

KHUYẾN NGHỊ VỀ NHU CẦU DINH DƯỠNG CỦA TRẺ EM

Sáng 13/11, tại Hà Nội, lần đầu tiên Hội nhi khoa Việt Nam chính thức công bố Khuyến nghị về nhu cầu dinh dưỡng của trẻ em và sử dụng chuẩn tăng trưởng mới của Tổ chức Y tế thế giới. Khuyến nghị này được xem như cẩm nang về dinh dưỡng và sẽ được phổ biến đến với hơn 3000 y bác sĩ, c&aacut

Sáng 13/11, tại Hà Nội, lần đầu tiên Hội nhi khoa Việt Nam chính thức công bố Khuyến nghị về nhu cầu dinh dưỡng của trẻ em và sử dụng chuẩn tăng trưởng mới của Tổ chức Y tế thế giới. Khuyến nghị này được xem như cẩm nang về dinh dưỡng và sẽ được phổ biến đến với hơn 3000 y bác sĩ, các chuyên viên y tế, dinh dưỡng trên toàn quốc bắt đầu từ cuối tháng 11.

So với chuẩn tăng trưởng cũ của Tổ chức Y tế thế giới vào năm 1970, chuẩn tăng trưởng mới quy định chiều cao và cân nặng đều ở mức cao hơn.

Theo chuẩn tăng trưởng mới này, trẻ em gái khi mới sinh ra là 3,3kg, dài 49,9 cm, trẻ em gái là 3,2kg và dài 49,1cm, khi 1 tuổi, trẻ em trai cần nặng 9,6kg, cao 75,7cm, trẻ em gái là 8,9kg, cao 74cm. Đến năm tuổi, bé trai cần nặng 18,3kg, cao 110cm, bé gái là 18,2kg, cao 109,4cm.

Trên cơ sở chuẩn tăng trưởng mới, Hội nhi khoa đưa ra các khuyến nghị về năng lượng, chất xơ... các vi chất quan trọng bao gồm khoáng chất, vitamin... được đưa ra theo độ tuổi của trẻ em từ lúc mới sinh đến 18 tuổi. Một khuyến cáo tiếp tục được nhấn mạnh đó là việc cho trẻ em bú mẹ hoàn toàn trong 6 tháng đầu và kéo dài đến 2 tuổi. Tỷ lệ trẻ được bú mẹ hoàn toàn trong 6 tháng đầu ở Việt Nam là rất thấp, chỉ có 12%.

Hiện nay, ở Việt Nam có một nghịch lý là ở nông thôn trẻ em bị suy dinh dưỡng do điều kiện kinh tế và tập quán ăn không đúng, đặc biệt, trẻ ăn bột, ăn cháo không được bổ sung dầu mỡ và rau xanh, còn ở thành thị số lượng trẻ bị béo phì lại tăng nhanh. Theo thống kê của Viện Dinh dưỡng vào năm 2003, tỷ lệ trẻ suy dinh dưỡng dưới 5 tuổi là 25%, tỷ lệ trẻ béo phì ở Hà Nội là 8% và TPHCM là gần 23%.