để đánh giá tình trạng dinh dưỡng của đối tượng nghiên cứu theo phân loại của WHO năm 2006 [4]. Phân loại tình trạng dinh dưỡng gồm: thiếu năng lượng trường diễn

(BMI < 18,5 kg/m²), bình thường (18,5 ≤ BMI < 25 kg/m²), thừa cân (25 ≤ BMI < 30 kg/m²), và béo phì (BMI ≥ 30 kg/m²). TC-BP khi BMI ≥ 25 kg/m².

- Số đo vòng eo của nữ: bình thường < 80; tăng vòng eo ≥ 80 cm [4,5]. Tỷ số vòng eo/vòng hông (WHR) của nữ: bình thường ≤ 0,80; cao > 0,80.

2.3. Phương pháp xử lý số liệu

- Số liệu được làm sạch, mã hóa và nhập trên phần mềm Epidata 3.1 và xử lý trên phần mềm SPSS 26.0 với các test thống kê thích hợp.

- Mô hình hồi quy đa biến logistic dự đoán một số yếu tố liên quan với thực trạng TC-BP của đối tượng nghiên cứu,

2.4. Đạo đức trong nghiên cứu

Nghiên cứu đã được tiến hành sau khi có sự chấp thuận của hội đồng đạo đức trong nghiên cứu Y sinh học của trường Đại học Y Dược, Đại học Thái Nguyên theo quyết định số 774/ĐHYD-HĐĐĐ, Thái Nguyên ngày 19/7/2024. Nghiên cứu đảm bảo tuân thủ các nguyên tắc về đạo đức trong nghiên cứu y học: đối tượng tham gia nghiên cứu

các biến đưa vào phân tích gồm: nhóm tuổi, trình độ học vấn, dân tộc, thu nhập bình quân/tháng, tình trạng hôn nhân, tiền sử gia đình, kiến thức, thực hành phòng chống thừa cân, béo phì của đối tượng nghiên cứu.

cứu được giải thích rõ ràng về mục đích nghiên cứu, hoàn toàn tự nguyện tham gia vào nghiên cứu, có quyền từ chối tham gia nghiên cứu bất kì lúc nào, các thông tin do đối tượng cung cấp được cam kết giữ bí mật và chỉ sử dụng cho mục đích nghiên cứu, nghiên cứu không làm ảnh hưởng tới người tham gia.

III. KẾT QUẢ

Bảng 1. Thông tin chung của đối tượng nghiên cứu (n=512)

Đặc điểm	n	%	Đặc điểm	n	%
Nhóm tuổi			Tình trạng hôn nhân		
18-29	151	29,5	Đã kết hôn	328	64,1
30-39	237	46,3	Chưa kết hôn	184	35,9
≥ 40	124	24,2			
Trình độ học vấn			Bộ phận làm việc		
≤ Tiểu học	5	0,9	Cắt và hoàn thiện	105	20,5
Trung học cơ sở	113	22,1	May	359	70,1
Trung học phổ thông	296	57,8	Nghiệp vụ	24	4,7
Trung cấp, cao đẳng, đại học, sau đại học	98	19,2	Kho và kiểm hàng	24	4,7

Đặc điểm	<i>n</i>	%	Đặc điểm	<i>n</i>	%
Dân tộc			Tiền sử gia đình có thừa cân béo phì		
Kinh	371	72,5	Có	119	23,2
Tày	35	6,8	Không	393	76,8
Sán Dìu	56	10,9	Thu nhập bình quân/người/tháng		
Nùng	31	6,1	< 5 triệu đồng	105	20,5
Khác	19	3,7	≥ 5 triệu đồng	407	79,5

Trong tổng số 512 công nhân nữ tham gia nghiên cứu: Phần lớn độ tuổi lao động từ 30-39 tuổi (46,3%) với trình độ học vấn là trung học phổ thông chiếm tỷ lệ cao nhất

(57,8%). Có 72,5% đối tượng là dân tộc Kinh; 70,1% bộ phận làm việc ở vị trí may. Tỷ lệ đối tượng đã kết hôn là 64,3%; Tiền sử gia đình có thừa cân, béo phì chiếm 23,2%.

