

ปัจจัยที่มีผลต่อภาวะโภชนาการของเด็กก่อนวัยเรียน ของศูนย์พัฒนาเด็กเล็กสังกัดเทศบาลตำบลเมืองศรีไค อำเภวารินชำราบ จังหวัดอุบลราชธานี

Factors Influencing Nutritional Status of Pre-School Age Children Development Centers in Subdistrict Municipality Mueang Si Khai Subdistrict Warinchamrab District, Ubonratchathani Province

ธมกร ธีรภูริเดช*¹ ดวงฤทัย เสมอคุ้มหอม² สุธาร์ตนันท์ วันงามวิเศษ³

Thamakorn Thienphuridej*¹ Daungrutai Seanmkhumhom² Sudarat Wannamwiset³

¹คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยอุบลราชธานี อุบลราชธานี ประเทศไทย 34190

¹Faculty of Nursing, Ubonratchathani University, Thailand 34190

²วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี จักรีราช ราชบุรี ประเทศไทย 70110

²Boromarajonani college of nursing Jakkiraj, Ratchaburi Thailand 70110

³วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี จังหวัดนนทบุรี ประเทศไทย 11000

³Boromarajonani college of nursing Nonthaburi, Nonthaburi Thailand 11000

บทคัดย่อ

การวิจัยแบบหาความสัมพันธ์เชิงทำนายนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาปัจจัยด้านผู้ปกครองที่มีผลต่อภาวะโภชนาการเด็กก่อนวัยเรียน กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า ได้แก่ ผู้ปกครองที่มีเด็กก่อนวัยเรียนมีภาวะผอม จำนวน 88 คน จากการเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบสุ่มตัวอย่างแบบง่าย เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูลเป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นซึ่งผ่านการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาและความเชื่อมั่น โดยค่าคูเดอร์-ริชาร์ดสัน 20 ของแบบสอบถามความรู้ทางโภชนาการของผู้ปกครองเท่ากับ 0.71 และค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาคของแบบสอบถามพฤติกรรมการจัดหาอาหารของผู้ปกครองและพฤติกรรมการเลี้ยงดูด้านโภชนาการของผู้ปกครองเท่ากับ 0.83 และ 0.76 ตามลำดับ วิเคราะห์ข้อมูลโดยสถิติเชิงพรรณนา สถิติสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน และสถิติการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอน

ผลการศึกษาพบว่า ปัจจัยด้านผู้ปกครองที่มีความสัมพันธ์และสามารถร่วมทำนายภาวะโภชนาการเด็กก่อนวัยเรียน ได้แก่ พฤติกรรมการจัดหาอาหารของผู้ปกครอง ($\beta = 2.31, p < .05$) และพฤติกรรมการเลี้ยงดูเด็กด้านโภชนาการของผู้ปกครอง ($\beta = 0.485, p < .05$) โดยสามารถร่วมทำนายภาวะโภชนาการเด็กก่อนวัยเรียนได้ร้อยละ 39 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($R^2 = 0.399, p < .05$) ข้อมูลที่ได้จากการศึกษาค้นคว้าสามารถนำไปใช้เป็นแนวทางในการพัฒนาโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพเด็กก่อนวัยเรียนของผู้ปกครอง เพื่อให้ผู้ปกครองสามารถดูแลเด็กก่อนวัยเรียนให้มีพัฒนาการการเจริญเติบโตสมวัย และมีภาวะโภชนาการที่ดี

คำสำคัญ : ภาวะโภชนาการ, เด็กก่อนวัยเรียน, ปัจจัยด้านผู้ปกครอง

Corresponding author *Email: Thamakorn.t@ubu.ac.th

ได้รับการสนับสนุนทุนจากคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยอุบลราชธานี

วันที่รับ (received) 6 ก.ย. 2564 วันที่แก้ไขเสร็จ (revised) 27 พ.ย. 2564 วันที่ตอบรับ (accepted) 11 ธ.ค. 2564

Abstract

The predictive correlational research aimed to study the parental factors influencing nutritional status of pre-school children. The samples consisted of 88 parental pre-school children. The samples were selected by random simple sampling. The research instruments were questionnaire which developed by researcher. The content validity and reliability of the nutritional knowledge questionnaire was analyzed by using KR-20 at 0.71. The food providing behaviors and nutritional care behaviors questionnaire were also analyzed by using Cronbach' s alpha coefficient at 0.83 and 0.76, respectively. The data were analyzed by Descriptive statistics, Pearson's correlation coefficient and Stepwise multiple regression analysis.

