



Original Article

Nutrition Knowledge, Attitude, and Practice of Students
in the Faculty of Environmental Sciences,
VNU University of Science,

Tran Thi Minh Hang*, Nguyen Thi Quynh Nga

*Faculty of Environmental Sciences, VNU University of Science,
334 Nguyen Trai, Thanh Xuan, Hanoi, Vietnam*

Received 30 July 2024

Revised 11 September 2024; Accepted 23 October 2024

Abstract: Healthy nutrition plays a crucial role in improving health and preventing disease within communities. This study aims to evaluate the current state of nutrition knowledge, attitudes, and practices, as well as the factors influencing nutritional choices among students in the Faculty of Environmental Sciences. A questionnaire survey method was used for data collection. The research findings indicate that 80% of students possess good general knowledge about nutrition, with female students representing 85,2% and male students 73,2%. Regarding attitudes, 74,7% of students display a positive general attitude toward nutrition. Students majoring in Food Science and Technology exhibit a higher rate of positive attitudes (87,0%) compared to those in Environmental Engineering Technology (73,7%) and Environmental Sciences (86,4%). Furthermore, 74,7 % of students demonstrate good general practices in nutrition. Notably, students living with their families tend to have worse nutritional practices than those residing in boarding houses or dormitories. The study also reveals that students with good nutritional knowledge and positive attitudes are more likely to have better nutritional practices. Factors influencing students' nutritional choices, in descending order of importance, include: i) Hygiene and safety; ii) Nutritional and health benefits; iii) Costs and prices; iv) Environmental protection; v) Personal interests and habits; and vi) Convenience.

Keywords: Diet, healthy nutrition, influencing factors, students.

* Corresponding author.

E-mail address: hangttm@hus.edu.vn

<https://doi.org/10.25073/2588-1094/vnuces.5238>

Kiến thức, thái độ và thực hành dinh dưỡng của sinh viên Khoa Môi trường, Trường Đại học Khoa học Tự nhiên, Đại học Quốc gia Hà Nội

Trần Thị Minh Hằng*, Nguyễn Thị Quỳnh Nga

*Khoa Môi trường, Trường Đại học Khoa học Tự nhiên, Đại học Quốc gia Hà Nội,
334 Nguyễn Trãi, Thanh Xuân, Hà Nội, Việt Nam*

Nhận ngày 30 tháng 7 năm 2024

Chỉnh sửa ngày 11 tháng 9 năm 2024; Chấp nhận đăng ngày 23 tháng 10 năm 2024

Tóm tắt: Dinh dưỡng lành mạnh có vai trò rất quan trọng đối với việc nâng cao sức khỏe, phòng tránh bệnh tật cho cộng đồng. Nghiên cứu này được thực hiện nhằm đánh giá hiện trạng kiến thức, thái độ, thực hành về dinh dưỡng và các yếu tố ảnh hưởng đến lựa chọn chế độ dinh dưỡng của sinh viên Khoa Môi Trường, thông qua phương pháp điều tra bảng hỏi. Kết quả nghiên cứu cho thấy 80,0% sinh viên có kiến thức chung về dinh dưỡng ở mức tốt, trong đó nữ sinh chiếm 85,2%, nam sinh chiếm 73,2%. Về thái độ, tỷ lệ sinh viên có thái độ chung về dinh dưỡng ở mức tích cực là 74,7%. Sinh viên ngành Khoa học và Công nghệ Thực phẩm có tỷ lệ đạt thái độ tích cực cao hơn (87,0%) so với sinh viên ngành Công nghệ Kỹ thuật Môi trường (73,7%) và Khoa học Môi trường (86,4%). Tỷ lệ sinh viên có thực hành chung về dinh dưỡng ở mức tốt chiếm 74,7%. Trong đó, sinh viên ở với gia đình có thực hành dinh dưỡng thấp hơn so với sinh viên ở trọ hoặc ký túc xá. Đa số sinh viên có kiến thức dinh dưỡng tốt và có thái độ tích cực tương ứng có thực hành dinh dưỡng tốt hơn. Các yếu tố ảnh hưởng đến lựa chọn chế độ dinh dưỡng của sinh viên theo thứ tự mức độ quan trọng giảm dần bao gồm: i) Vệ sinh, an toàn; ii) Dinh dưỡng, lợi ích sức khỏe; iii) Chi phí, giá cả; iv) Bảo vệ môi trường; v) Sở thích, thói quen; và vi) Sự thuận tiện, tiện lợi.

Từ khóa: Chế độ dinh dưỡng, dinh dưỡng lành mạnh, yếu tố ảnh hưởng, sinh viên.

