

บทที่ 5

สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การศึกษาเรื่อง ปัจจัยที่มีผลต่อการบริโภคอาหารของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 ที่มีภาวะโภชนาการเกิน มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการบริโภคอาหารและปัจจัยที่มีผลต่อการบริโภคอาหารของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 ที่มีภาวะโภชนาการเกิน ประชากรที่ใช้ในการศึกษาเป็นนักเรียนชาย และหญิงที่มีภาวะโภชนาการเกินและกำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2551 ของโรงเรียนเอกชนขนาดใหญ่แห่งหนึ่ง อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ จำนวน 410 คน เก็บข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามและการชั่งน้ำหนักและวัดส่วนสูง เพื่อประเมินภาวะโภชนาการของประชากร ประมวลผลด้วยโปรแกรมระบบการประเมินภาวะโภชนาการและใช้น้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง เป็นดัชนีชี้วัดภาวะโภชนาการ วิเคราะห์ข้อมูลโดยการแจกแจงความถี่ หาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

สรุปผลการศึกษา

1. การบริโภคอาหารของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 ที่มีภาวะโภชนาการเกิน พบว่า โดยรวมประชากรมีการบริโภคอาหารหลัก 5 หมู่อยู่ในระดับดี ประกอบด้วยการบริโภคอาหารหมู่ที่ 1 ($\mu = 1.80$) การบริโภคอาหารหมู่ที่ 3 ($\mu = 1.81$) การบริโภคอาหารหมู่ที่ 4 ($\mu = 1.91$) และการบริโภคอาหารหมู่ที่ 5 ($\mu = 1.72$) ส่วนการบริโภคอาหารหมู่ที่ 2 อยู่ในระดับพอใช้ ($\mu = 1.41$) สำหรับการบริโภคอาหารประเภทต่างๆ โดยรวมประชากรมีการบริโภคอยู่ในระดับดี ประกอบด้วย การบริโภคเครื่องดื่ม ($\mu = 1.87$) การบริโภคตามมืออาหาร ($\mu = 1.84$) การบริโภคตามรสชาติอาหาร ($\mu = 1.74$) และการบริโภคตามแหล่งที่มาของอาหาร ($\mu = 1.87$) ส่วนการบริโภคอาหารที่อยู่ในระดับพอใช้ ประกอบด้วย การบริโภคขนมและอาหารว่าง ($\mu = 1.46$) และการบริโภคตามวิธีการปรุงอาหาร ($\mu = 1.38$)

2. ปัจจัยที่มีผลต่อการบริโภคอาหารของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 ที่มีภาวะโภชนาการเกิน

- 2.1 ปัจจัยส่วนบุคคล ประชากรส่วนใหญ่เป็นเพศชาย (ร้อยละ 63.66) กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 (ร้อยละ 37.32) นับถือศาสนาพุทธ (ร้อยละ 92.44) ไม่มีโรคประจำตัว (ร้อยละ 83.66) และพักอาศัยกับบิดา มารดาหรือผู้ปกครอง (ร้อยละ 88.54) สำหรับด้านการออกกำลังกายของประชากรส่วนใหญ่ออกกำลังกายกับเพื่อน (ร้อยละ 56.34) มีความถี่ในการ

ออกกำลังกาย 1 - 2 วัน/สัปดาห์ (ร้อยละ 43.41) และใช้เวลาในการออกกำลังกาย 20 - 30 นาที/ครั้ง (ร้อยละ 42.20)

2.2 ปัจจัยด้านครอบครัว ประชากรส่วนใหญ่มีสมาชิกในครอบครัวจำนวน 3 - 4 คน (ร้อยละ 59.02) และรายได้ของครอบครัวมากกว่า 19,999 บาทต่อเดือน (ร้อยละ 65.12) บิดา และมารดาประกอบอาชีพรับราชการ (ร้อยละ 36.10 และ 33.66) และมีการศึกษาของบิดามารดา ระดับปริญญาตรี (ร้อยละ 46.10 และ 50.00) ซึ่งครอบครัวของประชากรบริโภคอาหารที่ผู้ปกครองปรุงเองทุกวัน (ร้อยละ 50.00)

