



BỨC TRANH DINH DƯỠNG VIỆT NAM VẪN CẦN ĐƯỢC TÔ SÁNG

Ngọc Linh

Kết quả Tổng điều tra Dinh dưỡng toàn quốc 2019-2020 được Bộ Y tế công bố vào tháng 4/2021 đã cho thấy nhiều mảng màu tươi sáng trong bức tranh Dinh dưỡng Việt Nam giai đoạn 2011-2020. Tuy nhiên bên cạnh nhiều thành tựu đạt được một số thách thức còn tồn tại.

Mức tiêu thụ rau, thịt chưa cân đối

Năng lượng trung bình trong khẩu phần đạt 2023kcal/người/ngày, tăng nhẹ so với mức năng lượng 1925kcal/người/ngày của năm 2010. Cơ cấu sinh năng lượng từ Protein, lipid, và Glucid trong năm 2020 là: 15,8%: 20,2%: 64,0% (so với tổng năng lượng ăn vào). Cơ cấu này được coi là cân đối theo khuyến nghị cho người Việt Nam (2016).

Trong giai đoạn 2010-2020, mức ăn rau quả của người dân đã tăng bình quân đầu người từ 190,4g rau/người/ngày và 60,9g

Tổng điều tra Dinh dưỡng toàn quốc được tiến hành thường kỳ 10 năm một lần. Năm 2020, Tổng điều tra Dinh dưỡng được tiến hành với quy mô lớn nhất từ trước đến nay ở phạm vi quốc gia với sự tham gia của 22.400 hộ gia đình tại 25 tỉnh thành phố đại diện cho 6 vùng sinh thái, thực hiện thu thập đồng thời các chỉ số về nhân trắc, vi chất dinh dưỡng, khẩu phần ăn cá thể, cũng như thông tin về an ninh lương thực và an toàn vệ sinh thực phẩm. Đây là cuộc điều tra có ý nghĩa vô cùng quan trọng trong việc đánh giá các Mục tiêu của Chiến lược Quốc gia về Dinh dưỡng, giai đoạn 2011-2020 và là cơ sở khoa học nhằm phục vụ cho việc soạn thảo Chiến lược quốc gia về dinh dưỡng trong giai đoạn tiếp theo.

quả chín/người/ngày lên thành 231,0g rau/người/ngày và 140,7g quả chín/người/ngày. Tuy nhiên, mức tiêu thụ rau quả này mới chỉ đạt khoảng 66,4% - 77,4% so với nhu cầu khuyến nghị của Tháp Dinh dưỡng cho người trưởng thành. Mức tiêu thụ thịt cũng có xu hướng tăng nhanh, từ 84,0g/người/ngày (là mức tiêu thụ thịt

bình quân trên toàn quốc vào năm 2010) lên 136,4g/người/ngày (năm 2020); riêng khu vực thành phố tiêu thụ cao hơn và đạt mức 155,3g/người/ngày trong năm 2020. Ngược lại, mức tiêu thụ gạo có xu hướng giảm. Đáng chú ý là tại các trường học ở thành phố có xu hướng tăng tiêu thụ các loại nước ngọt và thức ăn nhanh, chế biến

sẵn. Những con số này khuyến cáo người Việt cần hình thành thói quen ăn uống lành mạnh hơn với khẩu phần ăn hợp lý.

Tỷ lệ suy dinh dưỡng thấp còi ở trẻ em dưới 5 tuổi đã đạt mức trung bình

Theo kết quả Tổng điều tra Dinh dưỡng toàn quốc năm 2019 của Bộ Y tế, tỷ lệ suy dinh dưỡng thể thấp còi (chiều cao/tuổi) ở trẻ em dưới 5 tuổi trên toàn quốc đạt 19,6%. Với con số 19,6%, lần đầu tiên Việt Nam có tỷ lệ trẻ em dưới 5 tuổi suy dinh dưỡng thấp còi xuống dưới 20% và được xếp vào mức trung bình theo phân loại của Tổ chức Y tế thế giới. Kết quả này giúp Việt Nam trên đà đạt được Mục tiêu Dinh dưỡng toàn cầu (giảm 40% suy dinh dưỡng thấp còi trẻ em đến năm 2025). Mặc dù vậy, hiện vẫn còn sự chênh lệch giữa các vùng, miền về tỷ lệ suy dinh dưỡng thấp còi, ở các vùng nông thôn và miền núi tỷ lệ này còn ở mức cao.