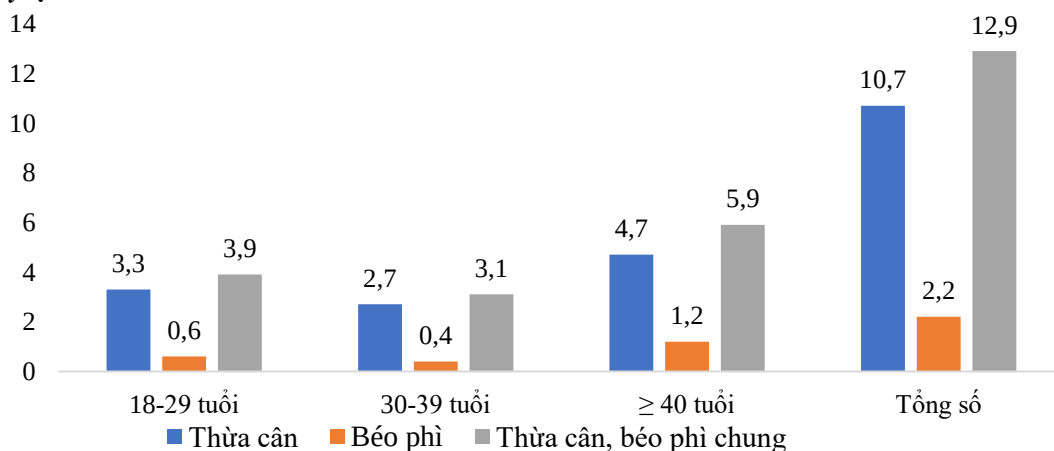
Bảng 2. Chỉ số nhân trắc theo nhóm tuổi của đối tượng nghiên cứu

Số đo nhân trắc	Nhóm tuổi			Chung	<i>p</i>
	18 - 29	30 - 39	≥ 40		
Chiều cao (cm)	156,4 ± 4,3	155,2 ± 5,1	155,6 ± 4,3	155,6 ± 4,7	> 0,05
Cân nặng (Kg)	50,8 ± 6,5	50,7 ± 6,5	52,0 ± 7,4	51,1 ± 6,7	> 0,05
BMI (Kg/m ²)	20,8 ± 2,8	21,1 ± 3,2	21,5 ± 3,2	21,1 ± 3,1	> 0,05
Vòng eo (cm)	70,3 ± 3,8	70,7 ± 4,7	71,2 ± 4,9	70,7 ± 4,5	> 0,05
Vòng mông (cm)	89,6 ± 2,8	89,9 ± 3,5	90,2 ± 3,4	89,9 ± 3,3	> 0,05

Chiều cao trung bình của nữ công nhân là 155,6 ± 4,7 (cm), cân nặng trung bình là 51,1 ± 6,7 (Kg), chỉ số khối BMI trung bình là 21,1 ± 3,1 (Kg/m²), vòng eo trung bình là 70,7 ± 4,5 (cm) và chỉ số vòng mông trung bình là 89,9 ± 3,3 (cm).

Không có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê giữa chiều cao trung bình, cân nặng trung bình, chỉ số khối trung bình, vòng eo trung bình và vòng mông trung bình ở các độ tuổi với *p* > 0,05.

Tỷ lệ %



Hình 1. Tỷ lệ thừa cân, béo phì theo nhóm tuổi của đối tượng nghiên cứu (n=512)

Tỷ lệ thừa cân, béo phì chung ở nữ công nhân là 12,9%, trong đó thừa cân chiếm chủ yếu 10,7%, béo phì chiếm 2,2%. Thừa cân, béo phì chiếm tỷ lệ cao nhất ở nhóm tuổi từ 40 trở lên là 5,9% (thừa cân là 4,7%, béo phì là 1,2%), thấp

nhất ở nhóm 30-39 tuổi với 3,1% (thừa cân là 2,7 %, béo phì là 0,4%).

