

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

เด็กเป็นทรัพยากรมนุษย์ที่สำคัญของสังคม ผู้ใหญ่ควรให้ความสำคัญ เพราะเด็กปัจจุบันจะเจริญเติบโตขึ้นเป็นผู้ใหญ่ เป็นผู้ที่มีส่วนในการดำรงอยู่ของสังคม สังคมจะมีคุณภาพหรือไม่ ย่อมขึ้นอยู่กับคุณภาพของประชากรเป็นสำคัญ วัยเด็กนั้นเป็นวัยที่เป็นพื้นฐานของชีวิต โดยเฉพาะอย่างยิ่งในช่วงของวัยก่อนเรียน (ประกายรัตน์ ภัทรชิต, 2539) แต่เด็กจำนวนมากยังค่อยโอกาสในการได้รับการพัฒนา และการเลี้ยงดูอย่างถูกต้องตามวัย สาเหตุเนื่องจากได้รับอาหารในปริมาณไม่เพียงพอ อาหารไม่มีคุณค่าทางโภชนาการ พ่อแม่ผู้ปกครองจำนวนไม่น้อยที่ยังไม่มีความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องในเรื่องโภชนาการ และในการอบรมเลี้ยงดูบุตรในเรื่องโภชนาการ (จรรยา สุวรรณทัต, 2543) ผลการเฝ้าระวังและติดตามทางโภชนาการ ในเด็กวัยก่อนเรียนอายุ 0-5 ปี ของประเทศไทยในปี 2540 ซึ่งจัดทำโดยกองโภชนาการ กรมอนามัย (2544) พบว่า เด็กก่อนวัยเรียนมีการขาดสารอาหารตามภาวะโภชนาการ ขาดอาหารระดับ 1 ร้อยละ 8.48 และขาดอาหารระดับ 2 ร้อยละ 0.53

ภาวะการขาดสารอาหารดังกล่าวมีผลกระทบต่อพัฒนาการของเด็กทั้งทางด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม และทางด้านสติปัญญา (ประกายรัตน์ ภัทรชิต, 2539) จึงทำให้การพัฒนาของเด็กเป็นไปได้อย่างล่าช้า ดังนั้นครอบครัวซึ่งเป็นสถาบันแห่งแรกที่สำคัญที่สุดต่อพัฒนาการของเด็ก เด็กจะมีการพัฒนาการได้ดีเพียงใดนั้นขึ้นอยู่กับกรอบเลี้ยงดูของพ่อแม่ หรือตัวแทนของพ่อแม่ เช่น ปู่ ย่า ตา ยาย หรือผู้ปกครอง นับว่าเป็นกลุ่มที่สำคัญที่สุดในการถ่ายทอดความรู้ ทักษะคติ อุดมคติ และแนวทางในการดำรงชีวิตต่อไปในภายหน้าให้แก่เด็ก บุคคลที่จะพัฒนาไปเป็นผู้ใหญ่ที่ประสบความสำเร็จในชีวิตได้ดีเพียงใดขึ้นอยู่กับกรอบเลี้ยงดูในระยะแรก ๆ ครอบครัวควรเอาใจใส่ดูแลเด็กอย่างสม่ำเสมอ ทั้งในด้านการรับประทานอาหาร การออกกำลังกาย การพักผ่อน รวมทั้งการอบรมให้เด็กเป็นผู้มีระเบียบและปฏิบัติในสิ่งที่ดีงาม สิ่งเหล่านี้จะช่วยให้เด็กมีการพัฒนาทุกด้านได้ดีขึ้น ในเวลาเดียวกันครอบครัวเป็นส่วนสำคัญในการสร้างนิสัยการบริโภคให้กับเด็ก

เพราะเด็กเรียนรู้จากประสบการณ์ในครอบครัว ความเคยชิน ชนิดของอาหาร รสชาติ วิธีการเตรียม และการปรุงอาหารจะเป็นปัจจัยทำให้เกิดนิสัยในการบริโภคตามมา ถ้าครอบครัวมีนิสัยในการบริโภคไม่ถูกต้อง เช่น ครอบครัวรับประทานอาหารสุก ๆ ดิบ ๆ มีความเชื่อผิด ๆ ในการบริโภคอาหาร การละเว้นอาหารบางชนิด หรือมีวิธีการปรุงอาหารที่ไม่เหมาะสม เด็กก็จะปฏิบัติตาม เช่น การรับประทานปลาดิบหรือปลาร้าดิบทำให้เป็นพยาธิใบไม้ในตับพยาธิตัวจิ๋ว ถ้าผู้ปกครองไม่ชอบรับประทานผัก ไม่จัดอาหารประเภทผักให้เด็ก เด็กจะไม่คุ้นเคยและไม่ชอบรับประทานผัก ซึ่งอาจทำให้เกิดปัญหาทางสุขภาพ เช่น อาการท้องผูกเกิดขึ้น นอกจากนั้นอาจเกิดภาวะทุพโภชนาการ และภาวะแทรกซ้อนได้ ในทางตรงกันข้ามครอบครัวที่ผู้ปกครองให้ความสนใจเรื่องของการรับประทานอาหารครบ 5 หมู่ ในปริมาณที่เหมาะสม สุกและสะอาด เด็กในครอบครัวก็จะคุ้นเคยกับการรับประทานอาหารที่สมดุล ทำให้มีสุขภาพดี นอกจากนั้นผู้ปกครองที่มีการศึกษาที่ดี และการมีอาชีพที่ดีย่อมมีรายได้ที่ดีตามไปด้วย เพราะปัจจัยทางเศรษฐกิจของครอบครัวมีอิทธิพลที่สำคัญต่อสุขภาพเด็กเหมือนกัน (ฉัตรแก้ว ประวาหะนาวิณ, 2539) พ่อ-แม่ผู้ปกครองเป็นผู้มีอิทธิพล เพราะถ้าเด็กใกล้ชิดกับใครมักจะมีพฤติกรรมตามแบบบุคคลเหล่านั้น เพราะฉะนั้นพ่อ แม่ ผู้ปกครองต้องเป็นตัวอย่างที่ดีให้กับเด็ก (Panyananda Bhikkhu, 2000)