1. Mở đầu

Trong những năm gần đây, cùng với sự phát triển kinh tế xã hội của đất nước, kiến thức, thái độ và thực hành dinh dưỡng của người dân nói chung đã được cải thiện đáng kể. Tuy vậy, vẫn còn một tỷ lệ không nhỏ người dân chưa có kiến thức và thái độ tốt về chế độ dinh dưỡng cũng như có các lựa chọn chưa tích cực trong việc bổ sung dinh dưỡng cho cơ thể. Điều này có thể dẫn đến nhiều hậu quả như thiếu hụt dinh dưỡng, thiếu chất hay thừa chất, từ đó gây ra nhiều bệnh như đau dạ dày, suy dinh dưỡng, béo phì, tim mạch,... [1]. Hậu quả là làm giảm khả năng lao

động, học tập kém hiệu quả, sức khỏe kém, thậm chí gây ung thư [2].

Sinh viên là đối tượng cần được quan tâm khi đề cập đến vấn đề dinh dưỡng và sức khỏe, vì đây là lứa tuổi ở giai đoạn đầu tiên của thời kỳ trưởng thành, độ tuổi mà cơ thể có thể vẫn tiếp tục hoàn thiện và phát triển. Mọi lệch lạc trong dinh dưỡng đều có thể dẫn tới những ảnh hưởng không nhỏ, để lại hậu quả lâu dài cho sức khỏe, thể lực, khả năng học tập và lao động. Sinh viên đại học có thể gặp khó khăn trong việc điều chỉnh hành vi ăn uống vì đây là giai đoạn thay đổi môi trường sống nơi họ xa gia đình. Gần đây đã có các nghiên cứu về kiến thức, thái độ và thực hành

* Tác giả liên hệ.

Địa chỉ email: hangttm@hus.edu.vn

<https://doi.org/10.25073/2588-1094/vnuees.5238>

đinh dưỡng trong sinh viên để từ đó có các giải pháp nhằm nâng cao sức khỏe dinh dưỡng, giảm các nguy cơ về sức khỏe, bệnh tật liên quan đến dinh dưỡng của nhóm người này về sau [3-5]. Papadaki và cộng sự (2007) khi nghiên cứu về chế độ dinh dưỡng trong sinh viên đã chỉ ra rằng, sinh viên sống xa gia đình có xu hướng phát triển thói quen ăn uống kém so với sinh viên sống ở nhà [6]. Nghiên cứu của MA Abolfotouh & và cộng sự (2007) cho thấy sinh viên đại học có xu hướng thực hành những thói quen ăn uống không lành mạnh như bỏ bữa, ít ăn rau, trái cây và cá, thích đồ ăn béo và ít hoạt động thể chất [7]. Đặc biệt, nghiên cứu của Dolatkah và cộng sự (2019) về nhận thức và thái độ dinh dưỡng trong sinh viên ngành y tại Đại học Tabriz cho thấy hầu hết sinh viên của hai giai đoạn giáo dục đều có kiến thức dinh dưỡng kém. Lĩnh vực kiến thức của sinh viên cao nhất là lĩnh vực dinh dưỡng nói chung và thấp nhất là lĩnh vực kiến thức về chất béo. Qua đó cho thấy việc nâng cao kiến thức và thái độ của sinh viên về dinh dưỡng rất cần thiết [4]. Sinh viên là một trong những đối tượng rất cần được trang bị một nền tảng về kiến thức, thái độ dinh dưỡng tốt để có một tình trạng dinh dưỡng và sức khỏe tối ưu [8]. Hơn nữa, khoảng thời gian học tập tại trường được xem là “thời gian vàng” để sinh viên có thể học và cải thiện kiến thức và thái độ về dinh dưỡng [9].

Nghiên cứu này, vì vậy, được thực hiện nhằm đánh giá hiện trạng kiến thức và thái độ về dinh dưỡng và xác định một số yếu tố liên quan đến sự lựa chọn chế độ dinh dưỡng của sinh viên trong Trường Đại học Khoa học Tự nhiên, Đại học Quốc gia Hà Nội từ đó có thể có những khuyến nghị các giải pháp nhằm nâng cao giáo dục kiến thức, thái độ và thực hành về dinh dưỡng nhằm nâng cao sức khỏe môi trường, sức khỏe học đường cho sinh viên.

2. Đối tượng và phương pháp nghiên cứu

2.1. Đối tượng, thời gian và địa điểm

- Đối tượng nghiên cứu: kiến thức, thái độ, thực hành dinh dưỡng và các yếu tố ảnh hưởng lựa chọn dinh dưỡng của sinh viên Trường Đại

học Khoa học Tự nhiên, Đại học Quốc gia Hà Nội, lấy đại diện sinh viên các khóa (theo năm 2024) của Khoa Môi trường làm ví dụ.