2.3 ปัจจัยด้านเศรษฐกิจ สังคมและวัฒนธรรม ประชากรส่วนใหญ่ได้รับเงินมาโรงเรียนจำนวนระหว่าง 40 - 59 บาท/วัน (ร้อยละ 65.85) และมีค่าใช้จ่ายสำหรับอาหารและเครื่องดื่มจำนวนระหว่าง 20 - 39 บาท/วัน (ร้อยละ 46.34) ซึ่งประชากรส่วนใหญ่บริโภคอาหารที่บ้านและนอกบ้านกับบิดา มารดาหรือผู้ปกครอง (ร้อยละ 75.12 และ 56.83) ส่วนกลุ่มเพื่อนและวัฒนธรรมอาหารตะวันตกไม่มีผลต่อการบริโภคอาหารของประชากร (ร้อยละ 61.22 และ 53.90)

2.4 ปัจจัยด้านสื่อที่เกี่ยวข้องกับอาหารและโภชนาการ ประชากรส่วนใหญ่มีการบริโภคอาหารตามสื่อโฆษณา (ร้อยละ 73.17) โดยเฉพาะสื่อโฆษณาทางโทรทัศน์ (ร้อยละ 85.33) ซึ่งประชากรระบุเหตุผลว่า เพราะมีการแสดงลักษณะอาหารที่มีสีสันทัน นำบริโภค (ร้อยละ 59.27) และประชากรได้รับความรู้ด้านอาหารและโภชนาการมาจากบุคคลในครอบครัว (ร้อยละ 70.98) รวมทั้งได้รับความรู้จากครู อาจารย์ (ร้อยละ 53.90) และให้ความสนใจข้อมูลข่าวสารทางด้านอาหารและโภชนาการในรูปบทความ (ร้อยละ 47.80)

อภิปรายผล

การศึกษาครั้งนี้พบว่า ประชากรส่วนใหญ่เป็นเพศชาย (ร้อยละ 63.66) กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 (ร้อยละ 37.32) นับถือศาสนาพุทธ (ร้อยละ 92.44) และไม่มีโรคประจำตัว (ร้อยละ 83.66) ซึ่งประชากรกลุ่มนี้มีการปฏิบัติตนด้านการบริโภคอาหารที่ไม่เหมาะสมกับภาวะโภชนาการเท่าที่ควร จึงทำให้มีภาวะโภชนาการเกินอย่างต่อเนื่อง จากผลการศึกษาพบว่า ประชากรส่วนใหญ่มีการบริโภคข้าวขัดขาวและบะหมี่กึ่งสำเร็จรูป ระดับดี ($\mu = 1.87$, $\mu = 1.51$) ซึ่งทั้งข้าวขัดขาวและบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปล้วนมีคุณค่าทางโภชนาการน้อยกว่าข้าวกล้อง แม้ผลการศึกษาจะพบว่า ประชากรบริโภคข้าวกล้องและธัญพืชต่างๆ ระดับพอใช้ ($\mu = 1.49$, $\mu = 1.22$) ดังนั้นจึงควรส่งเสริมให้ประชากรบริโภคข้าวกล้องและธัญพืชต่างๆเพิ่มมากขึ้น เพราะอาหารทั้งสองชนิดนี้นอกจากจะมีสารอาหารหลายชนิดมากกว่าข้าวขัดขาวและบะหมี่กึ่งสำเร็จรูป แล้วยังมีเส้นใยอาหารที่เป็นสิ่งจำเป็นในการช่วยให้ระบบขับถ่ายดี รวมทั้งยังช่วยดูดซึมสารอาหารและไขมันส่วนเกิน

ออกจากร่างกายได้ด้วย ในทำนองเดียวกันการบริโภคผักพื้นเมือง สามารถช่วยให้ระบบการขับถ่ายของประชากรทำงานได้ดียิ่งขึ้น แต่ผลการศึกษาครั้งนี้ พบว่า ประชากรมีการบริโภคผักพื้นเมืองระดับพอใช้ ($\mu = 1.48$) ถือว่าประชากรบริโภคผักพื้นเมืองค่อนข้างน้อย ดังนั้นควรปลูกฝังและส่งเสริมให้ประชากรบริโภคอาหารที่ปรุงจากผักพื้นเมืองให้มากขึ้น

