

Nghiên cứu gốc

RÀO CẢN VÀ YẾU TỐ THÚC ĐẨY TIÊU THỤ THỰC PHẨM CÓ NGUỒN GỐC ĐỘNG VẬT Ở CÁC HỘ GIA ĐÌNH DÂN TỘC THIỂU SỐ Ở MỘT TỈNH MIỀN NÚI PHÍA BẮC VIỆT NAM

Trần Thị Thu Trang[✉], Trương Tuyết Mai, Vương Thị Hồ Ngọc,
Ngô Thị Hà Phương, Trần Phương Loan

Viện Dinh dưỡng, Hà Nội

TÓM TẮT

Mục tiêu: Xác định các rào cản và yếu tố thúc đẩy tiêu thụ thực phẩm có nguồn gốc động vật (TPĐV) ở hộ gia đình dân tộc thiểu số miền núi phía Bắc Việt Nam.

Phương pháp: Nghiên cứu định tính được thực hiện từ tháng 6/2023 đến tháng 6/2024 tại 4 xã thuộc huyện Mai Sơn, tỉnh Sơn La. Tổng cộng có 8 cuộc thảo luận nhóm với 93 người tham gia và 35 cuộc phỏng vấn đầu mối thông tin với các bên liên quan cấp tỉnh, huyện và xã. Dữ liệu được phân tích theo chủ đề để xác định các rào cản và yếu tố thúc đẩy tiêu thụ TPĐV ở hộ gia đình.

Kết quả: Tiêu thụ TPĐV khác nhau theo nhóm tuổi, tình trạng sinh lý và đặc trưng văn hóa dân tộc. Trẻ nhỏ và phụ nữ có thai, bà mẹ cho con bú ưu tiên các thực phẩm giàu dinh dưỡng như thịt gà, cá, trứng, sữa; trong khi trẻ vị thành niên chịu ảnh hưởng mạnh của bạn bè và xu hướng tiêu dùng mới. Các rào cản chính đối với tiêu thụ TPĐV gồm: (i) giá cao và khả năng chi trả hạn chế; (ii) lo ngại về an toàn thực phẩm, nhất là sau các đợt dịch tả lợn châu Phi; (iii) chuẩn mực xã hội và tập quán kiêng khem, đặc biệt trong thai kỳ và hậu sản; (iv) nguồn cung hạn chế và khó khăn trong bảo quản; (v) hiểu biết dinh dưỡng còn hạn chế. Các yếu tố thúc đẩy được ghi nhận bao gồm: nhu cầu cải thiện dinh dưỡng cho phụ nữ và trẻ em, ưu tiên sản phẩm dễ chế biến và nuôi trồng, cùng với sự sẵn có của thực phẩm tại địa phương.

Kết luận: Tiêu thụ TPĐV ở hộ gia đình dân tộc thiểu số miền núi chịu ảnh hưởng bởi nhiều rào cản kinh tế, xã hội và văn hóa. Các biện pháp can thiệp cần tập trung vào truyền thông thay đổi hành vi, hỗ trợ kinh tế nhằm giảm chi phí chi trả, đồng thời nâng cao an toàn thực phẩm trong chuỗi cung ứng địa phương.

Từ khóa: thực phẩm có nguồn gốc động vật, dinh dưỡng, đa dạng khẩu phần, dân tộc thiểu số, miền núi, Sơn La.

BARRIERS AND FACILITATORS TO ANIMAL-SOURCE FOOD CONSUMPTION AMONG ETHNIC MINORITY HOUSEHOLDS IN A NORTHERN MOUNTAINOUS PROVINCE OF VIETNAM

ABSTRACT

Aims: To identify barriers and facilitators to the consumption of animal-source food (ASF) among ethnic minority households in the Northern mountainous region of Vietnam.

✉ Tác giả liên hệ: Trần Thị Thu Trang
Email: tranthutruang109@gmail.com
Doi: 10.56283/1859-0381/951

Nhận bài: 27/8/2025 Chính sửa: 15/9/2025
Chấp nhận đăng: 10/11/2025
Công bố online: 12/11/2025

Methods: This qualitative study was conducted from June 2023 to June 2024 in four communes of Mai Son district, Son La province. Data collection included eight focus group discussions with 93 participants and 35 key informant interviews with stakeholders at provincial, district, and commune levels. Thematic analysis was applied to identify barriers and facilitators to ASF consumption among ethnic minority households.

Results: ASF consumption varied by age, physiological status, and ethnic cultural practices. Young children and pregnant/lactating women were prioritized for nutrient-dense foods such as chicken, fish, eggs, and milk, whereas adolescents were strongly influenced by peers and emerging consumption trends. Major barriers to ASF consumption included: (i) high prices and limited affordability; (ii) concerns about food safety, particularly following African swine fever outbreaks; (iii) social norms and dietary taboos, especially during pregnancy and postpartum; (iv) limited supply and difficulties in storage; and (v) inadequate nutrition knowledge. Facilitators included the perceived need to improve nutrition for women and children, preference for easy-to-prepare and home-reared foods, and the availability of locally sourced products.

Conclusion: ASF consumption among ethnic minority households in mountainous areas is constrained by multiple economic, social, and cultural barriers. Interventions should prioritize behavior change communication, economic support to reduce household food expenditure, and improvements in food safety along local supply chains.

Keywords: animal-source foods, nutrition, dietary diversity, ethnic minorities, northern Vietnam, Son La.

