

DOI: 10.58490/ctump.2025i83.3298

TÌNH TRẠNG THỪA CÂN, BÉO PHÌ VÀ MỘT SỐ YẾU TỐ LIÊN QUAN TRÊN SINH VIÊN Y KHOA NĂM NHẤT ĐẾN NĂM TƯ HỆ CHÍNH QUY TRƯỜNG ĐẠI HỌC Y DƯỢC CẦN THƠ NĂM HỌC 2023-2024

Lê Phước Nguyên^{1}, Nguyễn Văn Minh¹, Dương Hoàng Thành¹,
Phan Thị Loan¹, Thái Thị Ngọc Thúy¹, Tăng Hà Mai Anh¹,
Huỳnh Khánh Vân¹, Lê Phước Sáu¹, Phan Ngọc Mai²*

1. Trường Đại học Y Dược Cần Thơ

2. Trường Đại học Kỹ thuật-Công nghệ Cần Thơ

*Email: lephuocnguyenYC48@gmail.com

Ngày nhận bài: 28/12/2024

Ngày phản biện: 19/01/2025

Ngày duyệt đăng: 25/01/2025

TÓM TẮT

Đặt vấn đề: Thừa cân, béo phì là nguy cơ đứng thứ 6 về số trường hợp tử vong trên toàn cầu với ít nhất 5 triệu người tử vong do hậu quả của nó. Theo Tổ chức Y tế Thế giới thừa cân, béo phì giống như “dịch bệnh” vì tốc độ người gặp vấn đề này tăng nhanh và tăng với số lượng lớn. Đáng báo động hơn khi tỷ lệ thừa cân, béo phì ở lứa tuổi học sinh, sinh viên đang tăng dần theo từng năm. **Mục tiêu nghiên cứu:** Xác định tỷ lệ thừa cân, béo phì và một số yếu tố liên quan đến thừa cân, béo phì trên sinh viên Y khoa năm nhất đến năm tư hệ chính quy tại Trường Đại học Y Dược Cần Thơ. **Đối tượng và phương pháp nghiên cứu:** Nghiên cứu cắt ngang có phân tích được tiến hành trên 450 sinh viên Y khoa năm nhất đến năm tư hệ chính quy năm học 2023-2024 tại Trường Đại học Y Dược Cần Thơ. **Kết quả:** Tỷ lệ thừa cân, béo phì ở sinh viên chiếm 26,2%, trong đó thừa cân 12,2%, béo phì 14%. Tỷ lệ thừa cân, béo phì ở sinh viên nam (16,4%) cao hơn sinh viên nữ (9,8%). Các yếu tố liên quan đến thừa cân béo phì của sinh viên: giới tính, nơi ở, thời gian ngủ, thời gian hoạt động thể lực trong ngày, kiến thức chung về tình trạng dinh dưỡng. **Kết luận:** Tỷ lệ sinh viên thừa cân, béo phì trong quần thể nghiên cứu tương đối cao. Cần chú ý đến một số yếu tố liên quan: thời gian ngủ, thời gian hoạt động thể lực, kiến thức chung về thừa cân, béo phì.

Từ khóa: Thừa cân, béo phì, sinh viên, BMI.

ABSTRACT

OVERWEIGHT AND OBESITY AND THEIR ASSOCIATED FACTORS AMONG FIRST- TO FOURTH-YEAR FULL-TIME MEDICAL STUDENTS AT CAN THO UNIVERSITY OF MEDICINE AND PHARMACY, ACADEMIC YEAR 2023-2024

Le Phuoc Nguyen^{1}, Nguyen Van Minh¹, Duong Hoang Thanh¹,
Phan Thi Loan¹, Thai Thi Ngoc Thuy¹, Tang Ha Mai Anh¹,
Huynh Khanh Van¹, Le Phuoc Sau¹, Phan Ngoc Mai²,*