The results revealed that the two predisposing factors were statistically significantly associated and could predicted nutritional status of pre-school age children. The food providing behaviors ($\beta = 2.31$, $p < .05$) and nutritional care behaviors ($\beta = 0.485$, $p < .05$) were significantly positively correlated and could predicted nutritional status of pre-school age children at the level of 39% ($R^2 = 0.399$, $p < .05$). The result of this study could be used as guideline to develop the promoting program for parental of pre-school age children and they could be able to care the children for development of maturity and good nutritional status.

Keywords: nutritional status, pre-school children, parental factors

บทนำ

โภชนาการเป็นพื้นฐานสำคัญของการเจริญเติบโตและพัฒนาการที่ดีของเด็กก่อนวัยเรียน (อายุ 2-6 ปี) ซึ่งเป็นวัยที่มีการเจริญเติบโตและพัฒนาการอย่างรวดเร็ว เด็กก่อนวัยเรียนที่ได้รับการเลี้ยงดูที่ดีรวมถึงได้รับโภชนาการที่เหมาะสมจะเป็นรากฐานสำคัญในการพัฒนาศักยภาพเด็กในช่วงวัยต่อมา อย่างไรก็ตามจากการสำรวจทั่วโลกในปี พ.ศ. 2562 กลับพบว่าเด็กอายุต่ำกว่า 5 ปี มีภาวะเตี้ย (เด็กที่มีส่วนสูงตามเกณฑ์อายุต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐาน) หรือการขาดสารอาหารแบบเรื้อรังสูงถึง 144 ล้านคน (ร้อยละ 21.3) มีภาวะผอม (เด็กที่มีน้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูงต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐาน) หรือการขาดสารอาหารแบบเฉียบพลัน 47 ล้านคน (ร้อยละ 6.9) และมีภาวะอ้วน (เด็กที่มีน้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูงเกินเกณฑ์มาตรฐาน) 38 ล้านคน (ร้อยละ 5.6) จากสถิติดังกล่าว หากนำมาเปรียบเทียบกับเป้าหมายโภชนาการระดับโลก ปี พ.ศ. 2568 ที่กำหนดให้เด็กอายุต่ำกว่า 5 ปี มีภาวะเตี้ย ผอมและอ้วนน้อยกว่าร้อยละ 14.7, 5 และ 3 ตามลำดับแล้ว¹ เมื่อพิจารณาจากสถิติแล้ว อาจกล่าวได้ว่า ปัญหาโภชนาการในเด็กยังคงเป็นปัญหาที่สำคัญและต้องดำเนินการแก้ไขอย่างเร่งด่วน

สำหรับประเทศไทย จากการสำรวจในปี พ.ศ. 2562 เช่นกันพบว่า เด็กอายุต่ำกว่า 5 ปี ร้อยละ 13 มีภาวะเตี้ย ซึ่งเป็นผลมาจากการขาดสารอาหารที่มีประโยชน์อย่างต่อเนื่อง

เป็นระยะเวลานาน มีภาวะผอมร้อยละ 8 และภาวะอ้วนร้อยละ 9 ซึ่งเพิ่มขึ้นจากปี พ.ศ. 2558 ที่ภาวะเตี้ย ผอมและอ้วนอยู่ที่ร้อยละ 11, 5 และ 8 ตามลำดับ² จากสถิติดังกล่าวแสดงให้เห็นว่าเด็กที่มีภาวะเตี้ย ผอมและอ้วน มีแนวโน้มที่เพิ่มสูงขึ้น และจากรายงานการประชุมประจำเดือนของศูนย์พัฒนาเด็กเล็กสังกัดเทศบาลตำบลเมืองศรีไค อำเภอวารินชำราบ จังหวัดอุบลราชธานีประจำเดือนพฤษภาคม-เดือนกรกฎาคม พ.ศ. 2562 พบว่าเด็กก่อนวัยเรียนมีภาวะผอมมากที่สุด รองลงมาคือ ภาวะเตี้ยและภาวะอ้วนตามลำดับ (ร้อยละ 18, 10 และ 7 ตามลำดับ) จากรายงานดังกล่าว แสดงให้เห็นว่าปัญหาภาวะโภชนาการในเด็กก่อนวัยเรียนยังคงเป็นปัญหาที่สำคัญ ซึ่งอาจส่งผลกระทบต่อพัฒนาสมองของเด็ก สุขภาพ และความเป็นอยู่ของเด็กในระยะยาว²