I. ĐẶT VẤN ĐỀ

Mất an ninh lương thực và chất lượng khẩu phần tiếp tục là thách thức toàn cầu. Năm 2023, khoảng 733 triệu người rơi vào tình trạng thiếu ăn, trong khi một chế độ ăn lành mạnh vẫn vượt quá khả năng chi trả của nhiều hộ gia đình thu nhập thấp [1]. Các khuyến nghị dinh dưỡng hiện hành nhấn mạnh vai trò của khẩu phần đa dạng, trong đó thực phẩm có nguồn gốc động vật (TPĐV) là nguồn giàu protein chất lượng cao, sắt, kẽm, vitamin A, vitamin B₁₂..., đặc biệt có lợi đối với phụ nữ mang thai, bà mẹ cho con bú và trẻ nhỏ [2].

Tại Việt Nam, tình trạng “gánh nặng kép” dinh dưỡng vẫn hiện hữu, với sự khác biệt đáng kể về đa dạng khẩu phần và chất lượng bữa ăn giữa nhóm dân tộc thiểu số vùng núi và nhóm dân tộc Kinh [5–7]. Nhiều nghiên cứu cho thấy phụ nữ và trẻ em dân tộc thiểu số có tỷ lệ đạt đa dạng khẩu phần tối thiểu thấp hơn, đồng thời gặp nhiều rào cản trong tiếp cận TPĐV như giá thành cao, hạn chế về hạ tầng chợ và bảo quản thực phẩm, tập quán kiêng khem, cùng rủi ro liên quan đến an toàn thực phẩm [7–9].

Đặc điểm nổi bật ở cộng đồng dân tộc thiểu số miền núi phía Bắc là khẩu phần ăn chủ yếu là thực phẩm thực vật, trong khi TPĐV thường chỉ xuất hiện trong những dịp đặc biệt. Nghiên cứu tại đồng bằng sông Cửu Long đối với nhóm Khmer cho thấy đa số hộ có điểm đa dạng khẩu phần thấp, với mức tiêu thụ TPĐV hạn chế [2]. Tại miền núi phía Bắc, học sinh dân tộc ít khi ăn cá, tôm, sữa hằng tuần, làm gia tăng nguy cơ suy dinh dưỡng thể thấp còi hoặc gầy còm [7]. Các

khảo sát cũng cho thấy nhiều hộ dân tộc H'Mông, Dao có khẩu phần TPĐV rất thấp do thu nhập hạn chế, khó khăn trong vận chuyển, bảo quản và tiếp cận nguồn cung an toàn [7–9].

Trong bối cảnh đó, nghiên cứu này được thực hiện nhằm phân tích các rào cản và yếu tố thúc đẩy tiêu thụ TPĐV tại hộ gia đình dân tộc thiểu số miền núi phía Bắc Việt Nam, thông qua kết quả của nghiên cứu định tính triển khai tại huyện Mai Sơn, tỉnh Sơn La.

II. PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

2.1. Thiết kế nghiên cứu

Nghiên cứu định tính được thực hiện từ tháng 6/2023 đến tháng 6/2024. TLN được tổ chức với thành phần đa dạng để khai thác sự tương tác và khác biệt quan

điểm giữa các nhóm trong cộng đồng, qua đó làm rõ rào cản và yếu tố văn hóa - xã hội trong tiêu thụ TPĐV.

2.2. Địa điểm nghiên cứu

Nghiên cứu được thực hiện tại 4 xã thuộc huyện Mai Sơn, tỉnh Sơn La, bao gồm: Chiềng Lương, Chiềng Chung, Mường Bon và Hát Lót. Tiêu chí lựa chọn các xã gồm các khu vực nuôi đa dạng vật nuôi (bò, lợn, gà), sự hỗ trợ của chính quyền địa phương. Tỉnh Sơn La được

chọn do có tỷ lệ dân tộc thiểu số, hộ nghèo và tỷ lệ suy dinh dưỡng của trẻ dưới 5 tuổi còn cao, hệ thống chăn nuôi phát triển nhưng còn nhiều thách thức về hiệu quả, an toàn thực phẩm, môi trường và dinh dưỡng.

2.3. Đối tượng nghiên cứu

Đối tượng cho thảo luận nhóm là người dân tại địa bàn nghiên cứu thuộc 4 xã, cân bằng về giới. **Tiêu chuẩn lựa chọn** gồm: Tích cực, giao tiếp tốt; Sẵn sàng tham gia nghiên cứu và cung cấp thông tin; Đa dạng lứa tuổi (từ 18-69 tuổi); Đại diện cho các nhóm thu nhập khác nhau (nghèo, trung bình, giàu); Đại diện cho

Đối tượng cho phỏng vấn đầu mối thông tin là các đầu mối thông tin được lựa chọn là những người am hiểu tình hình địa phương, có vai trò trực tiếp và đại diện các lĩnh vực khác nhau liên quan đến hệ thống thực phẩm từ sản xuất, bán

tình trạng an ninh lương thực khác nhau; Đại diện cho các nhóm dân tộc trên địa bàn xã (dân tộc Thái, dân tộc Mông...). **Tiêu chuẩn loại trừ:** Đối tượng không thường xuyên ở nhà; Đối tượng có vấn đề với trí nhớ, không có khả năng giao tiếp; Các đối tượng nam, nữ trong cùng một hộ gia đình.

hàng đến tiêu thụ thực phẩm cũng như dinh dưỡng cộng đồng, đại diện các cấp quản lý nông nghiệp và y tế. **Tiêu chuẩn lựa chọn đối tượng phỏng vấn đầu mối thông tin:** Đủ tiêu chuẩn tham gia và đồng ý tham gia vào nghiên cứu.