1. Can Tho University of Medicine and Pharmacy

2. Can Tho University of Technology

Background: Overweight and obesity are the sixth leading cause of death globally, with at least 5 million deaths attributable to their effects. The World Health Organization (WHO) describes overweight and obesity as an "epidemic" because their prevalence is increasing rapidly. More alarmingly, the prevalence of overweight and obesity among school-age children and university students has been increasing annually. **Objectives:** To determine the prevalence of overweight and obesity and identify associated factors among first- to fourth-year regular medical students at Can

Tho University of Medicine and Pharmacy. **Materials and methods:** A cross-sectional analytical study was conducted among 450 first- to fourth-year regular medical students during the 2023-2024 academic year at Can Tho University of Medicine and Pharmacy. **Results:** The prevalence of overweight and obesity among students was 26.2%, with 12.2% and 14% classified as overweight and obese, respectively. The prevalence was higher in male students (16.4%) than in female students (9.8%). Factors associated with overweight and obesity among students gender, place of residence, sleep duration, daily physical activity, and awareness of overweight and obesity. **Conclusions:** The prevalence of overweight and obesity in the study population is relatively high. Attention should be given to several associated factors, including sleep duration, physical activity, and awareness of overweight and obesity.

Keywords: Overweight, Obesity, Students, BMI.

I. ĐẶT VẤN ĐỀ

Theo thống kê của Tổ chức y tế Thế giới, năm 2016 có hơn 1 tỷ người trưởng thành mắc thừa cân, béo phì và tăng lên với hơn 2,5 tỷ người vào năm 2022 [1]. Thừa cân béo phì là yếu tố nguy cơ của nhiều bệnh lý và vấn đề sức khỏe, có rất nhiều yếu tố liên quan đến thừa cân, béo phì, đặc biệt là thói quen ăn uống và lối sống sinh hoạt [2].

Ở Việt Nam, điều tra mới nhất của Viện Dinh dưỡng cho thấy tình trạng thừa cân, béo phì ở người Việt Nam đang tăng nhanh, trong đó tỷ lệ béo phì ở người trưởng thành, từ 25-64 tuổi chiếm 16,8%, các nhà nghiên cứu cho biết 40% nam giới và 30% nữ giới bị thừa cân, còn 24% nam giới và 27% nữ giới bị béo phì. Tỷ lệ thừa cân, béo phì của Việt Nam thấp hơn so với các nước cùng khu vực như Malaysia, Thái Lan nhưng lại có tốc độ gia tăng hàng năm cao ở mức 125%, so với mức 40% của chung khu vực Đông Nam Á. Tỷ lệ thừa cân, béo phì ở sinh viên đang có xu hướng tăng lên rõ rệt, cụ thể theo nghiên cứu của Lê Hữu Việt (2018) tỷ lệ thừa cân, béo phì ở sinh viên Trường Đại học Y Dược Cần Thơ là 17,2%, Nguyễn Lê Ánh Hồng (2021) tỷ lệ thừa cân, béo phì ở sinh viên khoa Y tế công cộng Trường Đại học Y Dược Cần Thơ là 20% [3]. Nghiên cứu của Phạm Thị Phương Thảo và cộng sự (2024) trên sinh viên Đại học Y Dược Thành phố Hồ Chí Minh chỉ ra 41,7% sinh viên có tình trạng thừa cân, béo phì; trong đó 23,4% thừa cân và 18,3% béo phì [4].

Xuất phát từ những vấn đề trên, để cung cấp các số liệu cập nhật về tình trạng dinh dưỡng sinh viên, chúng tôi tiến hành thực hiện nghiên cứu: “Khảo sát tình trạng thừa cân, béo phì và một số yếu tố liên quan trên sinh viên Y khoa năm nhất đến năm tư hệ chính quy Trường Đại học Y Dược Cần Thơ năm học 2023-2024” với mục tiêu: Xác định tỷ lệ thừa cân, béo phì và tìm hiểu một số yếu tố liên quan.