Dinh dưỡng trẻ em tuổi học đường cảnh báo tình trạng béo phì

Năm 2020, tỷ lệ suy dinh dưỡng thấp còi ở trẻ em tuổi học đường (5 - 19 tuổi) còn 14,8%, thấp hơn nhiều so với tỷ lệ 23,4% của năm 2010. Điều đáng lưu ý là tỷ lệ thừa cân, béo phì tăng từ 8,5% năm 2010 lên 19,0% năm 2020, trong đó tỷ lệ thừa cân béo phì khu vực thành thị là 26,8%, nông thôn là 18,3% và miền núi là 6,9%.

Chiều cao thanh niên Việt Nam cải thiện đáng kể

Kết quả Tổng điều tra Dinh dưỡng toàn quốc năm 2019 cho thấy đã có sự thay đổi mạnh về chiều cao của thanh niên Việt Nam. Cụ thể, chiều cao trung bình của nam thanh niên (18 tuổi) Việt Nam năm 2020 đạt 168,1cm, tăng 3,7cm so với năm 2010 (164,4cm),

chiều cao ở nhóm thanh niên nữ 18 tuổi năm 2020 đạt 156,2cm, tăng 2,6 cm so với 10 năm trước. Kết quả này giúp Việt Nam tăng 2 bậc và vươn lên đứng thứ 4 trong bảng xếp hạng chiều cao khu vực Đông Nam Á, xếp sau Singapore (nam cao 171 cm, nữ cao 160 cm), Thái Lan (nam cao 170,3 cm, nữ cao 159 cm), Malaysia (nam cao 168,4 cm, nữ cao 157,7 cm). Đây là bước bật nhảy lớn, cho thấy những nỗ lực trong vấn đề cải thiện dinh dưỡng của người Việt.

Theo phân tích của các chuyên gia dinh dưỡng, mức tăng chiều cao của thanh niên Việt Nam đạt được trong năm 2020 không phải là thành tích trong ngắn hạn mà là kết quả của việc tích cực triển khai nhiều biện pháp can thiệp trong 2 thập kỷ qua, đặc biệt nhờ chăm sóc 1.000 ngày đầu đời giảm suy dinh dưỡng thấp còi, chương trình phòng chống suy dinh dưỡng trẻ em được triển khai từ năm 1998, chương trình bổ sung vitamin A, phòng chống thiếu máu cho phụ nữ mang thai, dinh dưỡng học đường...

Tình trạng thiếu vi chất dinh dưỡng được cải thiện rõ rệt

Trong 10 năm qua, tình trạng thiếu vi chất dinh dưỡng ở Việt Nam đã được cải thiện rõ rệt. Tỷ lệ thiếu vitamin A tiền lâm sàng và thiếu máu đã ở mức nhẹ về ý nghĩa sức khỏe cộng đồng (riêng phụ nữ có thai tỷ lệ thiếu máu ở mức trung bình). Giảm tỷ lệ thiếu vitamin A tiền lâm sàng ở trẻ em 6-59 tháng (2010 - 2020). Mặc dù vậy, tình trạng thiếu kẽm vẫn còn cao, nhất là ở đối tượng có nguy cơ cao (trẻ em; bà mẹ...).