2.4. Cỡ mẫu nghiên cứu

Cỡ mẫu cho thảo luận nhóm: Số lượng: Tổ chức 2 thảo luận nhóm/1 xã (1 nhóm nam và 1 nhóm nữ). Tổng cộng tiến hành 8 cuộc thảo luận nhóm tại 4 xã thuộc huyện Mai Sơn, Sơn La (Chiềng Chung, Chiềng Lương, Hát Lót, Mường Bon). Số người tham gia: từ 8 đến 12 người tham gia trong 1 cuộc thảo luận nhóm. Nghiên

2.5. Phương pháp chọn mẫu

Chọn mẫu có chủ đích dựa trên nội dung cần khảo sát. Việc lựa chọn đối tượng được thực hiện theo cách tiếp cận định tính, nhằm đảm bảo sự đa dạng về giới, độ tuổi, dân tộc và điều kiện kinh tế - xã hội. Danh sách các hộ gia đình và cá nhân tại mỗi xã được rà soát với sự hỗ trợ của cán bộ y tế xã, cán bộ nông nghiệp và đại diện hội phụ nữ để xác định nhóm phù hợp tiêu chí nghiên cứu. Sau đó, nhóm nghiên cứu tiến hành trao đổi, giải thích mục tiêu, nội dung và thời gian tham gia để đối tượng tự nguyện đồng ý.

Đối với thảo luận nhóm tập trung (TLN), các thành viên được tuyển chọn sao cho đại diện cho các nhóm đối tượng

cứu đã thực hiện trên 93 người tham gia thảo luận nhóm.

Cỡ mẫu cho phỏng vấn đầu mối thông tin: Thực hiện phỏng vấn đầu mối thông tin trên 35 cán bộ, trong đó 2 cán bộ ngành y tế, 1 cán bộ ngành nông nghiệp, 1 hoặc 2 lãnh đạo xã, 1 cán bộ hội phụ nữ, 3 đại diện hộ gia đình.

khác nhau trong cộng đồng (nam, nữ, phụ nữ mang thai, bà mẹ có con nhỏ, người cao tuổi, đại diện hội đoàn thể, người bán hàng thực phẩm...).

Đối với phỏng vấn đầu mối thông tin (KII), đối tượng được lựa chọn là những người có kiến thức chuyên môn hoặc kinh nghiệm thực tế trong lĩnh vực nông nghiệp, y tế, dinh dưỡng và an ninh lương thực tại địa phương, đảm bảo tính đại diện cho các cấp tỉnh, huyện và xã.

Việc chọn mẫu được tiến hành đến khi đạt độ bão hòa thông tin, tức là không xuất hiện thêm chủ đề mới trong các cuộc thảo luận hoặc phỏng vấn.

Bảng 1. Bảng tiêu chuẩn lựa chọn người tham gia thảo luận nhóm chia theo giới

1 Nhóm nam	1 Nhóm nữ
1 người chồng trong gia đình có vợ đang có thai	1 phụ nữ có thai
1 người có con ≤ 5 tuổi	1 phụ nữ có con nhỏ ≤ 5 tuổi
1 người có con lứa tuổi tiểu học	1 phụ nữ có con học tiểu học
1 người chồng trong gia đình có con tuổi vị thành niên từ 11 – 17 tuổi	1 phụ nữ có con lứa tuổi vị thành niên từ 11 – 17 tuổi
1 người lớn tuổi (trên 60 tuổi)	1 mẹ chồng
1 đại diện hội nông dân	1 đại diện hội phụ nữ
1 người lớn tuổi (trên 60 tuổi)	1 người lớn tuổi (từ 60 - 69 tuổi)
1 trưởng thôn	1 trưởng thôn
1 - 2 người bán hàng tại chợ (lợn/bò/gà)	2 người bán hàng tại chợ (lợn/bò/gà)

1 Nhóm nam	1 Nhóm nữ
2 người gia đình có sản xuất lương thực, thực phẩm tại nhà (nuôi lợn/bò/gà) (thuộc danh sách nông hộ của dự án)	2 người gia đình có sản xuất lương thực, thực phẩm tại nhà (nuôi lợn/bò/gà) (thuộc danh sách nông hộ của dự án)

Tổng cộng, nghiên cứu đã thực hiện 35 cuộc phỏng vấn đầu mỗi thông tin tại 4 xã nghiên cứu. Những người được chọn đều có hiểu biết về thực tiễn sản xuất, thu mua thực phẩm, tình trạng dinh dưỡng và an ninh lương thực tại địa bàn theo 3 cấp. Cấp tỉnh: Đại diện Trung tâm Kiểm soát bệnh tật tỉnh Sơn La; Chi cục Chăn nuôi thú y và Thủy sản tỉnh. Cấp huyện: Đại