II. ĐỐI TƯỢNG VÀ PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

2.1. Đối tượng nghiên cứu

Sinh viên Y khoa năm nhất đến năm tư hệ chính quy tại Trường Đại học Y Dược Cần Thơ.

- **Tiêu chuẩn chọn mẫu:** Sinh viên có quốc tịch Việt Nam, đang học chương trình Y khoa, từ năm nhất đến năm tư hệ chính quy tại Trường Đại học Y Dược Cần Thơ.

- **Tiêu chuẩn loại trừ:**

- + Sinh viên vắng mặt từ 3 lần trở lên trong thời gian thu thập số liệu.
- + Sinh viên đang mắc các bệnh cấp tính tại thời điểm khảo sát (tiêu chảy, nhiễm khuẩn, đường hô hấp, phụ nữ mang thai, người khuyết tật,...).

2.2. Phương pháp nghiên cứu

- **Thiết kế nghiên cứu:** Mô tả cắt ngang có phân tích

- **Cỡ mẫu:** Trong đó:
 - n: cỡ mẫu;

$$n = Z^2 \frac{p(1-p)}{(1-\frac{\alpha}{2})^2 d^2}$$
 - Z: hệ số tin cậy ở mức xác suất 95% ($\alpha=0,05$), $Z^2_{(1-\frac{\alpha}{2})}=1,96$;
 - α : mức ý nghĩa thống kê;
 - d: độ sai số cho phép, chọn $d = 0,04$;

Chọn $p=0,203$ tỷ lệ thừa cân, béo phì ở sinh viên, theo nghiên cứu của Lê Thị Huỳnh Như và Phạm Văn Phú (2022) “Tình trạng dinh dưỡng của sinh viên Y khoa năm thứ ba Trường Đại học Y khoa Phạm Ngọc Thạch năm 2020”. Tính ra cỡ mẫu nghiên cứu là 389 sinh viên. Lấy dư 20% số mẫu dự phòng không liên lạc được hoặc không đồng ý tham gia nghiên cứu. Thực tế thu được 450 mẫu.

- **Phương pháp chọn mẫu:** Chọn mẫu ngẫu nhiên phân tầng. Dựa vào danh sách sinh viên từng khóa để tính tỷ lệ giữa các khóa. Từ đó tính được số lượng sinh viên từng khóa cần lấy mẫu. Sau khi tính được số lượng sinh viên cho từng khóa tiến hành chọn mẫu ngẫu nhiên cho từng khóa theo danh sách sử dụng hàm RANDBETWEEN.

- **Phương pháp xử lý số liệu:** Sử dụng phần mềm SPSS 26.0 để xử lý số liệu.

- **Nội dung nghiên cứu:**

+ Tình trạng tỷ lệ thừa cân, béo phì của sinh viên Y khoa năm nhất đến năm tư hệ chính quy tại Trường Đại học Y Dược Cần Thơ được đánh giá thông qua tiêu chuẩn đánh giá chỉ số khối cơ thể: Thiếu cân BMI $<18,5$ (kg/m^2); bình thường BMI $18,5-22,9$ (kg/m^2); thừa cân BMI $23-24,9$ (kg/m^2); béo phì BMI ≥ 25 (kg/m^2); Phương pháp thu thập số liệu qua bộ câu hỏi phỏng vấn trực tiếp, đo chiều cao, cân nặng trực tiếp tại giảng đường.

+ Một số yếu tố liên quan đến thừa cân, béo phì của sinh viên bao gồm: tuổi, giới, nơi ở, hành vi sức khỏe (thói quen sinh hoạt, hoạt động thể lực), kiến thức chung về dinh dưỡng dựa trên bộ câu hỏi 11 câu liên quan kiến thức về tình trạng dinh dưỡng, thừa cân béo phì, thực phẩm (Đúng ≥ 7 câu, Chưa đúng <7 câu).

