

## RỐI LOẠN DINH DƯỠNG Ở TRẺ EM

### Pretest Y4

Điều nào sau đây là đúng khi nói về biểu đồ BMI/T? Select one:

- a. Trẻ có BMI/T  $\geq 2$  là [béo phì](#)
- b. Biểu đồ BMI/T và CN/T thường cho kết quả tương tự nhau
- c. Chỉ số này giúp tầm soát trẻ thừa cân và [béo phì](#)
- d. Có thể phát hiện thấp còi dựa vào chỉ số này

#### Question 6

Đặc điểm nào gợi ý trẻ [béo phì](#) thứ phát? Select one:

- a. Chiều cao bình thường.
- b. Chậm phát triển tâm thần.
- c. Tiền căn gia đình [béo phì](#).
- d. Tuổi xương bình thường.

Theo CDC, [béo phì](#) được chẩn đoán khi chỉ số khối BMI thế nào? Select one:

- a. 120% của 95 pct
- b.  $\geq 95$  pct
- c.  $\geq 85$  pct
- d.  $\geq 75$  pct

Một bé trai 2 tuổi nghi là bắt đầu thừa cân nếu CN hiện tại là:

- A. 12kg đến <13 kg
- B. 13kg đến < 14kg
- C. 14kg đến <15kg
- D. 15 đến < 16 kg**
- E. >16 kg

☐ Dựa cân nặng đơn thuần: nghi TC-BP nếu

- Cân nặng >120% cân nặng lý tưởng, hoặc
- Cân nặng > +2SD.

Chế độ ăn lành mạnh nếu số cử trái cây/ rau quả mỗi ngày:

- A. Từ 2 trở lên
- B. Từ 3 trở lên
- C. Từ 4 trở lên
- D. Từ 5 trở lên**
- E. >5

### Thông điệp “5 Đến 0, GO” (Mỹ)

- ☐ 5: Ăn 5 cử trái cây & rau mỗi ngày
- ☐ 4: Cho và nhận 4 lời khen mỗi ngày
- ☐ 3: Uống 3 cử sữa mỗi ngày
- ☐ 2: Không quá 2 giờ xem TV, máy tính mỗi ngày
- ☐ 1: Ít nhất 1 giờ thể dục mỗi ngày
- ☐ 0: Không bao giờ uống nước ngọt có đường
- ☐ GO: Hãy khỏe mạnh, trong và ngoài.

Hoạt động thể lực tích lành mạnh yêu cầu ít nhất:

- A. 30 ph/ngày
- B. 45 ph/ngày
- C. 60ph/ngày**
- D. 75 phút/ngày
- E. 90ph/ngày

Nguyên nhân nào không thường gây SDD ở trẻ nhũ nhi:

- A. Pha sữa sai
- B. GERD
- C. Tim BS
- D. Chống đối ăn**
- E. Kém dung nạp thức ăn

Trong SDD, biến chứng thiếu vi chất thường gặp nhất là:

- A. **Thiếu vit A** > sắt > kẽm > iot

- B. Thiếu vit B
- C. Thiếu sắt
- D. Thiếu calci
- E. Thiếu folic acid

Một bé trai 18 th có CN theo tuổi (WAZ) = -3.4SD, CC theo tuổi (HAZ) = -1.5SD, CN theo chiều cao (WHZ) = -2.2SD. Đánh giá dinh dưỡng theo WHO ở trẻ này:

- A. SDD cấp nhẹ
- B. **SDD cấp vừa**
- C. SDD mạn nhẹ
- D. SDD mạn vừa
- E. B và C đúng

#### Y4 Y12 lần 2

1. Hoạt động thể lực tích cực lành mạnh yêu cầu ít nhất

- A. 30p/ ngày
- B. 45 p/ngày
- C. **60 p/ ngày**
- D. 75 p/ ngày
- E. 90 p/ ngày

2. Bé nam 5 tuổi ở **quận 1 TPHCM**, được cha mẹ đem đến khám dinh dưỡng vì ăn kém.

Khám LS thấy bé khá bụ bẫm. **tiền căn sinh 4.2 kg, bú mẹ xem tv trên 2h... ăn nhiều bánh kẹo**, cha có ĐtĐ loại 1. Có bao nhiêu YTNC của béo phì ở trẻ này

- A. 3
- B. **4**
- C. 5
- D. 6
- E. 7

#### ☐ Môi trường

- Thành phố > nông thôn
    - nhiều năng lượng, đường, béo, nước giải khát ngọt.
  - Coi màn hình: TV, vi tính, game
  - Giảm ngủ
    - Giảm leptin, tăng ghrelin, tăng orexin → đói, ăn
    - Giảm nhạy với insulin
  - Ăn nhiều thức ăn
  - Thay đổi theo mùa.
-

