

ชื่อเรื่องการค้นคว้าแบบอิสระ การบริโภคอาหารของเด็กระดับประถมศึกษา
ที่มีภาวะโภชนาการเกิน

ผู้เขียน นางศิริจรยา นงนุช

ปริญญา วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต (โภชนศาสตร์ศึกษา)

คณะกรรมการที่ปรึกษาการค้นคว้าแบบอิสระ

รองศาสตราจารย์ประหยัด สายวิเชียร ประธานกรรมการ

รองศาสตราจารย์เทียมศร ทองสวัสดิ์ กรรมการ

บทคัดย่อ

การศึกษาครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการบริโภคอาหารของเด็กระดับประถมศึกษาที่มีภาวะโภชนาการเกิน กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษา คือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2547 โรงเรียนอนุบาลเชียงใหม่ที่มีภาวะโภชนาการเกิน จำนวน 73 คน เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูลประกอบด้วยแบบสัมภาษณ์และแบบสอบถามผู้ปกครอง ซึ่งเครื่องมือมีค่าความเชื่อมั่น .86 วิเคราะห์ข้อมูลด้วยการแจกแจงความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

ผลของการศึกษาพบว่านักเรียนกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเด็กชาย ภาวะโภชนาการอยู่ในเกณฑ์ที่อ้วน กินอาหารมากกว่า 4 มื้อต่อวัน อาหารที่กินบ่อยคือ ข้าวเหนียว ข้าวเจ้า บะหมี่สำเร็จรูป อาหารจานด่วน ชอบอาหารที่มีรสจัดและปรุงด้วยการทอด แองและผัด รวมทั้งขนมหวาน กิจกรรมที่ทำและมีผลต่อภาวะโภชนาการนั้น นักเรียนกลุ่มตัวอย่างออกกำลังกายน้อย ชอบดูโทรทัศน์ อ่านหนังสือและเล่นเกมคอมพิวเตอร์ ซึ่งกิจกรรมเหล่านี้ใช้พลังงานน้อยจึงทำให้นักเรียนกลุ่มตัวอย่างมีภาวะโภชนาการเกิน แม้จะพบข้อมูลพ่อแม่ของกลุ่มตัวอย่างว่ามีความรู้และการปฏิบัติเกี่ยวกับอาหารอยู่ในระดับดี

Independent Study Title Food Consumption of Overnutrition Children at Primary School Level

Author Mrs. Sirijunya Nongnuch

Degree Master of Science (Nutrition Education)

Independent Study Advisory Committee

Assoc. Prof. Prayad Saiwichian Chairperson

Assoc. Prof. Tiamsorn Tongswas Member

ABSTRACT

This study aimed to find food consumption of overnutrition children at elementary school level. The samples consisted of 73 children in grade six, Anubaan Chiang Mai School, who were studying in the second semester of academic year 2004. Data collected by using interview the children and questionnaires for their parents to complete which had confidential of .86. The statistics used for data analysis were frequency, percentage, mean and standard deviation.

The study revealed that most of samples were boys and were obese and had meal more than 4 times a day. Their staple foods included sticky rice, steamed rice, instant noodles and fast food. They also preferred strong tastes foods and desserts. Foods were cooked by deep-fry, curries and stir-fried. The activities of children affected nutritional status were watching television, reading and playing computer games. These activities required less energy, which might explain the state of over nutrition in the sample among children even though the parental data showed good nutrition knowledge as well as food pattern.