2.6. Phương pháp thu thập thông tin

Thảo luận nhóm tập trung: 8 cuộc thảo luận nhóm tập trung được tổ chức tại 4 xã (mỗi xã 1 nhóm nam và 1 nhóm nữ) để thu thập thông tin về hệ thống thực phẩm địa phương, môi trường thực phẩm và các rào cản trong việc duy trì khẩu phần ăn đa dạng, đặc biệt với thực phẩm có nguồn gốc động vật. Trước đó, giai đoạn thử nghiệm phương pháp đã được thực hiện tại xã Hát Lót với 2 nhóm nam và nữ, mỗi nhóm gồm 5–6 người, thảo luận từ 2–3 giờ. Hướng dẫn thảo luận nhóm đã được điều chỉnh sau thử nghiệm. Trong các buổi thảo luận nhóm, nhóm nghiên cứu sử dụng thẻ ghi nhớ và giấy A0 để ghi ý kiến của người tham gia, đồng thời lập biên bản và ghi âm toàn bộ nội dung thảo luận nhằm đảm bảo tính đầy đủ và chính xác của dữ liệu thu thập được. Nội dung thảo luận nhóm tập trung 7 chủ đề chính: (1) Tiêu thụ thực phẩm; (2) Thực phẩm ưa thích và cấm kỵ với từng nhóm đối tượng cụ thể; (3) Nuôi dưỡng trẻ sơ sinh và trẻ nhỏ; (4) Mua/Tiếp nhận thực phẩm; (5) Kiến thức, thông tin và lựa chọn thực phẩm; (6) Vệ sinh và an toàn thực phẩm; (7) An ninh lương thực và các nhóm dễ bị tổn thương.

diện Trung tâm Y tế huyện Mai Sơn; Phòng Nông nghiệp huyện Mai Sơn. Cấp xã: Lãnh đạo UBND phụ trách nông nghiệp/y tế; cán bộ nông nghiệp hoặc hội nông dân; cán bộ chuyên trách dinh dưỡng tại Trạm Y tế; đại diện hội phụ nữ hoặc đoàn thanh niên; giáo viên mầm non; đại diện nông hộ; người bán hàng thịt lợn hoặc bò hoặc gà tại chợ.

Phỏng vấn đầu mỗi thông tin: 35 cuộc phỏng vấn đầu mỗi thông tin được thực hiện tại 4 xã. Các cuộc phỏng vấn đầu mỗi thông tin được thiết kế xoay quanh 7 chủ đề chính gồm: tiêu thụ thực phẩm, thói quen ăn uống, nuôi dưỡng trẻ nhỏ, mua và lựa chọn thực phẩm, vệ sinh an toàn, an ninh lương thực và chính sách địa phương. Tiến hành thử nghiệm phỏng vấn đầu mỗi thông tin với đại diện nông hộ, cán bộ y tế xã Hát Lót và cán bộ phòng nông nghiệp huyện Mai Sơn. Hướng dẫn phỏng vấn đã được điều chỉnh sau thử nghiệm và được xây dựng cho từng nhóm đối tượng như cán bộ y tế, nông nghiệp, hội nông dân, người bán hàng, nông hộ, trường mầm non và Chi cục chăn nuôi. Ở tuyến xã, nội dung tập trung vào tình hình thực tế về dinh dưỡng, nông nghiệp và đặc điểm văn hoá – xã hội, trong khi tuyến huyện và tỉnh chủ yếu khai thác vấn đề quản trị và chính sách. Nội dung phỏng vấn được điều chỉnh theo chuyên môn đối tượng và được ghi âm, ghi chép khi có sự đồng ý. Dữ liệu được thu thập có hệ thống nhằm hỗ trợ cho kết quả từ các cuộc thảo luận nhóm.

2.7. Xử lý và phân tích dữ liệu

Dữ liệu phỏng vấn đầu mỗi thông tin và thảo luận nhóm: dữ liệu sau khi thu thập được gỡ băng và xử lý bằng phương pháp mã hóa và phân tích theo chủ đề. Những ý kiến có giá trị được lựa chọn để trích dẫn và minh họa. Các kết quả từ thảo luận nhóm được mã hoá theo từng vấn đề

2.8. Các sai số, yếu tố nhiễu, cách khắc phục

Với phương pháp nghiên cứu định tính bao gồm thảo luận nhóm tập trung và phỏng vấn đầu mỗi thông tin, sai số thường gặp là sai lệch dữ liệu, gây hiểu lầm, thiên kiến mong muốn xã hội do việc lựa chọn người tham gia, hoặc cách đặt câu hỏi của người điều hành hoặc người phỏng vấn chưa chính xác có thể ảnh hưởng đến phản hồi của đối tượng và hướng đi của cuộc thảo luận, làm giảm tính xác thực của thông tin. Ngoài ra, với thảo luận nhóm, ảnh hưởng của một vài cá nhân nổi trội, hay đưa ra nhiều ý kiến có thể ảnh hưởng đến những người tham gia còn lại dẫn đến không khai thác được ý kiến của cả nhóm người.

Để khắc phục sai số, nhóm nghiên cứu đã lựa chọn người điều hành thảo luận nhóm và người chịu trách nhiệm phỏng vấn đầu mỗi thông tin là những nghiên cứu viên Viện Dinh dưỡng, đã có ít nhất 2 năm kinh nghiệm thực hiện các phương pháp nghiên cứu định tính trong lĩnh vực

và nhập vào bảng excel theo từng cuộc thảo luận nhóm khác nhau. Dữ liệu sau khi được làm sạch, được so sánh và tổng hợp giữa các nhóm. Các phân tích định tính sẽ do chuyên gia Viện Dinh dưỡng thực hiện và viết báo cáo kết quả nghiên cứu.

dinh dưỡng hoặc y tế công cộng. Việc lựa chọn người tham gia thảo luận nhóm và đầu mỗi thông tin cũng được tiến hành chặt chẽ dựa trên tiêu chuẩn lựa chọn và khuyến nghị của đầu mỗi triển khai hoạt động tại địa phương.

Tiến hành thử nghiệm thảo luận nhóm và phỏng vấn đầu mỗi thông tin để chỉnh sửa, hoàn thiện công cụ, điều chỉnh thời gian phù hợp với đặc điểm người tham gia.