ผลการศึกษาครั้งนี้ พบว่า ประชากรมีการบริโภคอาหารที่มีรสจัด เช่น หวานจัด ($\mu = 1.32$) และการบริโภคผลไม้ที่มีรสหวาน ($\mu = 1.37$) รวมทั้งยังมีการบริโภคน้ำผลไม้สำเร็จรูปและน้ำอัดลม ($\mu = 1.33$, $\mu = 1.40$) ซึ่งอาหารที่มีรสหวานเหล่านี้ มีส่วนผสมของน้ำตาลสูง หากบริโภคในปริมาณมากจนเกินไป จะทำให้เป็นโรคกระดูกเปราะ โรคฟันผุ และมีความเสี่ยงต่อการเกิดโรคเบาหวานในวัยผู้ใหญ่ และผลการศึกษาายังพบว่า ประชากรบริโภคไขมันทรานส์ เช่น มันฝรั่งทอด ข้าวเกรียบทอด ระดับพอใช้ ($\mu = 1.25$) ซึ่งอาหารเหล่านี้มีแป้ง น้ำตาล ไขมันและเกลือโซเดียมเป็นจำนวนมาก หากบริโภคเป็นประจำ จะทำให้ร่างกายได้รับพลังงานเกินความต้องการของร่างกาย ส่งผลให้เกิดโรคอ้วนและขาดสารอาหารที่จำเป็นต่อร่างกายได้ อีกทั้งยังมีความเสี่ยงต่อการเกิดโรคต่างๆ เช่น โรคความดันโลหิตสูง โรคหัวใจและหลอดเลือด โรคข้อและกระดูกอักเสบ เป็นต้น (กองโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข, 2548)

ขณะเดียวกันผลการศึกษา ยังพบว่า ประชากรมีการบริโภคตามมื้ออาหาร โดยเฉพาะมื้อเย็นระดับพอใช้ ($\mu = 0.54$) มีคะแนนเฉลี่ยต่ำสุด ซึ่งอาหารมื้อเย็น ควรบริโภคน้อยกว่ามื้ออื่นๆ เนื่องจากเป็นช่วงที่ร่างกายต้องการพักผ่อนและใช้พลังงานน้อย หากบริโภคมากจะทำให้ร่างกายมีการสะสมพลังงานส่วนเกินได้ง่าย ประชากรจึงควรบริโภคอาหารมื้อเย็นที่ปรุงด้วยการต้ม นึ่งหรือตุ๋น เนื่องจากผลการศึกษาครั้งนี้ พบว่า ประชากรมีการบริโภคอาหารที่ปรุงด้วยการผัดและทอดระดับพอใช้ ($\mu = 0.75$, $\mu = 0.81$) ซึ่งอาหารประเภทนี้จัดเป็นอาหารที่มีไขมันสูง หากได้รับในปริมาณมากเกินความต้องการเป็นระยะเวลานานๆ จะเกิดการสะสมไขมันอึดตัว ซึ่งส่งผลต่อหัวใจและหลอดเลือด นำไปสู่การเป็นโรคเรื้อรังอื่น ๆ ดังนั้นการบริโภคไขมัน ควรเลือกบริโภคในปริมาณน้อยและไม่ควรบริโภคบ่อยครั้ง โดยการบริโภคอาหารประเภททอด ผัดหรือมีส่วนประกอบของไขมันไม่เกิน 1 มื้อต่อวัน (สมเกียรติ โกศลวัฒน์, 2550)