Qua phân tích: 421(82,2%) đối tượng nghiên cứu có kiến thức tốt và 460 (89,8%) có thực hành tốt về phòng chống TC-BP.

Bảng 3. Một số yếu tố liên quan về tình trạng thừa cân, béo phì của nữ công nhân

Các biến số	Phân tích đơn biến OR (95 CI%)	<i>p</i>	Phân tích đa biến OR (95%CI)	<i>p</i>
Bộ phận làm việc				
May	1,0		1,0	
Bộ phận khác	1,52 (0,83-2,80)	0,173	1,49 (0,79-2,84)	0,218
Tiền sử gia đình có người TC-BP				
Không	1,0		1,0	
Có	1,95 (1,12-3,39)	0,016	2,09 (1,16-3,76)	0,014
Chỉ số vòng eo				
Bình thường	1,0		1,0	
Cao	3,37 (1,57-7,22)	0,001	7,99 (1,67-38,14)	0,009
Tỷ số vòng eo/vòng hông				
Bình thường	1,0		1,0	
Cao	2,29 (1,28-4,11)	0,004	4,14 (2,19-7,82)	< 0,001
Kiến thức về TC-BP				
Tốt	1,0		1,0	
Không tốt	1,58 (0,56-2,93)	0,140	1,56 (0,82-2,99)	0,179
Thực hành về phòng chống TC-BP				
Tốt	1,0		1,0	
Không tốt	2,56 (1,28-5,10)	0,006	3,13 (1,51-6,48)	0,002

Kết quả phân tích hồi quy logistic cho thấy, các yếu tố có mối liên quan có ý nghĩa thống kê với tình trạng thừa cân, béo phì ở nữ công nhân bao gồm: Tiền sử gia đình có người thừa cân, béo phì

(OR=2,09; $p=0,014$), Vòng eo cao (OR=7,99; $p=0,009$), Tỷ số vòng eo/vòng hông cao (OR=4,14; $p<0,001$), Thực hành phòng chống TC-BP không tốt (OR=3,13; $p=0,002$).

IV. BÀN LUẬN

Trong tổng số 512 công nhân nữ tham gia nghiên cứu: phần lớn độ tuổi 30-39 tuổi (46,3%), độ học vấn trung học phổ thông chiếm tỷ lệ cao nhất (57,8%). Có 72,5% đối tượng là dân tộc Kinh; 70,1%

bộ phận làm việc ở vị trí may. Tỷ lệ đối tượng đã kết hôn là 64,3%; chưa kết hôn là 35,7%; Tiền sử gia đình có TC-BP chiếm 23,2% và tiền sử gia đình có thiếu năng lượng trường diễn là 20,9%.

4.1. Thực trạng thừa cân, béo phì của đối tượng nghiên cứu

Tỷ lệ TC-BP chung ở nữ công nhân là 12,9%, trong đó thừa cân chiếm chủ yếu 10,7%, béo phì chiếm 2,2%. Kết quả nghiên cứu của chúng tôi cao hơn kết quả nghiên cứu của tác giả Vũ Văn Quyết và Cộng sự (2021) tại một công ty Miền Bắc Việt Nam: tỷ lệ thừa cân, béo phì chiếm 6,7% [1]. Kết quả này cũng cao hơn của tác giả Nguyễn Thùy Linh và Cộng sự (2023) tại một công ty ở miền Bắc Tỷ lệ thừa cân, béo phì ở hai nhóm tuổi lần lượt là 6,3% và 9,63% (tỷ lệ chung là 8,7%) [2]. Nghiên cứu của tác giả Võ Phạm Mi Trang và cộng sự (2021) ở nữ công nhân 18-55 tuổi tại công ty Midory Apparel Việt Nam: Tỷ lệ thừa cân, béo phì là 11,2%, trong đó thừa cân chiếm 8,3% và béo phì chiếm 2,9%, tỷ lệ TC-BP chủ yếu xuất hiện ở nhóm 18-35 tuổi [6].