Về thiếu kẽm, trên toàn quốc, tỷ lệ thiếu kẽm ở trẻ em 6-59 tháng tuổi giảm xuống 58,0%, ở phụ nữ có thai giảm xuống 63,5% mặc dù vậy vẫn ở mức ý nghĩa sức khỏe

cộng đồng nặng theo đánh giá của Tổ chức Y tế thế giới (WHO). Tỷ lệ này vẫn còn rất cao đối với trẻ em 6-59 tháng tuổi ở miền núi phía Bắc (67,7%) và Tây Nguyên (66,6%) và còn cao hơn đối tượng phụ nữ có thai ở miền núi phía Bắc (81,9%) và Tây Nguyên (63,9%). Đặc biệt ở khu vực thành phố, trong 5 năm qua (2015-2020) có tỷ lệ thiếu kẽm ở trẻ em 6-59 tháng tuổi ở mức nặng về ý nghĩa sức khỏe cộng đồng (49,6%) và hầu như không cải thiện. Điều này cho thấy, tỷ lệ thiếu vi chất dinh dưỡng mức nặng về ý nghĩa sức khỏe cộng đồng có thể giảm xuống song song với mức cải thiện điều kiện kinh tế xã hội (khu vực miền núi và Tây Nguyên), nhưng nếu không có các can thiệp đặc hiệu thì khó có thể giảm tiếp xuống mức trung bình về ý nghĩa sức khỏe cộng đồng (như ví dụ ở khu vực thành thị).

Về thiếu Vitamin A: Tỷ lệ thiếu vitamin A tiền lâm sàng ở nhóm trẻ 6-59 tháng tuổi trên cả nước giảm xuống ở mức ý nghĩa cộng đồng nhẹ với 9,5%. Tỷ lệ này vẫn cao nhất ở khu vực Miền núi phía Bắc (13,8%) và Tây nguyên (11,0%). Tỷ lệ thiếu vitamin A tiền lâm sàng trẻ em 5-9 tuổi (4,9%) ở mức nhẹ về ý nghĩa sức khỏe cộng đồng theo đánh giá của WHO. Mặc dù chương trình can thiệp uống viên nang vitamin A liều cao đã được triển khai nhiều thập kỷ qua nhưng tỷ lệ thiếu vitamin A tiền lâm sàng ở trẻ em 6-59 tháng tuổi vẫn còn ở mức nhẹ và giảm chậm trong những năm gần đây. Điều này cho thấy cần có can thiệp hỗ trợ mang tính trung hạn và dài hạn để duy trì thành tích đã đạt được và thanh toán tình trạng thiếu vitamin A tiền lâm sàng. Tỷ lệ thiếu vitamin A tiền lâm sàng ở trẻ em có thể nặng thêm nếu dùng



hoàn toàn chương trình uống vitamin A liều cao trên toàn quốc

Về thiếu máu: Tỷ lệ thiếu máu ở nhóm trẻ 6-59 tháng trên cả nước giảm xuống ở mức ý nghĩa cộng đồng nhẹ 19,6%, tỷ lệ này vẫn cao nhất ở miền núi phía bắc (23,4%) và Tây nguyên (26,3%); Tỷ lệ thiếu máu ở trẻ em 5-9 tuổi (9,2%); ở trẻ em 10-14 tuổi (8,4%), đều ở mức có ý nghĩa sức khỏe cộng đồng nhẹ theo đánh giá của Tổ chức Y tế Thế giới.

Tỷ lệ bú sữa mẹ hoàn toàn trong 6 tháng đầu tăng lên

Trong 10 năm qua, Việt Nam đã có sự cải thiện đáng kể về tỷ lệ trẻ bú sữa mẹ hoàn toàn trong 6 tháng đầu đời, tăng từ 19,6% (năm 2010) lên 45,4% (năm 2020); trong đó ở khu vực thành thị tỷ lệ này là 55,7%, nông thôn là 40,3% và nông thôn miền núi là 42,7%.