เด็กก่อนวัยเรียนที่มีภาวะโภชนาการขาดจะมีการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายที่สามารถมองเห็นได้ เช่น เด็กจะมีลักษณะซูบซีด ผอม เตี้ย แครกแกรน กล้ามเนื้อเหลวลึบเพราะขาดไขมันชั้นใต้ผิวหนัง³ เป็นต้น นอกจากนี้ยังส่งผลให้มีภูมิคุ้มกันโรคต่ำ ติดเชื้อได้ง่ายและหายช้า ส่วนความเกี่ยวข้องกับระดับสติปัญญาและการเรียนรู้ของเด็กนั้น จากรายงานวิจัยที่ผ่านมาพบว่า เด็กที่มีภาวะเตี้ยเมื่ออายุ 0-2 ปี มีความสามารถในการเรียนรู้ต่ำกว่าเด็กที่มีภาวะโภชนาการปกติ⁴ และมีการแสดงออกของพฤติกรรมภายนอกที่เบี่ยงเบนจากเด็กทั่วไป⁵

นอกจากเด็กก่อนวัยเรียนที่มีภาวะอ้วนถือเป็นปัญหา ด้านโภชนาการที่สำคัญเช่นกัน โดยเด็กที่อ้วนมีโอกาสที่จะ เติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่อ้วน ซึ่งโรคอ้วนเป็นความผิดปกติของการ เเผาผลาญพลังงาน เป็นผลจากความสมดุลของพลังงานที่ได้รับ และพลังงานที่เผาผลาญ ทำให้เกิดการสะสมพลังงานในรูป ของ Triglycerides ในเนื้อเยื่อไขมัน ส่งผลกระทบและ ภาวะแทรกซ้อนต่อเด็ก ได้แก่ ไขมันในเลือดสูง โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง โรคระบบทางเดินหายใจ โรคข้อและ กระดูก อาจจะทำให้กระดูกบริเวณขาอ่อนแอ โกงโค้ง และทำให้เกิดข้อบริเวณหัวเข่าอักเสบได้ หากเป็นโรคอ้วนขั้นรุนแรง อาจจะมีผลกระทบต่อทางเดินหายใจ ทำให้มีการคั่งของก๊าซ คาร์บอนไดออกไซด์ ส่งผลขัดขวางการเรียนรู้หนังสือและ ง่วงนอนทุกครั้งที่นั่ง และอาจมีผลต่ออาการลักษณะของเด็ก เด็กถูกล้อเลียน ทำให้รับรู้ภาพลักษณ์ตนเองในทางลบ ทำให้มี ปัญหาสัมพันธ์ภาพกับกลุ่มเพื่อน ส่งผลให้เด็กบางคนมีปมด้อย แยกตัวจากสังคม และส่งผลให้เด็กไม่ประสบความสำเร็จใน อนาคตเท่าที่ควร⁶