Đối tượng tham gia nghiên cứu có kiến thức và thực hành dinh dưỡng tốt phòng chống thừa cân, béo phì lần lượt là 82,2%

và 89,8%. Tỷ lệ kiến thức và thực hành không tốt chiếm tỷ lệ lần lượt là 17,8% và 10,2%. Các nhà dịch tễ học nhận định rằng xu hướng gia tăng tỷ lệ thừa cân, béo phì trong cộng đồng hiện nay chủ yếu là do gia tăng tiêu thụ các thực phẩm giàu năng lượng, có hàm lượng chất béo cao cùng với lối sống ít hoạt động thể lực, lười vận động [7]. Đây cũng là thực trạng phổ biến hiện nay của giới trẻ và giới trung niên. Theo Cục Y tế dự phòng thì thừa cân, béo phì là yếu tố nguy cơ của nhiều bệnh không lây nhiễm như các bệnh tim mạch, bao gồm: tăng huyết áp, đột quỵ, xơ vữa và tắc mạch vành, nhồi máu cơ tim; nguy cơ của bệnh đái tháo đường típ 2 và một số bệnh ung thư như ung thư túi mật, ung thư vú, ung thư đại tràng, ung thư tiền liệt tuyến và ung thư thận. Do vậy, việc quan tâm đến vấn đề cân nặng của cơ thể là việc làm hết sức cần thiết mà mỗi cá nhân chúng ta cần phải quan tâm và thực hiện [7].

4.2. Một số yếu tố liên quan đến thực trạng thừa cân, béo phì của đối tượng nghiên cứu

Kết quả phân tích hồi quy logistic cho thấy, các yếu tố có liên quan có ý nghĩa thống kê với TC-BP ở nữ công nhân bao gồm: tiền sử gia đình có người TC-BP ($OR=2,09$; $p=0,014$), vòng eo cao ($OR=7,99$; $p=0,009$), tỷ số vòng eo/vòng mông cao ($OR=4,14$; $p<0,001$), thực hành phòng chống TC-BP không tốt ($OR=3,13$; $p=0,002$). Tác giả Nguyễn Lê Thanh Trúc và cs. (2017) nghiên cứu về tỷ lệ TC-BP và các yếu tố liên quan ở phụ nữ từ 40-59 tuổi tại huyện Càng Long, Trà Vinh ghi nhận tiền sử gia đình có người có TC-BP là một trong yếu tố nguy cơ của TC-BP [8]. Tiền sử gia đình, chỉ số nhân trắc (vòng eo cao, tỷ lệ vòng eo/vòng mông cao) và thực hành phòng chống thừa cân, béo phì có liên quan mật thiết và ảnh hưởng đến thực trạng TC-BP của đối tượng nghiên cứu.

Thừa cân, béo phì làm tăng nguy cơ mắc các rối loạn chuyển hóa, nội tiết và các bệnh mạn tính liên quan như tim mạch, đái tháo đường, ung thư, gút và nhiều rối loạn khác. Nhiều nghiên cứu cho thấy việc thừa cân, béo phì sẽ làm tăng nguy cơ mắc 13 loại ung thư, trong đó có ung thư vú, thực quản, tuyến giáp, mật, dạ dày, gan, thận, buồng trứng, tử cung, ruột kết và trực tràng [9]. Vì vậy, cần có biện pháp can thiệp phù hợp giúp đưa cân nặng trở về ngưỡng BMI bình thường là hết sức quan trọng. Ở độ tuổi trưởng thành, béo phì hầu như là do tăng kích thước tế bào mỡ (thể béo phì đại) và việc giảm cân nặng ở những đối tượng này cần tuân thủ nghiêm ngặt chế độ dinh dưỡng, kết hợp luyện tập thể dục thể thao phù hợp với độ tuổi giúp kiểm soát cân nặng hiệu quả.