Biên bản thảo luận nhóm và phiếu ghi chép phỏng vấn đầu mỗi thông tin được rà soát, hoàn thiện ngay trong ngày thu thập nhằm phát hiện những điểm còn thiếu cần hoàn thiện và đảm bảo tính chính xác, đầy đủ và độ tin cậy của nghiên cứu.

Ngoài ra, toàn bộ quy trình phỏng vấn tuân thủ nguyên tắc đạo đức nghiên cứu và đảm bảo bảo mật thông tin của người tham gia.

2.9. Đạo đức nghiên cứu

Nghiên cứu tuân thủ đúng các quy định đã được ghi trong Hồ sơ đánh giá khía cạnh đạo đức của đề tài được Hội đồng Đạo đức Viện Dinh dưỡng phê

duyet trước khi triển khai. Chứng nhận chấp thuận của Hội đồng đạo đức trong nghiên cứu Y sinh học cấp cơ sở số 931/QLKH-VDD, ngày 12/09/2023.

III. KẾT QUẢ

3.1. Đặc điểm chung về tiêu thụ thực phẩm nguồn gốc động vật

Tiêu thụ TPĐV giữa các hộ gia đình dân tộc thiểu số có sự khác biệt rõ theo nhóm tuổi, tình trạng sinh lý, giới tính và đặc trưng dân tộc. Trẻ nhỏ và phụ nữ mang thai, bà mẹ cho con bú thường được ưu tiên thực phẩm giàu dinh dưỡng như thịt gà, cá, trứng, sữa. Trong khi đó, thanh thiếu niên chịu ảnh hưởng của bạn bè và xu hướng tiêu dùng hiện đại. Người cao tuổi và người mắc bệnh mạn tính có xu hướng giảm tiêu thụ TPĐV, chuyển sang các thực phẩm mềm, dễ tiêu.

Kết quả thảo luận và phỏng vấn cho thấy hầu hết các hộ dân đều tiêu thụ thịt lợn, gà, cá thường xuyên do giá vừa phải, dễ chế biến, sẵn có tại địa phương. Các

loại thịt bò, trâu, dê, hải sản được đánh giá có giá thành cao, khó bảo quản và ít được sử dụng trong bữa ăn hàng ngày. Một số loại TPĐV chỉ xuất hiện vào dịp lễ, Tết hoặc sự kiện đặc biệt.

Phân tích dữ liệu từ 8 cuộc thảo luận nhóm tập trung với 93 người tham gia và 35 cuộc phỏng vấn đầu mối thông tin tại 4 xã thuộc huyện Mai Sơn, tỉnh Sơn La cho thấy việc tiêu thụ TPĐV chịu ảnh hưởng bởi nhiều yếu tố kinh tế, văn hóa, xã hội và cá nhân. Những món ăn được ưa chuộng và cảm kỳ về mặt văn hóa, dành cho các lứa tuổi và giới tính khác nhau tại 4 xã được trình bày trong [Bảng phụ lục 1](#).

3.2. Rào cản tiêu thụ thực phẩm động vật

Các rào cản chính được ghi nhận gồm năm nhóm yếu tố: (i) quan niệm văn hóa - xã hội, (ii) khả năng tiếp cận nguồn cung, (iii) giá cả và khả năng chi trả, (iv) sở thích và thói quen chế biến, (v) vai trò giới trong quyết định tiêu thụ thực phẩm.

Nhiều nhóm dân tộc có tập quán kiêng kỵ TPĐV theo giai đoạn sinh lý. Phụ nữ mang thai thường tránh các món được coi là “nóng” hoặc “độc” như nhãn, vải, thịt trâu, thịt chó, rau ngót, mướp đắng, cá tanh, thực phẩm sống vì sợ ảnh hưởng đến thai nhi. Bà mẹ sau sinh kiêng cá mè, cá chép, thịt bò, thực phẩm chua cay, rượu bia do sợ ảnh hưởng tới sữa và tiêu hóa của trẻ. Trẻ nhỏ thường được hạn chế ăn thịt bò hoặc cá vì lo hóc xương và khó tiêu.

Nguồn cung TPĐV tại địa phương còn hạn chế, đặc biệt ở vùng người Mông, nơi đường sá khó khăn và chợ xa. Các sản phẩm tươi như cá, thịt bò, thịt trâu ít được cung cấp thường xuyên, chủ yếu dựa vào

chăn nuôi tự cung tự cấp. Ngoài ra, giá TPĐV cao so với thu nhập là rào cản lớn nhất, khiến nhiều hộ dù có nhu cầu vẫn không đủ khả năng chi trả. Một số loại vật nuôi, dù tự nuôi được, vẫn ưu tiên bán lấy tiền thay vì dùng làm thực phẩm trong gia đình.

Thói quen và khẩu vị cũng ảnh hưởng đến hành vi tiêu thụ. Người dân thường ưa chuộng thịt lợn vì dễ chế biến, không gây ngán, trong khi thịt trâu, bò ít được dùng vì “khó ăn, dai, chế biến phức tạp”. Một số món truyền thống như lạp, gỏi cá, gỏi tôm (thực phẩm sống) được hạn chế do lo ngại an toàn thực phẩm.

Vai trò giới trong quyết định tiêu thụ cũng thể hiện rõ: phụ nữ là người trực tiếp mua và chế biến thực phẩm, trong khi nam giới giữ vai trò quyết định trong các dịp giết mổ hoặc chi tiêu lớn. Trẻ em và người già thường là nhóm được ưu tiên trong phân chia khẩu phần TPĐV.