จากการทบทวนวรรณกรรมพบว่า ปัจจัยที่มีความ เกี่ยวข้องกับภาวะโภชนาการเด็ก ได้แก่ ปัจจัยด้านตัวเด็ก ปัจจัยด้านผู้ปกครอง และปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อม^{7,8} โดยปัจจัย ด้านตัวเด็ก เช่น น้ำหนักแรกเกิด พฤติกรรมการบริโภคอาหาร เป็นต้น ปัจจัยด้านผู้ปกครอง เช่น ระดับการศึกษา ความรู้ ทางโภชนาการ พฤติกรรมการจัดหาอาหาร เป็นต้น และปัจจัย ด้านสิ่งแวดล้อม เช่น สื่อสังคมออนไลน์ เป็นต้น อย่างไรก็ตาม เด็กก่อนวัยเรียนเป็นวัยที่ดูแลตนเองด้านอาหารได้น้อย ผู้ปกครองจึงมีบทบาทหลักในการจัดหาอาหาร และดูแล ให้เด็กรับประทานอาหารเช้าจากกล่าวได้ว่าปัจจัยด้านผู้ปกครอง เป็นปัจจัยที่มีความเกี่ยวข้องกับภาวะโภชนาการเด็กมากที่สุด หากผู้ปกครองมีความรู้ความเข้าใจในโภชนาการเด็กถูกต้อง ย่อมมีการปฏิบัติพฤติกรรมในการเลือกซื้อหาอาหาร จัดเตรียม และประกอบอาหาร ตลอดจนดูแลให้เด็กรับประทานอาหารเช้า ได้ถูกต้อง เหมาะสมตามหลักโภชนาการ ซึ่งจะทำให้เด็กได้รับ ปริมาณและสารอาหารครบถ้วน เพียงพอต่อความต้องการของ ร่างกาย ส่งผลให้เด็กมีพัฒนาการเจริญเติบโตตามวัยและมี ภาวะโภชนาการที่ดีตามมา ยิ่งไปกว่านั้น หากผู้ปกครองมีการ เลี้ยงดูเด็กด้านโภชนาการที่ดี เป็นแบบอย่างที่ดี ย่อมเป็น การสร้างสุขลักษณะนิสัยและปลูกฝังพฤติกรรมการบริโภค ที่ดีให้เด็กร่วมด้วย ดังนั้นผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาปัจจัยด้าน ผู้ปกครอง ได้แก่ ความรู้ทางโภชนาการ พฤติกรรมการจัดหา

อาหาร พฤติกรรมการเลี้ยงดูเด็กด้านโภชนาการ

จากข้อมูลการสนทนากับผู้ปกครองและครูประจำ ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กในพื้นที่สังกัดเทศบาลตำบลเมืองศรีไค อำเภวารินชำราบ จังหวัดอุบลราชธานีพบว่า ผู้ปกครอง บางรายยังขาดความเข้าใจในการเลี้ยงดูเด็กด้านโภชนาการ เช่น การให้เด็กเล่นไปด้วยรับประทานอาหารเช้าไปด้วย การให้เด็ก ดูโทรทัศน์หรือโทรศัพท์มือถือขณะรับประทานอาหารเช้า หรือ การให้รับประทานอาหารเช้าที่ไม่หลากหลาย เป็นต้น ซึ่งจาก ตัวอย่างข้อมูลดังกล่าว ผู้ปกครองอาจมีพฤติกรรมการจัดหา อาหาร ตลอดจนการเลี้ยงดูเด็กด้านโภชนาการที่ไม่ถูกต้อง เหมาะสมได้ ซึ่งจะทำให้ให้เด็กได้รับปริมาณและสารอาหาร ไม่ครบถ้วน เพียงพอต่อความต้องการของร่างกาย หากไม่มี แนวทางหรือมาตรการในการส่งเสริม ป้องกันและแก้ไขปัญหา อย่างจริงจังและยั่งยืน ปัญหาอาจจะมีแนวโน้มที่รุนแรงขึ้น ซึ่งจะส่งผลต่อภาวะสุขภาพและความเป็นอยู่ของเด็กวัยนี้ อย่าง หลีกเลียงไม่ได้ ดังนั้นในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยจึงมีความสนใจ ที่จะศึกษาปัจจัยด้านผู้ปกครองที่มีผลต่อภาวะโภชนาการของ เด็กในศูนย์พัฒนาเด็กเล็กสังกัดเทศบาลตำบลเมืองศรีไค อำเภวารินชำราบ จังหวัดอุบลราชธานี ซึ่งได้แก่ ความรู้ทาง โภชนาการ พฤติกรรมการจัดหาอาหาร พฤติกรรมการเลี้ยงดู เด็กด้านโภชนาการ เพื่อใช้เป็นข้อมูลพื้นฐานที่ใช้ในการวางแผน เรื่องโภชนาการของหน่วยงานที่เกี่ยวข้องและใช้เป็นแนวทาง ในการแก้ไขปัญหาภาวะทุพโภชนาการ อีกทั้งสามารถนำมาเป็น ข้อมูลพื้นฐานในการศึกษาครั้งต่อไป