- **Đạo đức trong nghiên cứu:** Nghiên cứu được Hội đồng Đạo đức trong nghiên cứu Y sinh học của trường Đại học Y Dược Cần Thơ thông qua với số phiếu chấp thuận 23.097.HV-ĐHYDCT. Địa điểm triển khai nghiên cứu được duyệt thực hiện tại Trường Đại học Y Dược Cần Thơ từ tháng 12/2023 đến tháng 12/2024.

III. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

3.1. Đặc điểm chung của đối tượng nghiên cứu

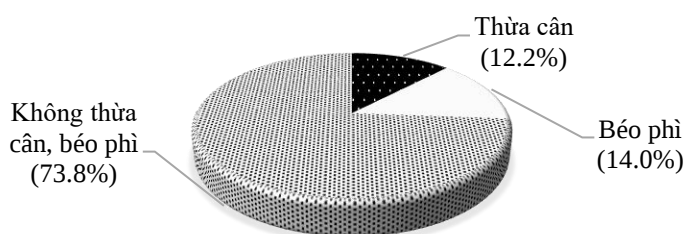
Bảng 1. Đặc điểm về tuổi, giới tính, dân tộc, tôn giáo và khóa học của đối tượng nghiên cứu

Đặc điểm chung		Tần số	Tỷ lệ (%)
Tuổi	≤ 21	319	70,9
	> 21	131	29,1
Giới tính	Nam	195	43,3
	Nữ	255	56,7
Dân tộc	Kinh	390	86,7
	Khmer	28	6,2
	Hoa	18	4,0
	Khác	14	3,1
Tôn giáo	Không tôn giáo	347	77,1
	Phật giáo	61	13,6

Đặc điểm chung		Tần số	Tỷ lệ (%)
Khóa học	Thiên Chúa giáo	19	4,2
	Khác	23	5,1
	46 (năm 4)	117	26,0
	47 (năm 3)	106	23,6
	48 (năm 2)	113	25,1
	49 (năm 1)	114	25,3

Nhận xét: Tỷ lệ sinh viên nam là 43,3% ít hơn tỷ lệ sinh viên nữ là 56,7%. Phần lớn đối tượng có độ tuổi từ 21 trở xuống chiếm (70,9%). Dân tộc Kinh chiếm chủ yếu (86,7%). Đa số sinh viên không theo tôn giáo (77,1%).

3.2. Tình hình thừa cân, béo phì của sinh viên khoa Y khoa năm nhất đến năm tư hệ chính quy



Biểu đồ 1: Thừa cân béo phì trong sinh viên Y khoa năm nhất đến năm tư hệ chính quy

Nhận xét: Trong nghiên cứu có 12,2% sinh viên thừa cân và 14% sinh viên béo phì. Tỷ lệ thừa cân, béo phì chung là 26,2%.

Bảng 2. Tỷ lệ thừa cân, béo phì phân theo khóa học

Khóa	Thừa cân, béo phì	
	Có, n (%)	Không, n (%)
Khóa 46 (năm 4)	35 (29,9%)	82 (70,1%)
Khóa 47 (năm 3)	20 (18,9%)	86 (81,1%)
Khóa 48 (năm 2)	29 (25,7%)	84 (74,3%)
Khóa 49 (năm 1)	34 (29,8%)	80 (70,2%)

Nhận xét: Khóa 46 (29,9%) và 49 (29,8%) có tỷ lệ thừa cân, béo phì cao hơn các khóa còn lại. Khóa 47 có tỷ lệ thừa cân, béo phì thấp nhất.