- Địa điểm: nghiên cứu được tiến hành tại Trường Đại học Khoa học Tự nhiên.

- Thời gian nghiên cứu: từ tháng 01 năm 2024 đến tháng 5 năm 2024.

2.2. Phương pháp nghiên cứu

Nghiên cứu thực hiện khảo sát bằng bảng hỏi đối với sinh viên Khoa Môi trường, Trường Đại học Khoa học Tự nhiên, khóa K65 (QH.2020.T) – K68 (QH.2023.T).

Cỡ mẫu: cỡ mẫu được xác định theo công thức tính quy mô mẫu của Yamane Taro [10].

$$n = \frac{N}{1 + N \cdot e^2}$$

n: là quy mô mẫu;

N: là kích thước tổng thể được xác định bằng tổng số sinh viên của Khoa (820 sinh viên);

e: là mức độ chính xác mong muốn (thường từ 0,01-0,05 với độ tin cậy tương ứng 99% - 95%).

Từ công thức, xác định được cỡ mẫu nghiên cứu là $n = 268,85$. Nghiên cứu đã thu được tổng 285 phiếu hợp lệ tương ứng độ tin cậy 95% theo công thức Yamane.

Chọn mẫu: 285 sinh viên được chọn theo phương pháp chọn mẫu thuận tiện trên tổng số 820 sinh viên của toàn Khoa.

Bảng hỏi thu thập số liệu: sử dụng bộ câu hỏi nghiên cứu gồm 3 phần chính: kiến thức, thái độ và thực hành về dinh dưỡng. Bộ câu hỏi đánh giá kiến thức và thái độ về dinh dưỡng được lựa chọn từ các câu hỏi mẫu chọn ra 7 chủ đề của FAO (2014) phù hợp với đối tượng sinh viên trong nghiên cứu [11].

Bộ câu hỏi khảo sát nhằm thu thập số liệu của 5 nội dung:

- Thông tin chung: họ tên, tuổi, giới tính, khóa học, ngành học, nơi ở hiện tại.

- Kiến thức về dinh dưỡng: tỷ lệ sinh viên biết/không biết câu trả lời đối với 10 câu hỏi kiến thức.

- Thái độ về dinh dưỡng: tỷ lệ sinh viên có thái độ tích cực/trung gian/chưa tích cực (theo

thang đo Likert 3 mức độ) đối với 15 câu hỏi thái độ.

- Thực hành dinh dưỡng: tỷ lệ sinh viên có thực hành đúng/chưa đúng theo mong đợi. Bao gồm các câu hỏi về tần suất tiêu thụ và câu hỏi về thực phẩm tiêu thụ trong 24 giờ đối với 31 câu hỏi.

- Các yếu tố ảnh hưởng đến lựa chọn chế độ dinh dưỡng: đánh giá mức độ quan trọng của 6 yếu tố chính ảnh hưởng đến lựa chọn của sinh viên theo thang phân loại 5 mức độ của Likert: Từ “Rất quan trọng” đến “Không quan trọng”.

Xử lý và phân tích số liệu: số liệu từ phiếu điều tra sau đó được nhập liệu và xử lý bằng phần mềm Microsoft Excel, tổng hợp và phân tích kết quả để đánh giá KAP của sinh viên về dinh dưỡng.

KAP về dinh dưỡng được phân tích và đánh giá theo ngưỡng cắt đề nghị cần thiết can thiệp giáo dục dinh dưỡng của FAO (2014) [11].

- *Phân đánh giá kiến thức:* có tổng số của 10 câu hỏi về kiến thức. Mỗi câu/ý trả lời đúng được 1 điểm, trả lời không đúng được 0 điểm. Điểm tối đa cho phần đánh giá kiến thức chung là 10 điểm.

- + Trả lời đúng $\geq 70\%$ (≥ 7 điểm): kiến thức đạt.

- + Trả lời đúng $< 70\%$ (< 7 điểm): kiến thức không đạt.

- *Phân đánh giá thái độ:* có tổng số 15 câu hỏi thái độ trong bộ câu hỏi nghiên cứu, các câu hỏi đều sử dụng thang phân loại 3 mức độ của Likert: mức 1 điểm được đưa ra cho lựa chọn “không tích cực”, 2 điểm cho lựa chọn “bình thường/không chắc”, 3 điểm cho lựa chọn “tích cực”. Điểm tối đa cho phần đánh giá thái độ chung là 45 điểm.