นอกจากนี้ผลการศึกษา ยังพบว่า ประชากรมีการปฏิบัติในการบริโภคอาหารนอกบ้านระดับพอใช้ ($\mu = 1.48$) ซึ่งอาหารนอกบ้านส่วนใหญ่เป็นอาหารที่ใช้ไขมันปรุงในปริมาณมาก หากบริโภคเป็นประจำ จะทำให้ได้รับไขมันมากเกินไป ฉะนั้นควรลดการบริโภคอาหารนอกบ้านลง หลีกเลี่ยงอาหารที่มีส่วนประกอบของไขมันและออกกำลังกายเป็นประจำ จะช่วยลดการสะสมไขมันส่วนเกินในร่างกายและมีภาวะโภชนาการที่เหมาะสมได้ ครอบครัวควรส่งเสริมให้ประชากรมีการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ ผลการศึกษาปัจจัยส่วนบุคคลด้านการออกกำลังกาย พบว่า

ประชากรมีการออกกำลังกายกับเพื่อน (ร้อยละ 56.34) แต่ออกกำลังกายเพียง 1-2 วันต่อสัปดาห์ (ร้อยละ 43.41) และใช้เวลาเพียง 20 - 30 นาที/ครั้ง (ร้อยละ 42.20) การปฏิบัติตามข้อมูลข้างต้นนี้ยังไม่เพียงพอต่อการเผาผลาญพลังงานที่ได้รับจากการบริโภคอาหาร จึงควรเพิ่มระยะเวลาให้นาน 30 นาที/ครั้งและเพิ่มจำนวนเป็น 4-5 วันต่อสัปดาห์ จึงจะช่วยให้ประชากรมีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง และระบบการเผาผลาญพลังงานของร่างกายทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ ย่อมจะส่งผลให้ประชากรมีภาวะโภชนาการปกติได้ในที่สุด ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของสุรรัตน์ โคมินทร์ (2549) ที่เสนอแนะว่า ควรมีความถี่ในการออกกำลังกายให้ได้อย่างน้อย 3 ครั้งต่อสัปดาห์และถ้าทำได้ทุกวันยิ่งส่งผลดีต่อสุขภาพและการควบคุมน้ำหนักด้วย

ผลการศึกษาปัจจัยด้านครอบครัวของประชากร พบว่า ส่วนใหญ่เป็นครอบครัวขนาดกลาง คือ มีสมาชิกจำนวน 3-4 คน (ร้อยละ 59.02) และประชากรพักอาศัยกับบิดา มารดาหรือผู้ปกครอง (ร้อยละ 88.54) ซึ่งมีอาชีพรับราชการ (ร้อยละ 36.10 และ 33.66) และมีความรู้ระดับปริญญาตรี (ร้อยละ 46.10 และ 50.00) มีการบริโภคอาหารทั้งที่บ้านและนอกบ้านกับครอบครัว (ร้อยละ 75.12 และ 56.83) ซึ่งการพักอาศัยกับบิดา มารดาหรือผู้ปกครอง จะมีส่วนช่วยกล่อมเกลานิ้วย รวมทั้งการปฏิบัติตนในด้านการบริโภคอาหารและการเลือกซื้อของประชากรได้ ซึ่งเป็นการปฏิบัติที่ดีควรส่งเสริมให้มีการปฏิบัติต่อไป ทั้งนี้ครอบครัวควรเป็นแบบอย่างที่ดีในการเลือกชนิดอาหาร ปริมาณอาหารและวิธีการปรุงอาหารที่ให้ประโยชน์ต่อสุขภาพของประชากร โดยครอบครัวสามารถถ่ายทอดความรู้เหล่านี้ได้ด้วยการให้ความรู้และข้อมูลในเวลาที่มีการปรุงอาหารประจำ เนื่องจาก การปรุงอาหารร่วมกันในครอบครัวจะช่วยสร้างความรู้และทักษะในการปฏิบัติตนเกี่ยวกับการบริโภคอาหารที่มีประโยชน์ต่อสุขภาพร่างกาย สอดคล้องกับแนวคิดของอุมพร สุทัศนวรวิฒิ (2550) ที่สรุปไว้ว่า ครอบครัว เป็นสถาบันที่สร้างพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารที่ถูกต้องให้แก่เด็กวัยรุ่น โดยสร้างความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการปฏิบัติตนด้านการบริโภคอาหารที่ดีและสามารถนำไปประยุกต์ใช้ให้เหมาะสมกับวิถีการดำเนินชีวิตของแต่ละคน