3.3. Các yếu tố liên quan với thừa cân, béo phì của sinh viên

Bảng 3. Mối liên quan thừa cân, béo phì với tuổi, giới tính của đối tượng nghiên cứu

Đặc điểm		Thừa cân, béo phì		OR (95%CI)	p
		Có, n (%)	Không, n (%)		
Giới tính	Nam	74 (37,9%)	121 (62,1%)	2,933 (1,898-4,531)	<0,001
	Nữ	44 (17,3%)	211 (82,7%)		
Tuổi	≤21	81 (25,4%)	238 (74,6%)	0,865 (0,536-1,409)	0,532
	>21	37 (25,4%)	94 (74,6%)		

Nhận xét: Sinh viên nam (37,9%) có thừa cân, béo phì chiếm tỷ lệ cao hơn nữ (17,3%). Kết quả cho thấy có mối liên quan giữa thừa cân, béo phì với giới tính. Sự khác

biệt này có ý nghĩa thống kê ($p < 0,05$). Nhóm độ tuổi ≤ 21 có tỷ lệ thừa cân, béo phì bằng với nhóm độ tuổi > 21 (25,4%). Kết quả nghiên cứu chưa tìm thấy mối liên quan giữa thừa cân, béo phì với tuổi.

Bảng 4. Mối liên quan thừa cân, béo phì và nơi ở

Nơi ở	Thừa cân, béo phì		OR (95%CI)	p
	Có, n (%)	Không, n (%)		
Ở với gia đình	22 (40,7%)	32 (59,3%)	-	-
Ở trọ	83 (23,7%)	267 (76,3%)	0,452 (0,249-0,821)	0,009
Ở với người quen	6 (35,3%)	11 (64,7%)	0,793 (0,255-2,464)	0,689
Ở ký túc xá	7 (24,1%)	22 (75,9%)	0,463 (0,169-1,269)	0,135

Nhận xét: Sinh viên ở với gia đình có tỷ lệ thừa cân, béo phì cao hơn sinh viên ở trọ (40,7% > 23,7%) và sự khác biệt có ý nghĩa thống kê ($p = 0,009$). Tỷ lệ sinh viên thừa cân, béo phì ở với gia đình người quen, ở ký túc xá không có sự khác biệt với tỷ lệ thừa cân béo phì ở với gia đình (tất cả $p > 0,05$).

Bảng 5. Mối liên quan giữa thừa cân, béo phì và thời gian ngủ, hoạt động thể lực

Đặc điểm	Thừa cân, béo phì		OR (95%CI)	p
	Có, n(%)	Không, n(%)		
Thời gian ngủ trung bình (cả ngủ trưa)				
<7 giờ	50 (19,2%)	210 (80,8%)	-	-
7-<9 giờ	45 (34,1%)	87 (65,9%)	2,172 (1,352-3,490)	0,001
≥9 giờ	23 (39,7%)	35 (60,3%)	2,760 (1,500-5,079)	0,001
Thời gian hoạt động thể lực trong ngày				
≥30 phút/ngày	78 (23,3%)	257 (76,7%)	0,569 (0,359-0,901)	0,016
<30 phút/ngày	40 (34,8%)	75 (65,2%)		
Số ngày hoạt động thể thao				
<5 ngày/tuần	100 (26,3%)	250 (73,7%)	1,822 (1,040-3,191)	0,034
≥5 ngày/tuần	18 (18,0%)	82 (82,0%)		

Nhận xét: Sinh viên có thời gian ngủ > 9 giờ và 7-9 giờ có nguy cơ thừa cân, béo phì cao hơn so với ngủ < 9 giờ ($p = 0,001$). Nguy cơ thừa cân, béo phì của sinh viên hoạt động thể lực ≥ 30 phút/ngày thấp hơn < 30 phút ($p = 0,016$). Tỷ lệ sinh viên tập thể dục < 5 ngày trên tuần cao hơn sinh viên tập ≥ 5 ngày/tuần (28,6% > 18,0%), Sinh viên tập thể dục < 5 ngày/tuần có nguy cơ thừa cân, béo phì cao hơn sinh viên có thời gian tập thể dục ≥ 5 ngày/tuần ($p = 0,034$). Sự khác biệt này có ý nghĩa thống kê (tất cả $p < 0,05$).