- + Trả lời $\geq 70\%$ tổng điểm thái độ ($\geq 31,5$ điểm) được coi là thái độ tích cực.

- + Trả lời $< 70\%$ tổng điểm thái độ ($< 31,5$ điểm) là thái độ không tích cực.

- *Phân đánh giá thực hành:* mỗi thực hành đúng được tính 1 điểm, thực hành chưa đúng được tính 0 điểm, tổng điểm thực hành tối đa cho 1 sinh viên là 31.

- + Trả lời $\geq 70\%$ tổng điểm thực hành (≥ 21 điểm) được coi là thực hành dinh dưỡng tốt.

- + Trả lời $< 70\%$ tổng điểm thực hành (< 21 điểm) được coi là thực hành dinh dưỡng chưa tốt.

3. Kết quả và thảo luận

3.1. Đặc điểm chung đối tượng

Đối tượng tham gia nghiên cứu có thành phần sinh viên nữ chiếm đa số với tỷ lệ 56,8%, sinh viên nam chiếm 43,2%. Xét theo ngành học, có 56,8% sinh viên ngành Khoa học và công nghệ thực phẩm, có 23,2% sinh viên ngành Khoa học môi trường và 20% sinh viên ngành Công nghệ kỹ thuật môi trường. Theo khoá học có 22,1% là sinh viên năm thứ nhất (K68 – năm thứ 1); 16,9% sinh viên năm thứ hai (K67 – năm thứ 2); 18,9% năm thứ ba (K66 – năm thứ 3) và 42,1% sinh viên năm bốn (K65 – năm thứ 4). Về nơi ở hiện tại, 36,8% sinh viên sống cùng với gia đình/người thân, 54,7% sinh viên thuê trọ và 8,5% sống trong ký túc xá. Chủ yếu sinh viên có thói quen tự nấu ăn (50,5%); 25,3% sinh viên có thói quen ăn với người thân và 24,2% sinh viên chủ yếu ăn quán.

Bảng 1. Một số đặc điểm chung của đối tượng nghiên cứu

Đặc điểm		n	%
Giới tính	Nam	123	43,2
	Nữ	162	56,8
Tuổi	<20	90	31,5
	20-22	180	63,2
	>22	15	5,3
Ngành học	Khoa học môi trường	66	23,2
	Công nghệ kỹ thuật môi trường	57	20,0
	Khoa học và công nghệ thực phẩm	162	56,8
Khoá học	K65 – năm thứ 4	120	42,1

	K66– năm thứ 3	54	18,9
	K67– năm thứ 2	48	16,9
	K68 – năm thứ 1	63	22,1
Nơi ở hiện tại	Ở cùng gia đình/ người thân	105	36,8
	Ở trọ	156	54,7
	Ở ký túc xá	24	8,5
Thói quen ăn uống (phần lớn)	Tự nấu	144	50,5
	Ăn với người thân	72	25,3
	Ăn quán	69	24,2

Bảng 2. Kiến thức chung về dinh dưỡng của sinh viên

Kiến thức chung về dinh dưỡng		Chưa tốt		Tốt		Ký hiệu	P
		Số lượng	Tỷ lệ (%)	Số lượng	Tỷ lệ (%)		
Tổng		57	20,0	228	80,0		
Giới	Nam	33	26,8	90	73,2	a	<0,001
	Nữ	24	14,8	138	85,2	b	
Nhóm tuổi	<20	24	26,7	66	73,3	a	ab: <0,001
	20-22	21	11,7	159	88,3	b	bc: <0,001
	>22	12	20,0	3	80,0	c	ca: <0,001
Ngành học	Khoa học môi trường	14	21,2	52	78,8	a	ab: <0,002
	Công nghệ kỹ thuật môi trường	15	26,3	42	73,7	b	bc: 0,001
	Khoa học và công nghệ thực phẩm	28	17,3	134	82,7	c	ca: <0,01
Khóa học	K65 – năm thứ 4	21	17,5	99	82,5	a	ab: 0,193 ac: <0,001
	K66 – năm thứ 3	12	22,2	42	77,8	b	bc: 0,007 bd: 0,011
	K67 – năm thứ 2	15	31,3	33	68,8	c	cd: <0,001
	K68 – năm thứ 1	9	14,3	54	85,7	d	da: 0,404
Nơi ở hiện tại	Sống cùng gia đình	30	28,6	75	71,4	a	ab: <0,001
	Thuê trọ	21	13,5	135	86,5	b	bc: 0,057
	Ký túc xá	6	25,0	18	75,0	c	ca: 0,685

3.2. Kiến thức, thái độ và thực hành về dinh dưỡng của sinh viên

3.2.1. Kiến thức về dinh dưỡng

Kết quả khảo sát nhận thức thông qua kiến thức chung về dinh dưỡng của sinh viên thể hiện tại Bảng 2.

Kết quả nghiên cứu cho thấy trong số sinh viên được khảo sát, 80% sinh viên có kiến thức chung về dinh dưỡng ở mức tốt. Kết quả cho thấy có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê về kiến thức dinh dưỡng theo độ tuổi, khóa học, khu vực sinh

sống, nơi ở hiện tại, khóa học và ngành học. Nghiên cứu của Azizi (2021) chỉ ra rằng kiến thức chung của sinh viên trong nghiên cứu của mình ở mức độ trung bình [3]. Như vậy về kiến thức dinh dưỡng của sinh viên các Khóa trong Khoa Môi trường, Trường Đại học Khoa học Tự nhiên được đánh giá tốt hơn so với sinh viên trong nghiên cứu của Azizi (2021). Trong nghiên cứu này, nhóm sinh viên nữ có kiến thức về dinh dưỡng tốt hơn sinh viên nam. Ở cả hai giới tính tỷ lệ sinh viên đạt kiến thức tốt đều chiếm đa số, tỷ lệ nữ sinh có kiến thức tốt cao hơn nam sinh,

sự khác biệt này có ý nghĩa thống kê (85,2% so với 73,2%, $p < 0,001$). Khi xem xét tới yếu tố ngành học, sinh viên ngành Khoa học và công nghệ thực phẩm có tỷ lệ sinh viên có kiến thức tốt cao hơn ngành Khoa học môi trường và công nghệ Kỹ thuật môi trường (82,7% so với 78,8% và 73,7%). Sinh viên được trang bị kiến thức về dinh dưỡng thông qua các học phần trong chương trình đào tạo hoặc có định hướng ngành nghề trong lĩnh vực thực phẩm có quan tâm nhiều hơn đến kiến thức về dinh dưỡng. Nghiên cứu của Trang và cộng sự (2023) với nhóm sinh viên điều dưỡng năm cuối có kiến thức về dinh dưỡng cao hơn các nhóm còn lại, nhóm sinh viên này đã được cung cấp kiến thức qua tích lũy học phần “Dinh dưỡng và an toàn thực phẩm” [5]. Theo khảo sát, sinh viên K65 – năm thứ 4, K68 – năm thứ 1 đạt tỷ lệ kiến thức tốt cao nhất (82,5% và 85,7%), sinh viên K67 – năm thứ 3 có tỷ lệ thấp hơn (68,8%).

3.2.2. Thái độ về dinh dưỡng

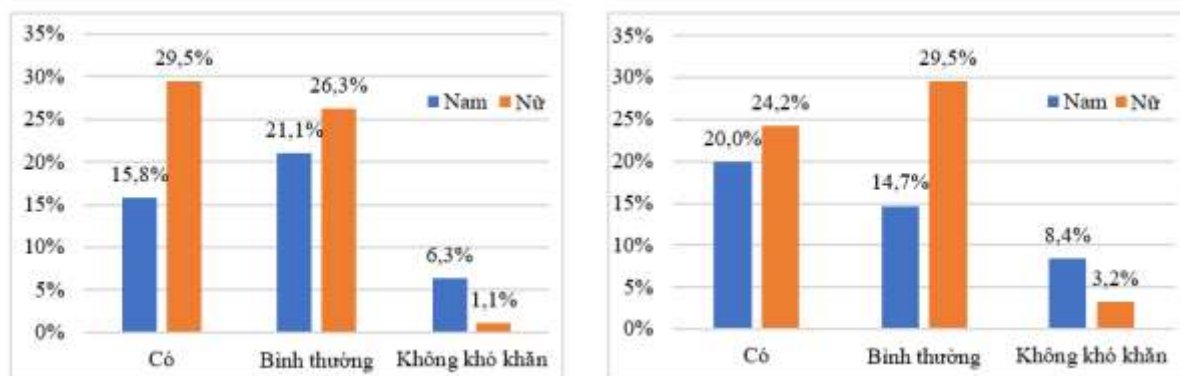
Qua phân tích số liệu cho thấy 74,7% sinh viên có thái độ dinh dưỡng tích cực, trong đó 30,5% ở nam sinh và 44,2% nữ sinh. Qua phân tích thống kê cho thấy có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê về thái độ dinh dưỡng theo giới, nhóm tuổi (p từ nhỏ hơn 0,01 đến xấp xỉ 0,05). Giữa các khóa học, K66 có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê với tất cả các khóa, trong khi đó giữa các khóa K65, K67, K68 không có sự khác biệt về tỷ lệ thái độ dinh dưỡng tích cực. Xét theo ngành học, sinh viên ngành Khoa học và công nghệ Thực phẩm đạt tỷ lệ đạt thái độ tích cực cao nhất (87%), ngành Khoa học môi trường 86,4%, thấp nhất đối với sinh viên ngành Công nghệ kỹ thuật môi trường đạt tỷ lệ thái độ tích cực 73,7%. Sinh viên K65 có tỷ lệ đạt thái độ tích cực cao nhất chiếm 77,5%. K68, K67, K66 có tỷ lệ thái độ tích cực lần lượt là 79,4%; 77,1% và 61,1%. Trong đó K66 có thái độ tích cực thấp nhất ($p < 0,001 - 0,007$).

Bảng 3. Thái độ chung về dinh dưỡng của sinh viên

Thái độ chung về dinh dưỡng		Chưa tích cực		Tích cực		Ký hiệu	p
		Số lượng	Tỷ lệ (%)	Số lượng	Tỷ lệ (%)		
Tổng		72	25,3	213	74,7		
Giới	Nam	35	28,5	88	71,5	a	<0,001
	Nữ	37	22,8	125	77,2	b	
Nhóm tuổi	<20	18	20,0	72	80,0	a	ab: 0,049
	20-22	51	28,3	129	71,7	b	bc: <0,001
	>22	9	60,0	12	80,0	c	ca: <0,001
Ngành học	Khoa học môi trường	9	13,6	57	86,4	a	ab: 0,001
	Công nghệ kỹ thuật môi trường	15	26,3	42	73,7	b	bc: <0,001
	Khoa học và công nghệ thực phẩm	21	13,0	141	87,0	c	ca: 0,836
Khóa học	K65 – năm thứ 4	27	22,5	93	77,5	a	ab: <0,001 ac: 0,894
	K66 – năm thứ 3	21	38,9	33	61,1	b	bc: 0,007 bd: <0,001
	K67 – năm thứ 2	11	22,9	37	77,1	c	cd: 0,370
	K68 – năm thứ 1	13	20,6	50	79,4	d	da: 0,652
Nơi ở hiện tại	Sống cùng gia đình	27	25,7	78	74,3	a	ab: 0,681
	Thuê trọ	42	26,9	114	73,1	b	bc: 0,110
	Ký túc xá	3	12,5	21	87,5	c	ca: 0,133

Bên cạnh đó, vẫn còn tỷ lệ cao sinh viên cảm thấy khó khăn để có chế độ ăn lành mạnh trong điều kiện sống của sinh viên (45,3%), trong đó sinh viên nữ chiếm 29,5%, nam sinh chiếm 15,8%. Hơn 44% sinh viên được hỏi thấy khó

khăn trong việc lập kế hoạch ăn uống hợp lý, trong đó 24,2% sinh viên nữ và 20% sinh viên nam (Hình 1). Sự khác biệt giữa nam sinh và nữ sinh có ý nghĩa thống kê ($<0,05$).



Hình 1. Đánh giá về khó khăn để (a) có chế độ ăn khoẻ mạnh, (b) lập kế hoạch ăn uống hợp lý trong điều kiện sống của sinh viên.

Bảng 4. Thực hành chung về dinh dưỡng của sinh viên

Thực hành chung về dinh dưỡng		Chưa tích cực		Tích cực		Ký hiệu	p
		n	p	n	p		
Tổng		39	13,7	246	86,3		
Giới	Nam	15	12,2	108	87,8	a	0,210
	Nữ	24	14,8	138	85,2	b	
Nhóm tuổi	<20	12	13,3	78	86,7	a	ab: 1,000
	20-22	24	13,3	156	86,7	b	bc: 0,423
	>22	3	20,0	12	80,0	c	ca: 0,393
Ngành học	Khoa học Môi trường	9	13,6	57	86,4	a	ab: 0,007
	Công nghệ Kỹ thuật Môi trường	12	21,1	45	78,9	b	bc: <0,001
	Khoa học và Công nghệ Thực phẩm	18	11,1	144	88,9	c	ca: 0,374
Khóa học	K65 – năm thứ 4	12	10,0	108	90,0	a	ab: 0,002 ac: 0,894
	K66 – năm thứ 3	9	16,7	45	83,3	b	bc: 0,027 bd: <0,001
	K67 – năm thứ 2	3	6,3	45	93,8	c	cd: 0,003
	K68 – năm thứ 1	15	23,8	48	76,2	d	da: <0,001
Nơi ở hiện tại	Sống cùng gia đình	27	25,7	78	74,3	a	ab: <0,001
	Thuê trọ	12	7,7	144	92,3	b	bc: 0,160
	Ký túc xá	0	0,0	24	100,0	c	ca: 0,005