พ่อ-แม่ ผู้ปกครองหรือบุคคลที่มีหน้าที่ในการจัดเตรียมอาหารให้กับเด็กจะต้องมีการรับรู้ในเรื่องอาหารของเด็ก ซึ่งรวมถึงเรื่องการจัดรายการอาหาร การเลือกซื้ออาหารที่เหมาะสม สภาพของท้องถิ่นของตนเอง รวมทั้งควรมีความรู้ทางด้านอาหารและโภชนาการที่ถูกต้อง (วารุณี วงษา, 2545) เพราะโภชนาการที่ดีเป็นส่วนหนึ่งของการพัฒนาทางด้านสติปัญญา และสมองของเด็ก (Maryin Eastwood, 1997)

ในปัจจุบันผู้ปกครองส่วนใหญ่ได้ให้ความสนใจต่อสุขภาพอนามัยของบุตรมากขึ้น โดยเฉพาะในเรื่องของการเจ็บไข้ได้ป่วย แต่อาจจะยังไม่ได้ให้ความสำคัญกับการรับประทาน อาหารของเด็ก โดยเฉพาะอย่างยิ่งเด็กก่อนวัยเรียนซึ่งควรได้รับอาหารตามหลักโภชนาการ ทั้งนี้ เพราะการรับประทานอาหารอาจเป็นสาเหตุให้เด็กมีภาวะโภชนาการต่ำหรือเกินได้ ด้วยเหตุผลดังกล่าวทำให้ผู้ศึกษาสนใจที่จะศึกษาการรับรู้ทางโภชนาการและการจัดเตรียมอาหารของผู้ปกครองให้กับเด็กในระดับอนุบาล

วัตถุประสงค์ของการศึกษา

การศึกษาเรื่อง การรับรู้ทางโภชนาการและการจัดเตรียมอาหารของผู้ปกครองให้กับเด็ก าระดับอนุบาล มีวัตถุประสงค์ดังนี้

1. เพื่อศึกษาการรับรู้ทางโภชนาการของผู้ปกครองเด็กระดับอนุบาล
2. เพื่อศึกษาการจัดเตรียมอาหารของผู้ปกครองของเด็กระดับอนุบาล
3. เพื่อเปรียบเทียบการรับรู้ และการจัดเตรียมอาหารของผู้ปกครองของเด็กอนุบาลที่มี น้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์ น้ำหนักตามเกณฑ์ และน้ำหนักเกินเกณฑ์

ขอบเขตการศึกษา

ขอบเขตด้านประชากร

ประชากรที่ศึกษาในครั้งนี้คือ ผู้ปกครองเด็กระดับอนุบาลของโรงเรียนบ้านปางสัก ตำบลแม่สุ่น อำเภอฝาง จังหวัดเชียงใหม่ ซึ่งจัดเตรียมอาหารให้เด็กและอ่านออกเขียนได้ จำนวน 44 คน ประจําภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2546

ขอบเขตด้านเนื้อหา

การศึกษานี้มุ่งศึกษาถึงการรับรู้ทางโภชนาการ และการจัดเตรียมอาหารของผู้ปกครองให้กับเด็กระดับอนุบาล ด้านการปฏิบัติของผู้ปกครองด้านสุขวิทยาและอาหาร

นิยามศัพท์เฉพาะ

การรับรู้ หมายถึง การรับรู้ทางโภชนาการเกี่ยวกับอาหารหลัก 5 หมู่ ความหมายของอาหาร คุณค่า ประโยชน์ และโทษของอาหาร สุขวิทยาส่วนบุคคล โรคที่เกิดจากการรับประทานอาหาร การเลือกซื้อ และการรับประทานอาหารที่เหมาะสมตามวัย

การจัดเตรียมอาหาร หมายถึง การล้าง ปอก หั่น สับ บด ผสม และการปรุง ในการจัดเตรียมอาหารให้เด็กระดับอนุบาล

ผู้ปกครอง หมายถึง พ่อ แม่ หรือญาติผู้ใหญ่ ผู้ที่มีส่วนดูแลรับผิดชอบการจัดเตรียมอาหารให้กับเด็ก

เด็กระดับอนุบาล หมายถึง เด็กระดับอนุบาลของโรงเรียนบ้านปางสัก ตำบลแม่สุ่น อำเภอฝาง จังหวัดเชียงใหม่ ภาคเรียนที่ 2/2546

ประโยชน์ที่ได้รับจากการศึกษา

จากการศึกษาเรื่อง การรับรู้ทางโภชนาการและการจัดเตรียมอาหารของผู้ปกครองให้กับ
เด็กระดับอนุบาล ทำให้ได้รับประโยชน์ดังนี้

1. ทราบถึงการรับรู้ของผู้ปกครอง และการจัดเตรียมอาหารให้กับเด็กระดับอนุบาล
2. ใช้เป็นข้อมูลพื้นฐานเบื้องต้นสำหรับหน่วยงานที่เกี่ยวข้องนำไปใช้ประกอบการ
วางแผนการส่งเสริม ป้องกันและแก้ไขปัญหาโภชนาการของเด็กระดับอนุบาลต่อไป



ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved