

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

อาหารของคนไทยในแต่ละภาคจะแตกต่างกันตามความเป็นอยู่ของคนในท้องถิ่น สะท้อนให้เห็นสุขภาพและภาวะโภชนาการของคนในท้องถิ่นนั้น ปัจจุบันการดำเนินชีวิตและสภาพแวดล้อมได้เปลี่ยนแปลงไปตามพัฒนาการและความสามารถของคนที่สามารถประดิษฐ์คิดค้นเทคโนโลยีใหม่ๆ ให้ทันสมัยอยู่เสมอ แม้จะมีความเจริญก้าวหน้าเพิ่มขึ้น มีการผลิตอาหารในรูปแบบต่างๆ มากขึ้น ทำให้เพิ่มจำนวน ชนิดและปริมาณของอาหารมากขึ้นด้วย วัฒนธรรมการกินของคนไทย พ่อแม่ผู้ปกครองจะเป็นต้นแบบเรื่องการปฏิบัติในการกินอาหารรวมถึงนิสัยการกิน สุนิสัยที่ทำสม่ำเสมอ เป็นตัวอย่างที่ดีแก่สมาชิกรุ่นเยาว์ในครอบครัว การให้ความสนใจต่อสุขภาพ การกินอาหารที่หลากหลาย ทั้งเนื้อสัตว์ ผักและผลไม้ ได้รับอิทธิพลจากสภาพแวดล้อมของท้องถิ่นและวัฒนธรรมการกินในแต่ละภูมิภาครวมถึงปัจจัยทางด้านสังคม ซึ่งมีกฎเกณฑ์ในการควบคุมพฤติกรรมของคน โดยเฉพาะอย่างยิ่งพฤติกรรมการกิน ดังนั้นสมาชิกในครอบครัว คือ พ่อแม่ ญาติพี่น้อง ซึ่งคุ้นเคยภายในครอบครัวจึงมีอิทธิพลในการสร้างสุนิสัยการกินที่ดี ได้ถ่ายทอดมายังสมาชิกและลูกหลานของครอบครัวนั้นๆ (ประหยัด สายวิเชียร, 2547)

นอกจากนี้ยังมีปัจจัยอีกมากที่มีอิทธิพลต่อการเลือกกินอาหารของคนเรา เช่น กลุ่มเพื่อน โดยเฉพาะวัยรุ่นจะมีอิทธิพลมาก เช่น การนำดาราวัยรุ่นมาเป็นผู้นำเสนอสินค้าประเภทอาหารจานด่วนหรือขนมขบเคี้ยว ทำให้กลุ่มวัยรุ่นตอบรับ เพราะต้องการเป็นคนทันสมัย เลียนแบบดารา จึงมีพฤติกรรมการกินตามสื่อและแรงจูงใจนั้น ซึ่งถ้าพิจารณาให้รอบคอบ อาหารหรือเครื่องดื่มที่โฆษณา มักจะมีคุณค่าทางโภชนาการน้อย เมื่อกินเป็นประจำอาจก่อให้เกิดปัญหาสุขภาพตามมาได้ แนวโน้มในปัจจุบันนี้ครอบครัวของคนรุ่นใหม่นิยมกินอาหารสำเร็จรูปและอาหารพร้อมปรุงมากขึ้น ตามการโฆษณา ประชาสัมพันธ์จากสื่อที่มีความเจริญก้าวหน้าทางเทคโนโลยีอย่างมาก สามารถสื่อสารถึงกลุ่มเป้าหมายได้ทุกรูปแบบ จึงทำให้วัฒนธรรมการกินของครอบครัวเปลี่ยนแปลงไป เมื่อพิจารณาเรื่องสุขภาพจะมีคนเจ็บป่วยเพิ่มมากขึ้นทุกกลุ่มอายุเนื่องมาจากการกินที่ไม่ได้เน้นเรื่องคุณค่าทางโภชนาการและเรื่องสุขภาพ แต่เกิดจากความชอบส่วนตัวและโอกาสในการเลือกอาหารได้เองมากขึ้น จึงทำให้เกิดภาวะโภชนาการกินให้เห็นในทุกเพศทุกวัยมากยิ่งขึ้น (ประหยัด สายวิเชียร, 2547)

เด็กระดับประถมศึกษาเป็นกลุ่มหนึ่งที่ได้รับผลกระทบจากพฤติกรรมการลอกเลียนแบบ การกินอาหารของชาวตะวันตก โดยได้รับอิทธิพลจากสื่อโฆษณาประชาสัมพันธ์ทุกประเภท การขาดความรู้และการกลั่นกรองในการเลือก จึงมีแนวโน้มทำให้เกิดภาวะทุพโภชนาการมากขึ้น รวมทั้งพิษภัยที่ปนเปื้อนอยู่ในอาหารส่งผลให้ร่างกายของเด็กวัยนี้เกิดโรคต่างๆ ซึ่งเป็นสาเหตุของการขาดสารอาหาร หรือได้รับสารอาหารเกินความต้องการของร่างกายได้ อันเป็นสาเหตุที่ทำให้เกิด โรคอ้วน โรคความดันโลหิตสูง โรคหัวใจขาดเลือด โรคมะเร็ง โรคเบาหวาน โรคระบบทางเดินหายใจ รวมทั้งโรคข้อและกระดูก เป็นผลให้เกิดปัญหาสุขภาพและพัฒนาการด้านสติปัญญาของเด็กระดับประถมศึกษาได้ การที่ร่างกายได้รับอาหารไม่ถูกสัดส่วนจะทำให้ร่างกายได้รับสารอาหารบางชนิดมากเกินไปหรือน้อยเกินไป ซึ่งมีผลกระทบทำให้ภูมิคุ้มกันโรคต่ำลง ร่างกายอ่อนแอ ดังนั้นจึงจำเป็นต้องกินอาหารที่มีสารอาหารครบถ้วนถูกสัดส่วนตามความต้องการของร่างกาย จึงจะช่วยให้ร่างกายเจริญเติบโตและแข็งแรงได้ตามวัย (นิธิยา รัตนาปนนท์และวิบูลย์ รัตนาปนนท์, 2537)

เด็กระดับประถมศึกษาที่มีอัตราการเจริญเติบโตเป็นไปอย่างสม่ำเสมอ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับ การกินอาหารที่เพิ่มทั้งปริมาณและคุณภาพจากวัยก่อนเรียนให้อยู่ในระดับสมดุลกับความต้องการ สารอาหารของร่างกาย พฤติกรรมการกินอาหารของเด็กวัยนี้จะได้รับอิทธิพลจากพ่อแม่และ ผู้ปกครองที่ปลูกฝังนิสัยในการกิน เช่น เด็กไม่ชอบกินผัก เลือกกินหรือกินอาหารยาก ดังนั้น พ่อแม่จึงควรเป็นแบบอย่างที่ดีในการเลือกกินอาหาร เมื่อเด็กเหล่านี้ไปโรงเรียนจะได้รับอิทธิพล จากกลุ่มเพื่อนที่อยู่ในวัยเดียวกันและ โดพอที่จะช่วยเหลือตัวเองได้ในเรื่องการเลือกกินอาหาร ซึ่งอาจมีคุณค่าทางโภชนาการมากหรือน้อยก็ได้และนอกเหนือจากอาหารหลักที่กิน 3 มื้อแล้ว การซื้ออาหารระหว่างมื้อ อาหารกินเล่นหรือขนมต่างๆ ที่โรงเรียนและที่ร้านค้าอื่นๆ ล้วนมีส่วนเกี่ยวข้องกับภาวะโภชนาการของเด็กวัยเรียนทั้งสิ้น