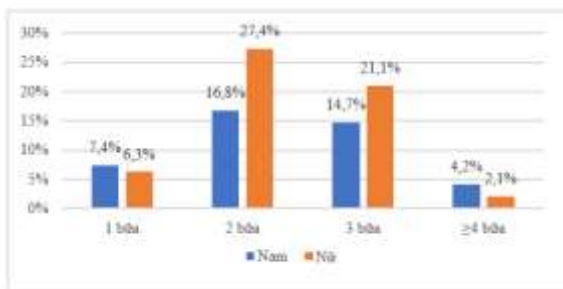
3.2.3. Thực hành dinh dưỡng

Tỷ lệ sinh viên thực hành dinh dưỡng tốt chiếm 86,3%. Không có sự khác biệt có ý nghĩa

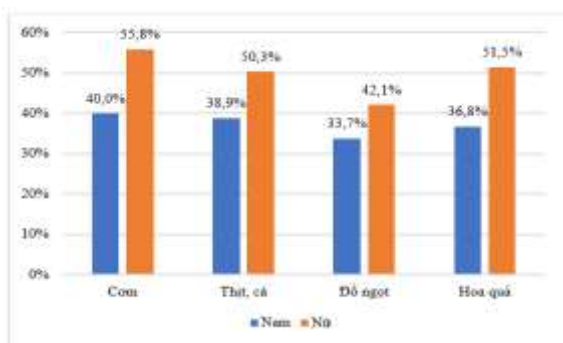
thống kê về thực hành dinh dưỡng theo giới, nhóm tuổi. Sự khác biệt có ý nghĩa thống kê ($p < 0,01$) được tìm thấy theo nơi ở hiện tại (sinh

viên ở với gia đình, người thân có thực hành dinh dưỡng thấp hơn so với sinh viên phải tự lập: thuê nhà trọ/ở ký túc xá). Về mối liên quan giữa thực hành dinh dưỡng và kiến thức, thái độ chung về dinh dưỡng, sinh viên có kiến thức dinh dưỡng tốt thì có thực hành dinh dưỡng tốt hơn. Tương tự như vậy, sinh viên có thái độ tích cực thì có thực hành dinh dưỡng tốt hơn.

Đáng chú ý, theo số liệu thống kê, số sinh viên ăn đủ 3 bữa ăn chính trong bữa ăn gần nhất chiếm tỷ lệ không cao (35,8%). Phần lớn các bạn sinh viên chỉ ăn 2 bữa chính trong ngày chiếm đến 44,2% (Hình 2). Bên cạnh đó, tỷ lệ sinh viên tiêu thụ đồ ngọt thường xuyên còn khá cao, chiếm 75,8%. Nữ sinh tiêu thụ đồ ngọt thường xuyên hơn nam sinh (42,1% so với 33,7%) (Hình 3).



Hình 2. Tỷ lệ số bữa chính trong ngày của sinh viên.



Hình 3. Tỷ lệ sinh viên thường xuyên tiêu thụ một số loại thực phẩm.

3.3. Các yếu tố ảnh hưởng đến lựa chọn chế độ dinh dưỡng của sinh viên

Sinh viên có kiến thức, thái độ và thực hành tốt xếp hạng yếu tố vệ sinh, an toàn là quan trọng

nhất (điểm trung bình là 1,79), đứng thứ hai là yếu tố dinh dưỡng, lợi ích sức khỏe (1,83 điểm). Tiếp theo là yếu tố chi phí, giá cả xếp thứ ba (2,24 điểm). Còn lại lần lượt là các yếu tố bảo vệ môi trường; sự thuận tiện, tiện lợi và sở thích, thói quen (2,27; 2,34 và 2,38 điểm).



Hình 4. Sinh viên có KAP tốt đánh giá các yếu tố.



Hình 5. Sinh viên có KAP chưa tốt đánh giá các yếu tố.

Sinh viên có kiến thức, thái độ, thực hành chưa tốt xếp hạng yếu tố chi phí, giá cả là quan trọng nhất (điểm trung bình là 2,31), đứng thứ hai là yếu tố vệ sinh, an toàn (2,53 điểm). Tiếp theo là yếu tố dinh dưỡng, lợi ích sức khỏe xếp thứ ba (2,58 điểm). Còn lại lần lượt là các yếu tố sở thích, thói quen; yếu tố bảo vệ môi trường và yếu tố sự thuận tiện, tiện lợi (2,74; 2,79 và 2,84 điểm).