Bảng 6. Mối liên quan thừa cân, béo phì và kiến thức đúng

Kiến thức chung	Thừa cân, béo phì		OR (95%CI)	p
	Có, n (%)	Không, n (%)		
Đúng	87 (23,3%)	287 (76,7%)	0,440 (0,263-0,738)	0,002
Chưa đúng	31 (40,8%)	45 (59,2%)		

Nhận xét: Sinh viên có kiến thức đúng (23,3%) có nguy cơ thừa cân, béo phì thấp hơn sinh viên có kiến thức chưa đúng về thừa cân, béo phì ($p = 0,002$).

IV. BÀN LUẬN

4.1 Tỷ lệ thừa cân, béo phì của sinh viên Y khoa năm nhất đến năm tư hệ chính quy

Trong nghiên cứu của chúng tôi đã xác định được tỷ lệ thừa cân, béo phì trong sinh viên Y khoa năm nhất đến năm tư hệ chính quy là 26,2% trên tổng số 450 sinh viên. Tỷ lệ này cao hơn so với nghiên cứu của Nguyễn Lê Ánh Hồng và cộng sự (20%) trên 440 sinh viên khoa Y tế công cộng [3]. Theo nghiên cứu trên 338 sinh viên từ năm nhất đến năm năm Đại học Y Dược Thành phố Hồ Chí Minh của Phạm Thị Phương Thảo và cộng sự có tỷ lệ sinh viên thừa cân, béo phì cao hơn nghiên cứu của chúng tôi (41,7%) [4]. Tỷ lệ thừa cân béo phì của sinh viên năm nhất (29,8%) theo nghiên cứu của chúng tôi cao hơn nghiên cứu của Hoàng Thị Linh Ngọc trên 358 sinh viên năm nhất Trường Đại học Y Hà Nội là 6,7% [5]. Nghiên cứu của tác giả Nguyễn Lê Quỳnh Như trên 400 sinh viên năm 3 Y đa khoa Phạm Ngọc Thạch cho kết quả là 20,3% cao hơn nghiên cứu của chúng tôi tỷ lệ thừa cân, béo phì ở sinh viên năm 3 là 18,9% [6]. Như vậy nghiên cứu của chúng tôi có sự khác biệt với các nghiên cứu của các tác giả khác cùng trên đối tượng là sinh viên. Sự khác biệt này có thể là do khác biệt về lối sống, văn hóa vùng miền ảnh hưởng tới thói quen sinh hoạt ngành học của đối tượng, địa điểm và cỡ mẫu.

Nghiên cứu cho thấy tỷ lệ thừa cân, béo phì ở sinh viên Nam cao hơn sinh viên nữ. Điều này cho thấy kết quả nghiên cứu có cùng xu hướng thừa cân, béo phì theo giới khi nam có tỷ lệ thừa cân, béo phì cao hơn nữ được ghi nhận trên sinh viên khoa Y tế công cộng Trường Đại học Y Dược Cần Thơ [3]. Sự khác biệt này giữa 2 giới là do sự phát triển về thể chất và thói quen khác nhau; mặt khác các sinh viên nữ thường sẽ quan tâm nhiều đến ngoại hình, vóc dáng.