Kiến thức, thực hành về an toàn thực phẩm được tăng cường

Tỷ lệ người dân có hiểu biết và thực hành đúng về an toàn thực phẩm có cải thiện rõ rệt: 35,8% số người trả lời có kiến thức tốt; 55,6% có kiến thức trung bình và chỉ 8,6% có kiến thức kém. Về xử lý ngộ độc thực phẩm: 78,0%

số người trả lời lựa chọn đưa người bệnh đến cơ sở y tế để điều trị so với 44,9% năm 2010; tỷ lệ người dân được tiếp cận với nguồn thông tin chính thống về ATTP cũng tăng gấp hai lần so với điều tra năm 2010.

Đánh giá về kết quả thực hiện Chiến lược quốc gia dinh dưỡng giai đoạn 2011-2020, theo Bộ Y tế, Việt Nam đã cơ bản đạt được các mục tiêu về giảm tình trạng thiếu dinh dưỡng bà mẹ trẻ em, tuy nhiên vẫn còn nhiều chỉ tiêu chưa đạt được. Đó là các chỉ tiêu liên quan đến cải thiện tình trạng thiếu vi chất dinh dưỡng, khống chế thừa cân béo phì ở người trưởng thành và một số chỉ tiêu liên quan đến nâng cao năng lực thực hiện Chiến lược. Bên cạnh đó, còn tồn tại một khoảng cách đáng kể về tỷ lệ suy dinh dưỡng đạt được giữa các địa phương, đặc biệt là tại các tỉnh miền núi tình trạng suy dinh dưỡng vẫn là gánh nặng lớn dù tỷ lệ suy sinh dưỡng ở trẻ em nói chung đã giảm. Tỷ lệ trẻ em dưới 5 tuổi suy dinh dưỡng thể thấp còi ở một số tỉnh còn khá cao: Hà Giang 31,7%, Cao Bằng 30,4%, Kon Tum 33,4%, Gia Lai 32%,...

Trong khi đó, trường đại diện Quỹ Nhi đồng Liên hợp quốc (UNICEF) kiêm quyền Trưởng đại diện Tổ chức Nông lương Liên hợp quốc (FAO) tại Việt Nam nhận định, Việt Nam đối mặt với gánh nặng gấp ba về dinh dưỡng gồm suy dinh dưỡng thấp còi, thừa cân béo phì và thiếu vi chất dinh dưỡng.

Với các kết quả của Tổng điều tra dinh dưỡng năm 2020 được công bố, Việt Nam sẽ có những định hướng để xây dựng Chiến lược can thiệp dinh dưỡng cho giai đoạn mới, như: Tăng cường đầu tư cho các can thiệp dinh dưỡng thiết yếu trong 1.000 ngày vàng; Có những nỗ lực nhằm giải quyết tình trạng thừa cân và béo phì đang gia tăng nhanh chóng ở trẻ em, thanh thiếu niên và người lớn; Đầu tư chiến lược và cơ cấu lại hệ thống là cần thiết để đạt được sự công bằng hơn cho các nhóm dân tộc thiểu số và khu vực miền núi. Đồng thời, cần có các mục tiêu cải thiện dinh dưỡng riêng cho các nhóm dân tộc thiểu số và các vùng khó khăn; Chuyển dinh dưỡng từ việc được coi là vấn đề y tế sang cam kết và tham gia đa ngành để giải quyết các nguyên nhân cơ bản của các dạng suy dinh dưỡng khác nhau. Bên cạnh đó, kết quả cũng giúp xác định các điểm ưu tiên, thiết kế các can thiệp, lập ngân sách cho việc thực hiện ở cấp trung ương và cấp tỉnh, các khu vực miền núi phía Bắc và Tây Nguyên cũng như vùng dân tộc thiểu số cần được ưu tiên quan tâm đầu tư.

Hy vọng rằng, thời gian tới, khi chiến lược quốc gia về dinh dưỡng mới được phê duyệt, các tỉnh, thành phố sẽ lên kế hoạch hành động riêng phù hợp với điều kiện, đặc điểm từng địa phương để giải quyết hiệu quả các vấn đề quan ngại trên./.