4. Kết luận

Kết quả nghiên cứu cho thấy kiến thức, thái độ, thực hành của sinh viên là tương đối tốt, tuy nhiên vẫn còn tồn tại một số kết quả chưa tích

cực có thể dẫn tới ảnh hưởng xấu đến tình trạng dinh dưỡng của sinh viên. Tỷ lệ sinh viên có kiến thức tốt về các kiến thức liên quan tới dinh dưỡng chiếm 80%. Sinh viên có thái độ dinh dưỡng chưa tích cực (25,3%). Sinh viên năm 4 có khả năng có kiến thức và thái độ tốt hơn nhóm sinh viên năm 1, năm 2 và năm 3. Các yếu tố nơi ăn, nơi ở và số năm học liên quan có ý nghĩa thống kê đến kiến thức, thái độ về dinh dưỡng của sinh viên. Cần tiếp tục có các nghiên cứu về ảnh hưởng của kiến thức, thái độ và thực hành về dinh dưỡng đến sức khỏe giới trẻ để có những khuyến nghị giải pháp hiệu quả nâng cao sức khỏe môi trường, sức khỏe học đường cho sinh viên.

Tài liệu tham khảo

- [1] R. Perlstein, A. McCoombe, C. Shaw, C. Nowson, Medical Students' Perceptions Regarding the Importance of Nutritional Knowledge and Their Confidence in Providing Competent Nutrition Practice, *Public Health*, Vol. 140, 2016, pp. 27-34, <https://doi.org/10.1016/j.puhe.2016.08.019>.
- [2] World Health Organization (WHO), Diet, Nutrition and the Prevention of Chronic Diseases - Report of a Joint WHO/FAO Expert Consultation, WHO Technical Report Series, Geneva, Switzerland, 2003.
- [3] M. Azizi, N. Aghaee, M. Ebrahimi, K. Ranjbar, Nutrition Knowledge, the Attitude and Practices of College Students, *Facta Universitatis: Series Physical Education & Sport*, Vol. 9, No. 3, 2011, pp. 349-357.
- [4] N. Dolatkah, D. Aghamohammadi, A. F. Khalili, M. Hajifaraji, M. Hashemian, S. Esmaeili, Nutrition Knowledge and Attitude in Medical Students of Tabriz University of Medical Sciences in 2017-2018, *BMC Research Notes*, Vol. 12, No. 757, 2019, <https://doi.org/10.1186/s13104-019-4788-9>.
- [5] B. H. Trang, T. T. Phuc, N. N. Thanh, Nutritional Knowledge, Attitude and Related Factors of Nursing Students at Thai Binh University of Medicine and Pharmacy in 2023: A Mixed-Methods Study, *Journal of Nursing Science*, Vol. 6, No. 5, 2023, pp. 64-70, <https://doi.org/10.54436/jns.2023.05.683> (in Vietnamese).
- [6] A. Papadaki, G. Hondros, J. A. Scott, M. Kapsokafalou, Eating Habits of University Students Living at, or Away from Home in Greece, *Appetite*, Vol. 49, No. 1, 2007, pp. 169-176, <https://doi.org/10.1016/j.appet.2007.01.008>.
- [7] M. A. Abolfotouh, F. A. Bassiouni, G. M. Mounir, R. C. Fayyad, Health-related Lifestyles and Risk Behaviours Among Students Living in Alexandria University Hostels, *East Mediterr Health Journal*, Vol. 13, No. 2, 2007, pp. 376-391.
- [8] P. Mirmiran, L. Azadbakht, F. Azizi, Dietary Behaviour of Tehranian Adolescents does not Accord with Their Nutritional Knowledge, *Public Health Nutrition*, Vol. 10, No. 9, 2007, pp. 897-901, <https://doi.org/10.1017/S1368980007246701>.
- [9] R. Bano, E. Alshammari, B. Fatima, A. A. Shammari, A Comparative Study of Knowledge, Attitude, Practice of Nutrition and Non-Nutrition Student towards a Balanced Diet in Hail University, *IOSR Journal of Nursing and Health Science*, Vol. 2, No. 3, 2013, pp. 29-36.
- [10] T. Yamane, *Statistics: An Introductory Analysis*, 3rd Ed., New York: Harper and Row, 1973.
- [11] Y. F. Macías, P. Glasauer, *Guidelines for Assessing Nutrition-related Knowledge, Attitudes and Practices*, Food and Agriculture Organization of the United Nations (FAO), Rome, 2014.