## Yếu Tố Nguy Cơ (2)

□ Di truyền:

- Gen chỉ giải thích 1 số nhỏ trường hợp.  
Liên quan đến thay đổi gen do môi trường nhiều hơn.
    - Cha mẹ béo, anh em sinh đôi béo
  - Cha mẹ ruột ảnh hưởng mạnh hơn cha mẹ nuôi
  - Mẹ béo trong thai kỳ (tăng cân quá mức)
  - Sinh nặng cân.
    - Sơ sinh nhẹ cân (SGA, small for gestational age)
    - Trẻ nhũ nhi có phản ứng âm tính (tính khí nóng)
  - Tự điều chỉnh tốt là yếu tố bảo vệ.
    - Béo lúc trẻ tuổi.
- 

6. Biết rằng cân chuẩn của trẻ 6 tuổi là 20kg, trẻ 6 tuổi có Cn từ bao nhiêu trở lên nên nghi ngờ thừa cân, béo phì để gửi đến BS dinh dưỡng đánh giá chính xác

A.26kg

B.30kg

C.22kg

D.24kg (20x 120%)

E.28kg

7 Bé trai Hoàng 4 tuổi có CN 19 kg, chiều cao 1m, BMI ở trẻ 4 tuổi ở BPV 85th là 16.6, BPV 95th là 18. Đánh giá tình trạng dinh dưỡng của bé

A.Béo phì

B.SDD

C.Ko câu nào đúng

D.Bình thường

E.Thừa cân

➢ Trẻ em 2-19 tuổi:

- BMI  $\geq 85^{\text{th}}$  percentile = quá cân
- BMI  $\geq 95^{\text{th}}$  percentile = béo phì

➢ Trẻ em <2 tuổi:

- BMI  $> 95^{\text{th}}$  percentile = quá cân

	Thừa Cân – Béo Phì			
	0-5 tuổi	5-18 tuổi	Người Lớn	Châu Á - TBD
	BMI/tuổi	BMI/tuổi	BMI	BMI
Nguy cơ thừa cân	>1 Z			
Thừa cân	>2 Z	>1 Z	>25	>23
Béo phì	>3 Z	>2 Z	>30	>25

8. 1 trẻ gái 4 tuổi béo phì có CN 30kg, CC 110 cm, NN nào có thể nghĩ đến ở trẻ này

- A. Loạn dưỡng cơ
- B. HC CUSHING
- C. **Thừa dinh dưỡng**
- D. HC Prader Willie
- E. HC Turner

Y4 Y12 lần 1

Một bé trai 10 tuổi có BMI 90 BPV. mục đích điều trị ở trẻ này:

- a. Giảm cân
- b. Ăn uống lành mạnh
- c. Hoạt động thể lực lành mạnh
- d. **B,C đúng**
- e. A,B,C đúng

Y4 Y13

1. Một bé gái 4 tuổi có chiều cao 1,3 SD, BMI 2,5 SD. Phân loại dinh dưỡng của bé nên nghĩ đến:

- A. Nguy cơ thừa cân do nguyên nhân nguyên phát
- B. Nguy cơ thừa cân do nguyên nhân thứ phát
- C. **Thừa cân do nguyên nhân nguyên phát**
- D. Thừa cân do nguyên nhân thứ phát
- E. Béo phì do nguyên nhân nguyên phát

2. BN béo phì có thể có các triệu chứng sau đây, NGOẠI TRỪ:

- A. Cao hơn bạn cùng lớp
- B. **Có kinh trễ hơn có sớm hơn**
- C. Ngưng thở khi ngủ

- D. Chân cong
- E. Kinh nguyệt không đều

3. Thực hành nào sau đây KHÔNG phải là hoàn toàn tốt để phòng ngừa thừa cân béo phì?

- A. Ăn trái cây & rau 3 bữa/ngày
- B. Ít uống nước ngọt
- C. Ăn uống tại nhà
- D. Dùng bữa với cha mẹ
- E. **Số lượng thức ăn để trẻ tự quyết định**

Yếu tố nào không phải là nguy cơ béo phì trẻ em?

- A. Xem tivi
- C. **Ngủ nhiều**
- B. Uống sữa tươi
- D. Không tập thể dục

Hormone nào sau đây không phải là nguy cơ của béo phì trẻ em

- A. Insulin
- C. Leptin
- B. **Ghrelin**
- D. CCK