ในขณะเดียวกันเศรษฐกิจของครอบครัวมีส่วนทำให้ประชากรสามารถเลือกซื้ออาหารบริโภคได้ตามความชอบโดยไม่คำนึงถึงคุณค่าทางโภชนาการ ซึ่งผลการศึกษาพบว่า ครอบครัวของประชากรส่วนใหญ่มีรายได้มากกว่า 19,999 บาทต่อเดือน (ร้อยละ 65.12) ถือได้ว่า ครอบครัวมีฐานะปานกลางค่อนข้างสูง และประชากรได้รับเงินค่าใช้จ่าระหว่าง 40 - 59 บาท/วัน (ร้อยละ 65.85) ซึ่งเป็นค่าอาหารและเครื่องดื่มจำนวนระหว่าง 20 - 39 บาท/วัน (ร้อยละ 46.34) ทำให้ประชากรได้รับเงินมากพอสมควรในการเลือกซื้ออาหารต่าง ๆ ขณะอยู่นอกบ้านในแต่ละวัน สอดคล้องกับแนวคิดของกิริติ กิจธีระวุฒินงษ์ (2542) ที่สรุปว่า หากครอบครัวที่มีรายได้เพียงพอและนิยมบริโภคอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการน้อย ย่อมส่งผลให้เกิดภาวะโภชนาการเกินได้

เช่นกัน ด้วยเหตุนี้จึงทำให้อิทธิพลของสังคมกลุ่มเพื่อนและวัฒนธรรมอาหารตะวันตกไม่มีผลต่อการบริโภคอาหารของประชากรกลุ่มนี้ (ร้อยละ 61.22 และ 53.90)

สำหรับปัจจัยที่ส่งผลโดยตรงต่อการบริโภคอาหารของประชากรมากที่สุด คือ สื่อโฆษณา (ร้อยละ 73.17) โดยเฉพาะสื่อโทรทัศน์ (ร้อยละ 85.33) เพราะประชากรระบุว่า มีการแสดงลักษณะอาหารที่มีสีสัน น่าบริโภค (ร้อยละ 59.27) ซึ่งสาเหตุที่ทำให้สื่อโฆษณามีอิทธิพลต่อการตัดสินใจเลือกบริโภคอาหารในปัจจุบัน เนื่องจากมีการนำเสนอภาพลักษณ์ของอาหารที่สามารถกระตุ้นให้เกิดความต้องการบริโภคมากขึ้น อีกทั้งการโฆษณา เป็นช่องทางหนึ่งที่ผู้ผลิตอาหารส่วนใหญ่นำมาใช้เป็นสื่อในการถ่ายทอดและนำเสนอข้อมูลของอาหารที่ตนผลิต โดยมีเป้าหมายทางการตลาดที่เน้นกลุ่มวัยรุ่น ประชากรของการศึกษาคั้งนี้อยู่ในช่วงวัยรุ่น ซึ่งเป็นวัยที่เปิดรับสื่อโฆษณาเกี่ยวกับอาหารได้ง่าย โดยขาดการพิจารณาไตร่ตรองให้รอบคอบก่อนตัดสินใจเลือกซื้อ

ดังนั้นอาหารที่มีการให้ข้อมูลเกินจริงหรือมีประโยชน์น้อย ทำให้ประชากรมีโอกาสบริโภคอาหารที่ไม่เหมาะสมและไม่คุ้มค่ากับเงินที่จ่ายไป ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของวีระวิระไวทยะและสง่า คามาพงษ์ (2541) ที่สรุปว่า ปัจจุบันการสื่อสารในระบบสากลทำให้ข้อมูลต่างๆ เสนอและแพร่กระจายได้อย่างรวดเร็ว ผู้บริโภคจึงได้รับการเสนอขายหรือตกเป็นเหยื่อของการโฆษณาสินค้าที่เป็นอาหารจากสื่อต่างๆ เช่น วิทยุ โทรทัศน์และสิ่งพิมพ์ ด้วยเหตุนี้บุคคลในครอบครัว เช่น บิดา มารดา หรือญาติพี่น้อง จึงมีบทบาทสำคัญที่ช่วยให้สมาชิกของครอบครัวมีการเลือกซื้ออาหารได้ถูกต้องและส่งผลให้มีภาวะโภชนาการที่ดีจากการบริโภคอย่างเหมาะสม โดยการให้ความรู้ด้านอาหารและโภชนาการ ดังข้อมูลของวารุณี วงษา (2545) ที่แนะนำว่า บิดามารดาควรเป็นแบบอย่างที่ดีในการบริโภคอาหาร ตลอดจนให้ความสนใจในเรื่องของอาหาร ดูแลหรือควบคุมการบริโภคอาหารของบุตรหลานให้อยู่ในปริมาณที่เหมาะสม จึงจะทำให้วัยรุ่นมีสุขภาพสมบูรณ์แข็งแรงและมีภาวะโภชนาการที่ดี

