

CẢNH BÁO: ĐỪNG CHO TRẺ UỐNG NƯỚC NGỌT

(khoahoc.tv) - Người Mỹ mua nhiều đồ uống nhẹ (nước ngọt không chứa cồn) – tính trên đầu người – hơn so với người dân ở bất cứ nước nào. Những đồ uống này được mọi người Mỹ ở mọi lứa tuổi sử dụng, trong đó gồm cả những đứa trẻ còn rất nhỏ.

(khoahoc.tv) - Người Mỹ mua nhiều đồ uống nhẹ (nước ngọt không chứa cồn) – tính trên đầu người – hơn so với người dân ở bất cứ nước nào. Những đồ uống này được mọi người Mỹ ở mọi lứa tuổi sử dụng, trong đó gồm cả những đứa trẻ còn rất nhỏ.

Mặc dù việc sử dụng đồ uống nhẹ là liên quan tới bạo lực, trầm cảm, và những ý nghĩ muốn tự vẫn ở tuổi thanh niên, mối quan hệ vẫn chưa được đánh giá ở lứa tuổi nhỏ hơn. Một nghiên cứu mới công bố trên tạp chí The Journal of Pediatrics nhận thấy rằng các vấn đề về bạo lực, khả năng tập trung chú ý và hành vi cãi cộ đều liên quan đến việc sử dụng nước ngọt ở trẻ em.

Shakira Suglia, ScD, và các đồng nghiệp đến từ trường Mailman về Sức khỏe cộng đồng thuộc trường Đại học Columbia, trường Đại học Vermont và trường Sức khỏe cộng đồng Harvard đã đánh giá khoảng gần 3.000 trẻ em 5 tuổi thuộc danh sách trong nghiên cứu có tên Fragile Families and Child Wellbeing Study, một nhóm trẻ em được theo dõi cùng với sự theo dõi nghiên cứu các cặp mẹ và con từ 20 thành phố lớn của Mỹ. Những bà mẹ đã báo cáo về việc sử dụng nước ngọt của con mình và đã thực hiện bài kiểm tra về hành vi của con họ dựa trên hành vi của con họ trong suốt hai tháng trước đó. Các nhà nghiên cứu nhận thấy 43% số trẻ em này đã uống nước ngọt ít nhất một lần /ngày và 4% đã uống 4 lần hoặc nhiều hơn.

Các vấn đề về bạo lực, muốn tự vẫn và khả năng tập chung là liên quan tới lượng dùng soda. Thậm chí sau khi điều chỉnh các nhân tố xã hội về nhân khẩu học, trầm cảm thuộc người mẹ, bạo lực gia đình và sự giam hãm của bố, bất cứ việc uống loại nước ngọt nào cũng đều liên quan với hành vi bạo lực gia tăng. Những đứa trẻ uống hơn 4 lon nước ngọt/ngày dường như hay phá đồ đạc, tham gia đánh nhau và tấn công người khác gấp đôi so với những trẻ khác. Chúng cũng bị tăng các vấn đề về khả năng tập trung và các hành vi tự vẫn so với những trẻ không sử dụng nước ngọt.

Theo tiến sĩ Suglia: “Chúng tôi nhận thấy điểm đánh giá hành vi bạo lực đã tăng lên cùng với mỗi lượng đồ uống nước ngọt/ngày”. Mặc dù nghiên cứu này chưa thể xác định bản chất chính xác của mối liên quan giữa việc sử dụng nước ngọt và các hành vi sai phạm, hạn chế hay cấm hẳn việc uống nước ngọt của lũ trẻ có thể giúp làm giảm các vấn đề về hành vi của chúng.