ในประเทศที่พัฒนาแล้ว เช่นประเทศอเมริกา ซึ่ง Worthinyton-Robert & Williams (1996) (อ้างใน กิริติ กิจธิระวุฒิวงษ์, 2542) ได้สรุปไว้ว่า ปัญหาโภชนาการเกินในเด็กวัยเรียนที่มีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้น เนื่องมาจากพัฒนาการใหม่ๆ ได้แก่ ผลิตภัณฑ์อาหารเชิงพาณิชย์ที่เข้ามาสนอง ความต้องการบริการเร่งด่วน โดยนำเสนอในรูปแบบการโฆษณาสินค้าทางสื่อทุกชนิด โดยเฉพาะ ทางโทรทัศน์และการปรับตัวให้ทันสมัยโดยเปลี่ยนนิสัยในการกินอาหารประเภทที่เรียกว่า อาหารขยะ (Junk Food) ซึ่งไม่มีความจำเป็นต่อร่างกาย แต่กลับเป็นที่นิยมและก่อให้เกิดผลเสีย มากกว่าภาวะการขาดสารอาหารเสียอีก ในขณะเดียวกัน ออบเชย วงศ์ทอง (2547) ได้ให้ข้อมูลว่า อาหารประเภทดังกล่าว โดยเฉพาะจำพวกขนมหวาน ขนมที่ผลิตขึ้นจากโรงงานเล็กๆ ที่ไม่มีการรักษาความสะอาดใดๆ หรือผลิตภายในบ้าน ขายตามข้างโรงเรียน อาจมีสารที่เป็นพิษปะปนอยู่ บางชนิดใช้สีที่ไม่ได้รับอนุญาตจากกระทรวงสาธารณสุข หรืออาจใช้สารปลอมปนที่อาจก่อให้เกิด

มะเร็ง ซึ่งเด็กไม่ทราบถึงอันตรายที่มาจากอาหารเหล่านี้ แม้แต่การกินผักและผลไม้ที่ไม่ได้ล้าง ต้ม เครื่องดื่มบางประเภทหรือการซื้ออาหารจากข้างถนนอาจมีเชื้อจุลินทรีย์หรือสารพิษที่ก่อให้เกิดอันตรายต่อสุขภาพได้