นอกจากนี้ผลการศึกษา ยังพบว่า ประชากรได้รับความรู้ด้านอาหารและโภชนาการจากครูอาจารย์ (ร้อยละ 53.90) ทั้งนี้ครูอาจารย์ สามารถถ่ายทอดความรู้เพิ่มเติมแก่ประชากรได้ทั้งในและนอกห้องเรียน โดยใช้ข้อมูลในรูปของสื่อสิ่งพิมพ์หรือสื่ออิเล็กทรอนิกส์ สอดคล้องกับผลการศึกษาครั้งนี้ ที่พบว่า ประชากรให้ความสนใจข้อมูลข่าวสารทางด้านอาหารและโภชนาการในรูปบทความ (ร้อยละ 47.80) ที่สอดแทรกในสื่อสิ่งพิมพ์หรือสื่ออิเล็กทรอนิกส์และมีอิทธิพลต่อการบริโภคอาหารของประชากร ทั้งนี้ผู้ผลิตอาหารและผู้โฆษณาควรตระหนักถึงความสำคัญต่อสิ่งที่เผยแพร่และการนำเสนอข้อมูลทางโภชนาการที่ถูกต้องแก่ผู้บริโภค

ข้อเสนอแนะ

การนำผลการศึกษาไปใช้

1. ครอบครัวยุคใหม่ควรปลูกฝังนิสัยการบริโภคอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการเหมาะสมกับวัย ส่งเสริมค่านิยมในการบริโภคอาหารที่มีประโยชน์ให้นักเรียน
2. โรงเรียนควรเน้นการจัดรูปแบบการเรียนการสอนในด้านการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพ และบริโภคข้อมูลข่าวสารและความรู้ที่มีประโยชน์ รวมทั้งตระหนักถึงการจัดให้มีบริการอาหารที่มีประโยชน์ โดยเน้นคุณภาพอาหารเป็นหลัก
3. โรงเรียนและบุคลากรทุกฝ่ายควรเน้นบทบาทในการสร้างความรู้ความเข้าใจด้านอาหาร และโภชนาการที่ถูกต้องเหมาะสมแก่นักเรียนและผู้ปกครองอย่างต่อเนื่อง เพื่อให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีอย่างยั่งยืนและถาวร
4. ครูผู้สอนสามารถนำข้อมูลจากการศึกษาค้นคว้าไปใช้เป็นแนวทางในการสอดแทรก ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารที่ถูกต้องในวิชาที่สอน และสร้างลักษณะนิสัยที่ดีในการ ออกกำลังกายของนักเรียนให้มากขึ้น

การศึกษาค้นคว้าต่อไป ควรมีการศึกษาเรื่องดังต่อไปนี้

1. วัฒนธรรมอาหารของครอบครัวนักเรียนที่มีภาวะโภชนาการต่างกัน
2. ความสัมพันธ์ของปัจจัยที่มีผลต่อการบริโภคอาหารของนักเรียนที่มีภาวะโภชนาการเกิน/ต่ำ
3. ปัจจัยที่มีผลต่อภาวะโภชนาการเกินของนักเรียนช่วงชั้นอื่นๆ เพื่อให้ได้ข้อมูลที่หลากหลายและชัดเจนยิ่งขึ้น