4.2 Một số yếu tố liên quan đến tình trạng thừa cân, béo phì của sinh viên Y khoa năm nhất đến năm tư hệ chính quy

Nghiên cứu cho thấy sinh viên ở với gia đình có nguy cơ thừa cân béo phì cao hơn ở trọ ($p < 0,05$). Kết quả này cho thấy thừa cân béo phì cũng liên quan đến yếu tố nơi ở. Theo nghiên cứu của Phạm Thị Phương Thảo và cộng sự cũng chỉ ra rằng có mối liên quan giữa thừa cân, béo phì với yếu tố gia đình và đặc biệt là gia đình có người mắc thừa cân, béo phì. Đối với sinh viên có người trong gia đình mắc thừa cân, béo phì thì tỷ lệ thừa cân, béo phì tăng gấp 1,87 lần so với sinh viên không có người trong gia đình mắc [4]. Kết quả của chúng tôi tương đồng với nghiên cứu của Trần Thái Phúc cho thấy tỷ lệ thừa cân, béo phì của nhóm sinh viên sống và ăn cùng gia đình là khá cao (16,4% và 17%) [7]. Việc sống xa gia đình là sự thay đổi lớn về môi trường sống và sinh hoạt của sinh viên khi phải sống một mình và tự chuẩn bị các bữa ăn hàng ngày. Sinh viên ít có động lực để duy trì thói quen ăn uống tốt như khi ở cùng gia đình bao gồm thay đổi giờ giấc bữa ăn, bỏ bữa và khẩu phần ăn chất lượng thấp (do lựa chọn thức ăn chế biến sẵn hoặc tiết kiệm chi phí ăn uống). Tuy vậy, việc sống và sinh hoạt cùng gia đình cũng là một yếu tố khiến sinh viên dễ mắc tình trạng thừa cân, béo phì. Sinh viên sống cùng gia đình không có nhiều áp lực về chi phí sinh hoạt nên dễ dàng tiếp cận với thức ăn không lành mạnh như đồ ăn nhanh, thức ăn chế biến sẵn và đồ ăn có nhiều chất béo, đường và calo cao. Việc sử dụng các thực phẩm này làm tăng khả năng tích lũy mỡ trong cơ thể.

Sinh viên thừa cân, béo phì có thời gian ngủ hơn 9 giờ chiếm tỷ lệ cao (39,7%). Đa số sinh viên Y có chương trình học tập với khối lượng kiến thức lớn, nhiều áp lực, ngoài việc học lý thuyết trên giảng đường còn phải đi lâm sàng và trực đêm tại các bệnh viện dẫn đến vấn đề mệt mỏi.

Sinh viên có hoạt động thể lực với thời gian ≥ 30 phút/ngày và ≥ 5 buổi/tuần ít có nguy cơ thừa cân béo phì hơn nhóm còn lại. Điều này tương đồng với nghiên cứu của Trần Mỹ Nhung và cộng sự trên sinh viên Y khoa năm thứ ba Trường Đại học Y khoa Phạm

Ngọc Thạch năm 2020 [8]. Tuy nhiên tỷ lệ sinh viên thừa cân, béo phì có hoạt động thể lực <30 phút/ngày và <5 buổi/tuần còn khá cao lần lượt là 34,8% và 26,3%. Điều này có thể giải thích do sinh viên Y thường xuyên đối mặt với áp lực học tập, mệt mỏi và căng thẳng; bên cạnh đó sinh viên Y khoa luôn ưu tiên cho việc học, môi trường và cơ sở vật chất chưa đảm bảo điều kiện để các bạn có thể tham gia các hoạt động thể thao mà mình yêu thích.

Tỷ lệ sinh viên thừa cân, béo phì có kiến thức chung chưa đúng (40,8%) cao hơn sinh viên thừa cân, béo phì có kiến thức đúng (23,3%). Điều này phù hợp với nghiên cứu của Nguyễn Thị Thu Hiền (2021) trên sinh viên Trường Trung cấp Y tế Bắc Giang [9]. Sinh viên có kiến thức đúng thì hiểu rõ về các nguyên nhân cũng như các yếu tố nguy cơ từ đó sẽ chủ động thay đổi chế độ ăn uống, tăng cường tập luyện và có những quyết định sáng suốt để phòng tránh thừa cân, béo phì.