นิสัยการกินอาหาร (Food Habits) ซึ่งหมายถึง การปฏิบัติที่เคยชินในการกินอาหาร ได้แก่ ความชอบหรือไม่ชอบกินสิ่งหนึ่งสิ่งใด กินอย่างไร จำนวนมือที่กินและอุปกรณ์ที่ใช้ รวมทั้ง สุขนิสัยก่อนและขณะกินอาหาร ตลอดจนชนิดของอาหารที่กิน การปฏิบัติด้วยความเคยชิน มิได้คิดตัวมาแต่กำเนิดหากเกิดขึ้นภายหลังและแตกต่างกันออกไปตามปัจจัยหลายประการ เช่น วัย รายได้ อาหารที่หากินได้ในท้องถิ่นนั้นๆ ขนบธรรมเนียมการกินอาหารของแต่ละครอบครัวและ นิสัยของกลุ่มคนที่อยู่ในวัฒนธรรมหนึ่งๆ ที่ไม่เหมือนกัน การพัฒนาขั้นแรกที่จะก่อให้เกิดการกิน ที่ดีหรือไม่ดีนั้น คือ การยอมรับอาหาร (Food Acceptance) ของแต่ละบุคคลจนกลายเป็นนิสัย การกินจะเป็นพฤติกรรมที่ซับซ้อนมากกว่าการยอมรับอาหาร ทั้งนี้เพราะความรู้สึกพอใจเมื่อได้ ลิ้มรสอาหารในครั้งแรก จะก่อให้เกิดการยอมรับอาหารและนำอาหารนั้นมาบริโภคเป็นอาหาร ประจำวันในครั้งต่อไป จนกลายเป็นนิสัยการกินอาหารของบุคคลแต่ละคน ซึ่งเด็กก็มีแนวโน้มของ พฤติกรรมไปในทางใดขึ้นอยู่กับประสบการณ์ที่เขาได้รับจากครอบครัวในท้องถิ่นนั้นๆ (ดวงกมล เวชบรรยงรัตน์ และคณะ, 2543) ดังนั้นพ่อแม่หรือผู้ปกครองควรให้ความสนใจต่อการกินของเด็ก ที่อยู่ในปกครอง รวมทั้งปฏิบัติตนให้เป็นแบบอย่างที่ดี โดยเฉพาะการกินผักผลไม้ ไม่เลือกกิน เฉพาะอาหารที่ชอบและปฏิบัติเป็นประจำสม่ำเสมอ ให้เด็กมีทัศนคติที่ดี มีทักษะในการเลือกอาหาร ซึ่งนิสัยการกินนี้อาจเปลี่ยนแปลงได้ โดยได้รับอิทธิพลจากสิ่งแวดล้อม สังคม วัฒนธรรมหรือ กลุ่มเพื่อน ซึ่งอาจมีผลทำให้เด็กโดยเฉพาะเด็กระดับประถมศึกษาที่มีภาวะทุพโภชนาการ ทั้ง ภาวะขาดสารอาหารและภาวะที่ร่างกายได้รับสารอาหารเกินได้ ในส่วนของภาวะขาดสารอาหาร นั้นเป็นภาวะที่ร่างกายได้รับอาหารและนำไปใช้ประโยชน์ไม่สมดุลกัน หรือบางครั้งร่างกายได้ รับสารอาหารครบถ้วนและสมดุล แต่ร่างกายมีภาวะการเจ็บป่วยทำให้ไม่สามารถนำสารอาหารไป ใช้ประโยชน์ได้อย่างเพียงพอ ทำให้เกิดการขาดสารอาหารได้ ส่วนภาวะโภชนาการเกินหรือร่างกาย ได้รับสารอาหารเกินนั้น หมายถึง การที่ร่างกายได้รับสารอาหารมากเกินความต้องการ กินอาหาร ไม่ถูกต้อง จนทำให้ร่างกายขาดความสมดุลในการเผาผลาญพลังงาน เกิดการสะสมไขมัน ส่วนเกิน (พจนีย์ บุญนา, 2541)

ความพยายามเพื่อการควบคุมและป้องกันปัญหาภาวะ โภชนาการเกินหรือโรคอ้วนในเด็กของ ประเทศไทยนั้น มีการดำเนินงานทั้งในภาครัฐบาล เอกชนและกลุ่มองค์กรต่างๆ เช่น โครงการกินพอดี ไม่มีอ้วน ของกรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข โครงการเด็กไทยรู้ทัน ของสำนักงานกองทุนสนับสนุน การสร้างเสริมสุขภาพ โครงการเด็กไทยไม่กินหวาน โครงการฉลาดกินสู้โรคร้าย โครงการโรงเรียน

ส่งเสริมสุขภาพ เหล่านี้เป็นโครงการที่ได้รับการสนับสนุนส่งเสริมอย่างจริงจัง ในเวลาเดียวกันสำนักงานสาธารณสุขจังหวัด ตำรวจพบเด็กอายุประมาณ 10 ปีขึ้นไป เป็นโรคอ้วนมากที่สุด รองลงมา คือโรคไขข้ออักเสบและโรคฟันผุ กระทรวงสาธารณสุขจึงขอความร่วมมือจากทางโรงเรียนและมีการสรุปประเมินผลก่อนปิดภาคเรียน โดยการชั่งน้ำหนักและวัดส่วนสูงและนำไปเทียบกับเกณฑ์มาตรฐานด้วยโปรแกรม “INMU Thai Growth” เพื่อทราบภาวะโภชนาการของเด็ก (สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ, 2547)