V. KẾT LUẬN

Tỷ lệ thừa cân, béo phì của nữ công nhân là 12,9%, trong đó tỷ lệ thừa cân chiếm đa số 10,7%, béo phì chiếm 2,2%. Có mối liên quan giữa chỉ số vòng eo cao, tỷ lệ vòng eo/vòng hông cao và thực hành phòng chống thừa cân, béo phì với thực

trạng thừa cân, béo phì của đối tượng nghiên cứu. Thực hành về dinh dưỡng cần được quan tâm nhiều hơn, chú trọng đến giáo dục dinh dưỡng góp phần cải thiện sức khỏe của người lao động và tăng năng suất, hiệu quả công việc.

Tài liệu tham khảo

1. Trương Thị Thùy Dương, Trần Thị Huyền Trang, Lê Thị Thanh Hoa. Thực trạng dinh dưỡng và kiến thức, thực hành dinh dưỡng hợp lý ở phụ nữ độ tuổi sinh đẻ tại phường Đồng Quang, thành phố Thái Nguyên năm 2021. *Tạp chí Y học Việt Nam*. 2022;517(1):158-163.
2. Nguyễn Thùy Linh, Tạ Thanh Nga, Đỗ Thị Minh Anh. Tình trạng dinh dưỡng và thực trạng thiếu máu thiếu sắt của nữ công nhân 18-35 tuổi tại một công ty ở miền Bắc Việt Nam năm 2020. *Tạp chí Y học Việt Nam*. 2023;522(2):299-303.
3. Vũ Văn Quyết, Phạm Duy Quang, Nguyễn Thủy Linh. Tình trạng thiếu vi chất của nữ công nhân từ 15-35 tuổi tại một công ty tại Miền Bắc Việt Nam năm 2020. *Tạp chí Nghiên cứu Y học*. 2021;146(10):29-36.
4. World Health Organization. Assessment of nutritional status in adults: report of a WHO expert consultation. Geneva, 2006. 8-11.
5. Trường Đại học Y Dược - Đại học Thái Nguyên. *Giáo trình Dinh dưỡng - An toàn thực phẩm*. 2020; 67-68, 94-96, 104-105.
6. Võ Phạm Mi Trang. Tình trạng dinh dưỡng và một số yếu tố liên quan của nữ công nhân 18-55 tuổi tại công ty Midori Apparel Việt Nam năm 2020. *Tạp chí Dinh dưỡng và thực phẩm*. 2021; 17(2):28-34.
7. Trương Thị Thùy Dương, Hoàng Phương Thảo và cộng sự. Thực trạng thừa cân, béo phì ở phụ nữ trong độ tuổi sinh đẻ 15-49 tại hai xã của huyện Định Hóa, tỉnh Thái Nguyên và một số yếu tố liên quan. *Tạp chí Y học cộng đồng*. 2025;66(3):214-220.
8. Nguyễn Lê Thanh Trúc, Lê Thị Thúy Nhi, Nguyễn Hoàng Linh, Lê Thị Trúc Phương. Tỷ lệ thừa cân, béo phì và các yếu tố liên quan ở phụ nữ từ 40-59 tuổi tại huyện Càng Long, tỉnh Trà Vinh năm 2017, *Luận văn Thạc sĩ Y tế Công cộng, Trường Đại học Y Dược Thành Phố Hồ Chí Minh*, năm 2017.
9. Susumu Hirabayashi, The interplay between obesity and cancer: A fly view, *Dis Model Mech*. 2016;9(9):917-926.