Bảng 3. Các rào cản trong tiêu thụ thực phẩm theo thảo luận nhóm nữ xã Hát Lót

Yếu tố hạn chế	Yếu tố trung gian	Yếu tố thúc đẩy
Do khẩu vị tùy người. Do ăn nhiều quá nên chán (những thứ tự sản xuất được) Các loại gia súc không nuôi được do không có nhiều đất để xây chuồng trại.	Người dân địa phương không có thói quen và sở thích ăn thịt trâu bò	Khi tự sản xuất được thì không tốn tiền mua do vậy ăn loại thực phẩm đó nhiều hơn. Đối với gia cầm, gà dễ nuôi và thời gian chăm sóc ngắn nên nuôi nhiều

Bảng 4. Đặc điểm tiêu thụ TPĐV theo kết quả phỏng vấn đầu mỗi thông tin là người bán hàng TPĐV ở chợ

Đối tượng được phỏng vấn	Tiêu thụ loại thực phẩm có nguồn gốc từ vật nuôi	Được tiêu thụ nhiều bởi những đối tượng	Tiêu thụ thực phẩm có nguồn gốc vật nuôi có sự khác biệt giữa các thành viên trong gia đình
PV701, nam, 40 tuổi, bán thịt lợn, thịt bò	Ăn thịt lợn, gà nhiều nhất. Tại địa phương chỉ có mặt hàng đó, không đa dạng.	Đối tượng trung niên ăn nhiều hơn do đang ở độ tuổi lao động nên cần ăn nhiều.	Trẻ con sẽ ăn ít hơn vì nhu cầu trẻ ít hơn, hoặc do không thích ăn.
PV702, nữ, 24 tuổi, bán tạp hoá, trong đó có thịt lợn và thịt lợn nướng	Hay ăn lợn, gà, cá vì giá rẻ, vừa tầm người dân.	Trẻ em: thịt gà vì họ mua cho trẻ con thích, dễ ăn. Phụ nữ mang thai: thịt lợn, cá vì tốt cho sức khỏe. Người già: đậu phụ, rau vì người lớn tuổi thịt thì hay hạn chế, chủ yếu là ăn chay, răng yếu, tiêu hóa yếu hơn.	Trẻ được ưu tiên ăn thịt lợn, bò vì nhiều dinh dưỡng hơn rau. Người già ưu tiên rau vì nhu cầu ăn uống họ giảm, chán ăn, không muốn ăn.
PV703, nữ 46 tuổi, bán tạp hoá, trong đó có thịt lợn, thịt gà, bò	Hay ăn lợn, gà, vịt, ngan cá vì tự cung tự cấp, giá rẻ, vừa tầm người dân, nuôi cũng dễ.	Trẻ em: thịt lợn vì nó dễ chế biến, dễ ăn, ngon. Phụ nữ mang thai: thịt lợn, gà, cá vì họ tự cung tự cấp, giàu dinh dưỡng, biết giữ gìn và chăm sóc. trẻ từ lúc mang thai, lựa chọn hơn tốt cho thời kỳ mang thai. Người già: giống gia đình, có gì ăn nấy như lợn, gà, vịt.	Trẻ được ưu tiên theo sở thích của trẻ, trẻ muốn ăn gì là mua, mua thịt bò cho trẻ vì dinh dưỡng và trẻ thích. Người già thích ăn thịt luộc được ưu tiên theo sở thích của họ.

Kết quả thảo luận nhóm cho thấy đặc điểm tiêu thụ TPĐV đặc trưng theo nhóm đối tượng và dân tộc. Những loại thực phẩm có nguồn gốc động vật hay tiêu thụ:

Yếu tố thúc đẩy tiêu thụ thực phẩm động vật

Mặc dù tồn tại nhiều rào cản, một số yếu tố thuận lợi được ghi nhận. Người dân có nhận thức tích cực về giá trị dinh dưỡng của TPĐV đối với phụ nữ mang thai, bà mẹ cho con bú và trẻ nhỏ. Các thực phẩm như thịt gà, cá, trứng, sữa được xem là “tốt cho sức khỏe” và “giúp con phát triển”. Nhiều hộ cho biết đã thay đổi khẩu phần theo hướng đa dạng hơn so với 5 năm trước nhờ chợ nông thôn phát triển

“lợn, gà, cá vì giá rẻ, vừa tầm người dân”. [Bảng phụ lục 2](#) trình bày các thực phẩm hay tiêu thụ từ kết quả của phỏng vấn người bán hàng.

và việc tự chăn nuôi, nuôi thả nhỏ lẻ tại hộ gia đình.

Các cuộc thảo luận cho thấy xu hướng tăng tiêu thụ TPĐV tự sản xuất (gà, vịt, trứng, cá ao hồ) vì “an toàn, dễ nuôi, tiết kiệm chi phí”. Đồng thời, sự hỗ trợ của các chương trình dinh dưỡng, truyền thông y tế và can thiệp của hội phụ nữ tại địa phương cũng góp phần thúc đẩy nhận thức và thực hành dinh dưỡng đúng.