กลุ่มเป้าหมายหนึ่งที่กำหนดขึ้นเพื่อให้ได้รับการปรับปรุงภาวะโภชนาการตามแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 8 (พ.ศ. 2540 – 2544) คือ เด็กระดับประถมศึกษา ซึ่งจะต้องได้รับการส่งเสริมสุขภาพให้เจริญเติบโต มีพัฒนาการทางด้านร่างกายและสมองให้เต็มศักยภาพของแต่ละบุคคล การที่เด็กระดับประถมศึกษาที่มีพฤติกรรมการกินที่ไม่ถูกต้อง เช่น ไม่กินผัก กินอาหารไม่ถูกสุขลักษณะ อาจมาจากสิ่งแวดล้อมที่ไม่เอื้ออำนวยหรือร้านค้าผู้ผลิตขาดความรับผิดชอบ ดังนั้นการกินอาหารของเด็กระดับประถมศึกษาจึงมีปัจจัยเกี่ยวข้องหลายประการ เช่น กระบวนการเรียนรู้ซึ่งมีมาจากบ้าน บริโภคนิสัย ฐานะทางเศรษฐกิจ ความอยากอาหาร สิ่งแวดล้อมในโรงเรียนและที่บ้าน ปัจจัยเหล่านี้มีอิทธิพลทำให้เด็กระดับประถมศึกษาได้รับสารอาหารมากหรือน้อยต่างกันได้ (พัชรภรณ์ อารีย์ และคณะ, 2542)

ยุคโลกาภิวัตน์(Globalization) หรือยุคเทคโนโลยีการสื่อสารไร้พรมแดนรวมถึงการเปลี่ยนแปลงของสังคมสมัยใหม่ สื่อเข้ามามีบทบาทสำคัญทั้งในเชิงปริมาณและคุณภาพ มีผลกระทบต่อพัฒนาเด็กและสังคมไทย เด็กในวัยเรียนหรือเด็กระดับประถมศึกษาให้ความสนใจเรียนรู้รับสารจากสื่อต่างๆ ได้มากกว่าเด็กวัยก่อนเรียน ซึ่งมีผลทั้งทางสร้างสรรค์และส่งผลกระทบต่อทัศนคติของเด็กในเชิงสะสมกลายเป็นความชอบ เป็นพฤติกรรมโภชนาการ เด็กได้เรียนรู้บริโภคินิยมที่เข้ามาสู่สังคมไทยอย่างรวดเร็วทำให้เกิดปัญหาภาวะโภชนาการเกิน เป็นผลกระทบต่อพัฒนาการทางด้านร่างกาย อารมณ์และสังคมของเด็กระดับประถมศึกษาโดยตรง ผู้ปกครองและผู้ที่มีหน้าที่ในการจัดเตรียมอาหารให้กับเด็กระดับประถมศึกษาโดยเฉพาะกลุ่มเด็กที่มีภาวะโภชนาการเกินจะต้องมีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับเรื่องคุณค่าอาหาร เอาใจใส่กับนิสัยการกินอาหาร การออกกำลังกาย เพื่อลดปัญหาและแก้ไขเด็กระดับประถมศึกษาที่มีแนวโน้มอ้วนมากขึ้น (อรุวรรณ แยมบริสุทธิ, 2546) ในปัจจุบันคนไทยรุ่นใหม่ มีแนวโน้มการกินเนื้อสัตว์ ไขมันและน้ำตาลมากขึ้น มีวิถีชีวิตและบริโภคนิยมอย่างชาวตะวันตกมากขึ้น อาหารจานด่วน อาหารขบเคี้ยวที่เด็กไทยชอบมากขึ้นแต่ไม่นิยมการออกกำลังกาย จึงเป็นสาเหตุให้เกิดภาวะโภชนาการเกิน

การจัดบริการอาหารกลางวันของโรงเรียนอนุบาลเชียงใหม่ สำหรับอาหารกลางวันของนักเรียนประกอบด้วยอาหารหลัก 5 หมู่ อาจเป็นอาหารจานเดียว เช่น ก๋วยเตี๋ยวหมูสับ ผลไม้คือ