V. KẾT LUẬN

Tỷ lệ thừa cân, béo phì của sinh viên Y khoa hệ chính quy từ năm nhất đến năm tư của Trường Đại học Y Dược Cần Thơ là 26,2%, trong đó thừa cân chiếm 12,2%, béo phì 14%. Nghiên cứu của chúng tôi chỉ ra có mối liên quan có ý nghĩa thống kê giữa thừa cân, béo phì của sinh viên với: giới tính, nơi ở, thời gian ngủ trung bình, thời gian hoạt động thể lực trên ngày, số ngày hoạt động thể thao và kiến thức chung về dinh dưỡng. Nhà trường cần cung cấp kiến thức dinh dưỡng cho sinh viên về chế độ ăn hợp lý, tạo mọi điều kiện khuyến khích sinh viên tham gia các hoạt động rèn luyện thân thể góp phần phòng chống tình trạng thừa cân, béo phì trong sinh viên.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. WHO, World Obesity Day 2022 - Accelerating action to stop obesity.
2. Arman Shafee, Zahra Nakhaee, Razman Arabzadeh Bahri và cộng sự (2024), Global prevalence of obesity and overweight among medical students: a systematic review and meta-analysis, *BMC Public Health*. 24, số 1673, <https://doi.org/10.1186/s12889-024-19184-4>.
3. Nguyễn Lê Ánh Hồng, Đỗ Nguyễn Thanh Thanh, Trần Ngọc Tú và cộng sự (2023), Khảo sát tình trạng thừa cân, béo phì và một số yếu tố liên quan trên sinh viên khoa Y tế công cộng, Trường Đại học Y Dược Cần Thơ năm 2021, *Tạp chí Y Dược học Cần Thơ*, 61, 246-252, <https://doi.org/10.58490/ctump.2023i61.676>.
4. Phạm Thị Phương Thảo, Trần Văn Khanh, Nguyễn Đăng Dung, Huỳnh Giao. Tình trạng thừa cân, béo phì và các yếu tố liên quan ở sinh viên Đại học Y Dược Thành phố Hồ Chí Minh, *Vietnam Journal of Community Medicine*. 2024. 65, 90-96. <https://doi.org/10.52163/yhc.v65iCD6.1368>.
5. Hoàng Thị Linh Ngọc, Nguyễn Thị Thanh Hòa. Tình trạng dinh dưỡng và một số yếu tố liên quan của sinh viên Y1 Trường Đại học Y Hà Nội. *Tạp chí Nghiên cứu Y học*. 2021. 146(10), 192-197. <https://doi.org/10.52852/tcncyh.v146i10.335>
6. Nguyễn Lê Quỳnh Như, Phạm Văn Phú. Tình trạng dinh dưỡng của sinh viên Y khoa năm thứ ba Trường Đại học Y khoa Phạm Ngọc Thạch năm 2020. *Tạp chí Dinh dưỡng và Thực phẩm*. 2020. 16 (6), 65-71.
7. Trần Thái Phúc. Thực trạng dinh dưỡng của sinh viên điều dưỡng Trường Đại học Y Dược Thái Bình. *Tạp chí Khoa học Điều dưỡng*. 2024. 7(3). <https://doi.org/10.54436/jns.2024.03.802>.
8. Trần Mỹ Nhung, Dương Đông Nhật, Nguyễn Lê Quỳnh Như. Kiến thức, thái độ, thực hành về thừa cân-béo phì của sinh viên Y khoa năm thứ ba Trường Đại học Y Khoa Phạm Ngọc Thạch năm 2020. *Tạp chí dinh dưỡng và thực phẩm*. 2022. 18(1), 45-53. <https://doi.org/10.56283/1859-0381/51>.
9. Nguyễn Thị Thu Hiền, Nguyễn Bạch Ngọc, Nguyễn Thị Huyền Trang, Hà Minh Trang. Thực trạng thừa cân, béo phì của sinh viên Đại học Xây dựng và một số yếu tố liên quan. *Tạp chí Y tế công cộng*. 2021. số 54, 53 - 61, <https://doi.org/10.53522/ttcc.vi54.61943>.