IV. BÀN LUẬN

Kết quả nghiên cứu cho thấy mức tiêu thụ thực phẩm có nguồn gốc động vật (TPĐV) của các hộ gia đình dân tộc thiểu số tại miền núi phía Bắc còn thấp, phản ánh tình trạng mất cân đối trong khẩu phần và những hạn chế trong tiếp cận nguồn thực phẩm giàu dinh dưỡng. Hành vi tiêu thụ TPĐV chịu ảnh hưởng đồng thời của các yếu tố kinh tế, xã hội, văn hóa và cá nhân. Trong đó, giá thành cao và khả năng chi trả hạn chế được xác định là rào cản quan trọng nhất, đặc biệt đối với các hộ nghèo và cận nghèo. Thực tế này phù hợp với các nghiên cứu quốc tế cho thấy TPĐV luôn nằm trong nhóm thực phẩm có chi phí cao nhất trong khẩu phần lành mạnh và khó tiếp cận đối với các hộ thu nhập thấp [6]. Bên cạnh đó, sự biến động giá theo mùa và khoảng cách địa lý giữa vùng sản xuất và khu dân cư miền núi khiến khả năng tiếp cận thực phẩm tươi sống càng bị thu hẹp.

Yếu tố văn hóa - xã hội và tập quán kiêng khem cũng đóng vai trò đáng kể trong việc định hình hành vi tiêu thụ

TPĐV. Nghiên cứu ghi nhận nhiều quan niệm truyền thống còn tồn tại, đặc biệt ở phụ nữ mang thai, bà mẹ sau sinh và trẻ nhỏ. Các thực phẩm như cá, trứng, thịt bò, hoặc thực phẩm có vị tanh thường bị loại bỏ khỏi khẩu phần do lo ngại về ảnh hưởng đến thai nhi hoặc sức khỏe của trẻ sơ sinh. Những kiêng kỵ này tuy xuất phát từ quan niệm dân gian nhưng lại làm giảm đáng kể sự đa dạng khẩu phần và khả năng cung cấp vi chất thiết yếu như sắt, kẽm, vitamin A và B12 — vốn chủ yếu có trong TPĐV [8,9,12,13]. Kết quả của nghiên cứu này phù hợp với các nghiên cứu trước tại Việt Nam và khu vực Đông Nam Á, cho thấy phụ nữ dân tộc thiểu số có xác suất đạt đa dạng khẩu phần tối thiểu thấp hơn và tiêu thụ TPĐV ít hơn so với phụ nữ người Kinh [5,7,11]. Điều này đặt ra yêu cầu cần có các can thiệp truyền thông thay đổi hành vi phù hợp với đặc điểm văn hóa của từng nhóm dân tộc.

Sự hạn chế của nguồn cung và hạ tầng thị trường là một yếu tố cản trở đáng kể khác. Các khu vực nghiên cứu có đặc

điểm địa hình đồi núi, giao thông khó khăn, khiến thực phẩm tươi khó vận chuyển và bảo quản. Việc thiếu cơ sở hạ tầng bảo quản lạnh và chợ đầu mối nông sản dẫn đến nguồn cung TPĐV không ổn định, đặc biệt là thịt bò, trâu và cá tươi. Nhiều hộ phải dựa vào hình thức tự cung tự cấp với quy mô nhỏ lẻ, nuôi gà, vịt, cá ao hộ hoặc lợn phục vụ tiêu dùng gia đình. Tuy nhiên, hình thức này không đủ đáp ứng nhu cầu dinh dưỡng và dễ bị ảnh hưởng bởi dịch bệnh vật nuôi hoặc biến động mùa vụ.

Ngoài ra, chuẩn mực xã hội và vai trò giới trong quyết định tiêu thụ thực phẩm cũng ảnh hưởng đến hành vi dinh dưỡng. Phụ nữ là người đảm nhiệm việc mua sắm, chế biến thực phẩm và thường ưu tiên nhu cầu của người già, trẻ nhỏ trước bản thân, dẫn đến nguy cơ thiếu hụt dinh dưỡng ở chính họ. Nam giới thường là người quyết định giết mổ và chi tiêu lớn, trong khi phụ nữ có vai trò quyết định khẩu phần hàng ngày. Mô hình này tương tự với kết quả của các nghiên cứu tại Nepal, Bangladesh và Lào, nơi hành vi ăn uống trong hộ gia đình chịu ảnh hưởng mạnh từ cấu trúc giới và quyền ra quyết định của nam giới [2, 7].

Bên cạnh các rào cản, nghiên cứu cũng cho thấy nhiều yếu tố thuận lợi đang dần hình thành. Nhận thức dinh dưỡng của người dân đã được cải thiện, đặc biệt sau các chương trình truyền thông và can thiệp dinh dưỡng của ngành y tế và các tổ chức địa phương. Nhiều hộ đã chủ động bổ sung trứng, thịt gà, cá nhỏ và sữa vào khẩu phần cho phụ nữ và trẻ em. Sự phát triển của các chợ nông thôn và phong trào chăn nuôi hộ gia đình cũng góp phần tăng tính sẵn có và giảm chi phí TPĐV. Việc ưa chuộng sản phẩm “tự sản xuất - an toàn” cho thấy xu hướng tiêu dùng tích

cực, hướng tới thực phẩm sạch và dinh dưỡng hơn.

Về khía cạnh can thiệp, kết quả nghiên cứu gợi ý rằng việc tăng cường tiêu thụ TPĐV cần được triển khai song song trên ba trụ cột: (1) truyền thông thay đổi hành vi, nhằm nâng cao hiểu biết và điều chỉnh quan niệm kiêng khem không phù hợp; (2) hỗ trợ kinh tế và kỹ thuật cho hộ nghèo, thông qua các mô hình chăn nuôi quy mô nhỏ, giảm chi phí đầu vào; và (3) tăng cường an toàn thực phẩm, bao gồm giám sát dịch bệnh vật nuôi, cải thiện điều kiện bảo quản và kiểm soát chất lượng thực phẩm tại chợ địa phương [2, 6, 10]. Đặc biệt, các thông điệp truyền thông nên được xây dựng theo hướng “đồng thuận văn hóa”, tôn trọng phong tục địa phương nhưng vẫn lồng ghép giá trị khoa học, giúp cộng đồng dễ tiếp nhận và duy trì hành vi lành mạnh.