มะละกอสุก หรือผลไม้อื่นสลับกับข้าวซึ่งจัดใส่ถาดหลุม ได้แก่ ข้าวสวย ต้มจัดผักกาดขาวหั่นฝอย ผลไม้ คือ ชมพู หรือผลไม้อื่น ภายใน 1 สัปดาห์ อาหารกลางวันทางโรงเรียนจัดให้เด็กจะสลับด้วยอาหารจานเดียว 1 – 2 วัน แต่ละมื้อปรุงอาหารสไมจัด คือ เผ็ด หวาน เปรี้ยว มันหรือเค็มให้แก่เด็กนักเรียน เด็กที่ได้รับอิทธิพลเรื่องการกินจากผู้ปกครอง เช่น ไม่กินผัก ไม่กินอาหารประเภทเส้น ไม่กินเนื้อสัตว์ โรงเรียนมีการปรับแก้โดยการร่วมมือกับครูประจำชั้น ซึ่งให้คำแนะนำให้ความรู้ถึงความสำคัญของอาหารที่มีต่อร่างกายและคอยดูแลเวลานักเรียนกินอาหารกลางวัน ซึ่งเป็นแนวทางที่โรงเรียนได้ปฏิบัติเป็นประจำ ชนิดของอาหาร การปรุงอาหาร ทางโรงเรียนหลีกเลี่ยงวิธีการปรุงที่ซ้ำบ่อยๆ เพราะเด็กนักเรียนอาจเบื่อ มีการสำรวจความชอบ ไม่ชอบอาหารของเด็ก เพื่อเก็บข้อมูลมาประกอบโครงการอาหารกลางวันในโรงเรียน ปัจจัยที่สำคัญในการให้บริการอาหารกลางวันในโรงเรียน ซึ่งโรงเรียนอนุบาลเชียงใหม่ได้คำนึงถึงอีกประการหนึ่ง คือ สถานที่ประกอบการหรือโรงอาหาร การจัดการในด้านความสะอาดและอาหารที่มีคุณภาพ เลือกรายการอาหารที่เด็กส่วนใหญ่สามารถกินได้ มีคุณค่าทางโภชนาการเหมาะสม เลือกใช้สารปรุงแต่งและวัตถุเจือปนที่ปลอดภัยและคำนึงถึงความสะอาดของภาชนะและวัสดุอุปกรณ์ที่ใช้ปรุงอาหารด้วยอาหารที่จำหน่ายในโรงเรียน ราคาต้องไม่แพง มีคุณภาพมีประโยชน์ต่อสุขภาพอนามัยของนักเรียนทั้งทางตรงและทางอ้อม ดังนั้นผู้ประกอบการด้านอาหารของโรงเรียนต้องมีความรู้ด้านคุณค่าของสารอาหารและความต้องการของร่างกายให้ถูกต้อง เพื่อการเลือกซื้อและปรุงอาหารสำหรับเด็กนักเรียนได้เหมาะสม ซึ่งการจัดอาหารกลางวันในโรงเรียนย่อมหมายถึง การจัดอาหารกลางวัน รวมทั้งอาหารว่างและเครื่องดื่มต่างๆ เพื่อช่วยส่งเสริมพัฒนาการและความเจริญเติบโตของนักเรียนทั้งด้านร่างกายและจิตใจ (ฝ่ายโภชนาการ โรงเรียนอนุบาลเชียงใหม่, 2547)

