

ĐỒ ĂN NHANH CÓ THỂ LÀM GIẢM KẾT QUẢ HỌC TẬP CỦA TRẺ

Nghiên cứu của các nhà khoa học Mỹ cho thấy trẻ hay ăn đồ ăn nhanh thường có xu hướng đạt điểm số thấp hơn trong một số môn học như toán, khoa học hay bài đọc hiểu.

Ngoài khả năng gây béo phì, đồ ăn nhanh còn có thể là nhân tố ảnh hưởng đến kết quả học tập của trẻ. (Ảnh minh họa: Alamy)

Đây là kết quả dựa trên khảo sát và phân tích thói quen ăn uống của hơn 8.500 học sinh Mỹ. Trong số này, 10% ăn đồ ăn nhanh mỗi ngày, 10% duy trì thói quen đó từ 4 đến 6 lần trong tuần, 52% ăn từ một đến ba lần mỗi tuần.

Theo nhóm chuyên gia của Đại học bang Ohio, trẻ khoảng 10 tuổi, là khách hàng thường xuyên của McDonald's, Burger King, Pizza Hut hay KFC, có thể có kết quả học tập giảm sút trong khoảng ba năm sau đó. Sự chênh lệch về điểm số giữa hai nhóm thường xuyên và không bao giờ ăn đồ ăn nhanh trong môn khoa học lần lượt là 79 và 83. Kết quả tương tự cũng được ghi nhận ở môn toán hay các bài đọc hiểu.

"Đây là nghiên cứu tập trung vào tác động của việc tiêu thụ thức ăn đến chứng béo phì của trẻ em. Nhưng phát hiện mới của chúng tôi cung cấp bằng chứng cho thấy rằng đồ ăn nhanh có liên quan đến một vấn đề khác đó là kết quả học tập kém hơn", Kelly Purtell, người đứng đầu nghiên cứu nói.

RT cho hay, có hai giả thiết được đưa ra để giải thích cho tác động của đồ ăn nhanh đối với quá trình học của trẻ. Tình trạng thiếu chất dinh dưỡng đặc biệt như sắt, liên quan đến tiêu thụ đồ ăn nhanh, sẽ làm chậm lại một số quá trình nhất định trong não bộ. Điểm số giảm sút và mất tập trung cũng có thể ảnh hưởng từ sự gia tăng lượng đường và chất béo.