Về mặt thực hành, cần chú trọng các hoạt động can thiệp nhắm đến phụ nữ mang thai, bà mẹ cho con bú và trẻ nhỏ – những nhóm có nhu cầu cao về vi chất dinh dưỡng. Việc khuyến khích tiêu thụ các TPĐV dễ tiếp cận, giá thành thấp như trứng, cá nhỏ, thịt gà, cùng với hướng dẫn chế biến an toàn, phù hợp khẩu vị địa phương sẽ giúp cải thiện đa dạng khẩu phần và tình trạng dinh dưỡng. Song song đó, chính quyền địa phương có thể khuyến khích hình thành mô hình “chuỗi cung ứng thực phẩm an toàn quy mô nhỏ”, kết nối giữa nông hộ, chợ và người tiêu dùng trong vùng.

Tổng hợp các kết quả cho thấy, việc cải thiện tiêu thụ TPĐV ở vùng dân tộc thiểu số không chỉ là vấn đề dinh dưỡng, mà còn liên quan chặt chẽ đến phát triển kinh tế hộ gia đình, bình đẳng giới và bảo tồn văn hóa. Do đó, các chương trình can thiệp cần được thiết kế liên ngành – kết hợp giữa y tế, nông nghiệp và chính

quyền địa phương – nhằm tạo ra tác động bền vững đối với an ninh dinh dưỡng của cộng đồng miền núi.

Nghiên cứu có một số hạn chế do sử dụng phương pháp định tính nên kết quả không mang tính đại diện toàn vùng; tuy nhiên, kết quả phản ánh rõ ràng đặc điểm văn hóa - xã hội đặc trưng của cộng đồng dân tộc miền núi, cung cấp bằng chứng

thực tiễn hữu ích cho xây dựng chính sách dinh dưỡng vùng khó khăn. Các nghiên cứu tiếp theo nên lượng hóa mức tiêu thụ TPĐV và thử nghiệm mô hình can thiệp kết hợp giữa truyền thông – hỗ trợ kinh tế – nâng cao an toàn thực phẩm, nhằm đánh giá hiệu quả bền vững theo mùa vụ và nhóm dân tộc.

V. KẾT LUẬN

Nghiên cứu tại huyện Mai Sơn, tỉnh Sơn La cho thấy việc tiêu thụ thực phẩm có nguồn gốc động vật (TPĐV) ở hộ gia đình dân tộc thiểu số miền núi vẫn còn hạn chế, chủ yếu do rào cản về giá cả thực phẩm, lo ngại an toàn thực phẩm, ảnh hưởng dịch bệnh, cùng với các chuẩn mực xã hội và tập quán kiêng kỵ. Tuy nhiên, một số yếu tố thúc đẩy đã được ghi nhận như nhu cầu cải thiện dinh dưỡng cho phụ nữ và trẻ em, sự sẵn có của nguồn thực phẩm địa phương và ưu tiên sản phẩm dễ

chế biến. Các kết quả này gợi ý sự cần thiết của các giải pháp can thiệp nhằm giảm rào cản kinh tế, nâng cao an toàn thực phẩm và thúc đẩy thay đổi hành vi dinh dưỡng trong cộng đồng dân tộc thiểu số miền núi. Kết quả nghiên cứu cho thấy nhu cầu cần xây dựng chính sách và chương trình can thiệp dinh dưỡng phù hợp với điều kiện miền núi, góp phần giảm bất bình đẳng dinh dưỡng giữa các nhóm dân cư.

Tài liệu tham khảo

1. FAO, IFAD, UNICEF, WFP, WHO. The State of Food Security and Nutrition in the World 2023. Rome: FAO; 2023.
2. WHO, FAO. Dietary guidelines for health and nutrition. Geneva: WHO; 2020.
3. FAO, FHI 360. Minimum dietary diversity for women: A guide to measurement. Rome: FAO; 2016.
4. FAO, USAID. Indicators for assessing infant and young child feeding practices. Geneva: WHO; 2021.
5. General Statistics Office (GSO), UNICEF. Nutritional status of women and children in Vietnam. Hanoi: GSO; 2021.
6. Headey D, Alderman H. The relative price of healthy and unhealthy foods in 177 countries. *J Nutr*. 2019;149(7):1295–302.
7. Nguyen PH, et al. Nutritional disparities among ethnic minority groups in Vietnam. *BMC Public Health*. 2019;19:1344.
8. Tran TH, et al. Food taboos and dietary practices among pregnant women in Vietnam. *Matern Child Nutr*. 2017;13(4):e12445.
9. Allen LH. Animal source foods to improve micronutrient nutrition and human function in developing countries. *J Nutr*. 2003;133(11 Suppl 2):3875S–8S.
10. OIE. African swine fever: global situation update. Paris: World Organisation for Animal Health; 2021.
11. UNICEF Vietnam. Ethnic disparities in nutrition and child health outcomes in Vietnam. Hanoi: UNICEF; 2020.
12. Hien VT, Hoa NN. Food avoidance during pregnancy and postpartum practices in Vietnam. *Asia Pac J Clin Nutr*. 2009;18(1):106–111.
13. Dror DK, Allen LH. The importance of milk and other animal-source foods for children in low-income countries. *Food Nutr Bull*. 2011;32(3):227–243.