จากสิ่งเหล่านี้ผู้ศึกษาซึ่งเป็นบุคลากรของโรงเรียนอนุบาลเชียงใหม่ได้สังเกตเห็นกลุ่มนักเรียนที่กำลังเจริญเติบโตและมีภาวะโภชนาการเกินเพิ่มมากขึ้นเรื่อยๆ การป้องกันมิให้เกิดภาวะโภชนาการเกินและการแก้ไขระยะแรกเมื่อเริ่มมีภาวะนี้จึงมีความสำคัญอย่างยิ่ง โดยเฉพาะในเด็กระดับประถมศึกษาซึ่งการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเพื่อป้องกันและแก้ไข สามารถกระทำได้ง่ายกว่าวัยอื่น ผู้ศึกษาจึงสนใจศึกษาถึงการกินอาหารของเด็กระดับประถมศึกษาที่มีภาวะโภชนาการเกินโดยมุ่งศึกษาพฤติกรรมการกินอาหารของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุบาลเชียงใหม่ที่มีภาวะโภชนาการเกินเกณฑ์มาตรฐานการเจริญเติบโตของเด็กไทยตามเกณฑ์ของกองโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข (2543) อันเป็นการรวบรวมข้อมูลเบื้องต้นไว้เพื่อแก้ปัญหาภาวะโภชนาการของเด็กนักเรียนร่วมกับครูผู้ปกครองและเด็กระดับประถมศึกษาต่อไป

วัตถุประสงค์ของการศึกษา

เพื่อศึกษาการบริโภคอาหารของเด็กระดับประถมศึกษาที่มีภาวะโภชนาการเกิน

ขอบเขตของการศึกษา

ขอบเขตด้านประชากร

ประชากรที่ศึกษาในครั้งนี้คือ เด็กระดับประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีภาวะโภชนาการเกินของโรงเรียนอนุบาลเชียงใหม่ ประจำภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2547

ขอบเขตด้านเนื้อหา

การศึกษาในครั้งนี้ศึกษาการบริโภคอาหารของเด็กนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างที่มีภาวะโภชนาการเกิน ทั้งการกินอาหารหลัก อาหารระหว่างมื้อ ประเภทของอาหาร และวิธีการปรุงอาหาร ความถี่ในการกินรสชาติของอาหาร ปริมาณอาหารและเครื่องดื่มในแต่ละมื้อ รวมทั้งศึกษาวัฒนธรรมในการกินของครอบครัวเด็กที่มีภาวะโภชนาการเกินด้วย

นิยามศัพท์เฉพาะ

การบริโภคอาหาร หมายถึง การปฏิบัติหรือการแสดงออกที่นักเรียนทำเป็นประจำจนเป็นนิสัยในการกินอาหารหลัก 5 หมู่ อาหารมื้อหลัก ความถี่ในการกิน การเลือกชนิดของอาหาร รสชาติ วิธีการปรุงอาหาร รวมทั้งเครื่องดื่มและน้ำ ปริมาณอาหารแต่ละมื้อ

เด็กระดับประถมศึกษา หมายถึง นักเรียนที่กำลังเรียนในชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 อายุระหว่าง 11-12 ปี โรงเรียนอนุบาลเชียงใหม่ ภาคเรียนที่ 2/2547

ภาวะโภชนาการเกิน หมายถึง ภาวะที่ร่างกายมีน้ำหนักต่ออายุ ส่วนสูงต่ออายุ หรือน้ำหนักต่อส่วนสูงมากกว่า +2 ของส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของน้ำหนักต่ออายุ ส่วนสูงต่ออายุหรือส่วนสูงต่อน้ำหนักของประชาชนไทยอายุ 1 วัน ถึง 19 ปี (กองโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข, 2543) ซึ่งในการศึกษาครั้งนี้ใช้น้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง

ประโยชน์ที่ได้รับจากการศึกษา

1. ได้ข้อมูลการบริโภคอาหารของเด็กระดับประถมศึกษาที่มีภาวะโภชนาการเกิน
2. ได้ข้อมูลเบื้องต้นในการแก้ปัญหาของสถานศึกษา โดยการให้ความรู้ทางโภชนาการแก่เด็กและหรือร่วมมือกับผู้ปกครองแก้ไขปัญหาต่อไป