วัตถุประสงค์

เพื่อศึกษาปัจจัยด้านความรู้ทางโภชนาการ พฤติกรรมการจัดหาอาหาร และพฤติกรรมการเลี้ยงดู ด้านโภชนาการของผู้ปกครองที่มีผลต่อภาวะโภชนาการของ เด็กก่อนวัยเรียนในศูนย์พัฒนาเด็กเล็กสังกัดเทศบาลตำบล เมืองศรีไค อำเภวารินชำราบ จังหวัดอุบลราชธานี

คำถามการวิจัย

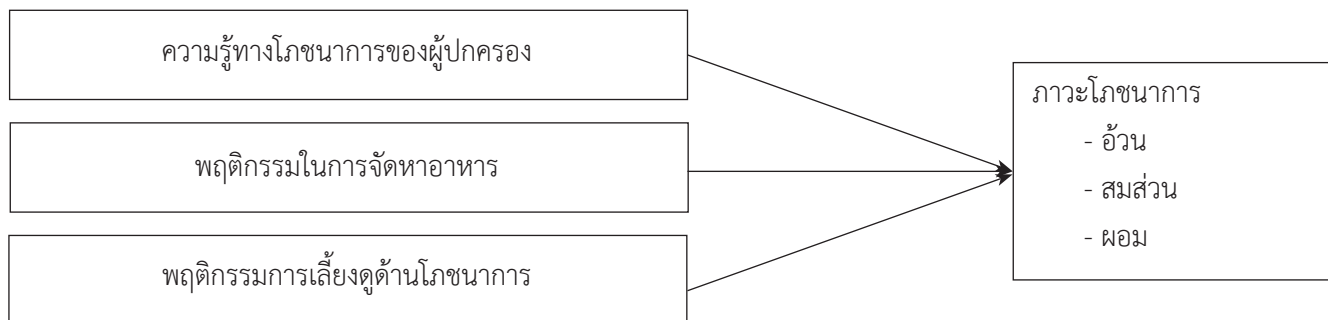
ความรู้ทางโภชนาการ พฤติกรรมการจัดหาอาหาร และพฤติกรรมการเลี้ยงดูด้านโภชนาการของผู้ปกครองมีผล ต่อภาวะโภชนาการเด็กก่อนวัยเรียนหรือไม่

สมมติฐานการวิจัย

1. ความรู้ทางโภชนาการของผู้ปกครองมีผลต่อภาวะโภชนาการของเด็กก่อนวัยเรียน
2. พฤติกรรมการจัดหาอาหารของผู้ปกครองมีผลต่อภาวะโภชนาการของเด็กก่อนวัยเรียน
3. พฤติกรรมการเลี้ยงดูเด็กด้านโภชนาการของผู้ปกครองมีผลต่อภาวะโภชนาการของเด็กก่อนวัยเรียน

กรอบแนวคิดในการวิจัย

ผู้วิจัยนำแนวคิดความสัมพันธ์ของความรู้และการปฏิบัติ⁹ ร่วมกับการทบทวนวรรณกรรมมาเป็นกรอบในการศึกษาเกี่ยวกับการส่งเสริมโภชนาการเด็กก่อนวัยเรียน โดยอาจกล่าวได้ว่าความรู้ทางโภชนาการมีส่วนสำคัญโดยตรงที่ก่อให้เกิดความเข้าใจ เกิดแรงจูงใจที่จะปฏิบัติพฤติกรรมและก่อให้เกิดการปฏิบัติพฤติกรรมในการจัดหาอาหารและพฤติกรรมการเลี้ยงดูด้านโภชนาการในการส่งเสริมโภชนาการเด็กก่อนวัยเรียน¹⁰ การมีความรู้ที่ถูกต้องและเหมาะสมจะทำให้รู้ว่าจะต้องปฏิบัติอย่างไร เพื่อส่งเสริมโภชนาการเด็กได้เหมาะสมและนำไปสู่ภาวะโภชนาการที่ดีของเด็กก่อนวัยเรียน ดังแผนภูมิที่ 1



แผนภูมิที่ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบหาความสัมพันธ์เชิงทำนาย (Predictive correlational research) ประชากรในการศึกษาคือ ผู้ปกครองที่มีเด็กก่อนวัยเรียนอายุ 2-6 ปี ที่มารับบริการในศูนย์พัฒนาเด็กเล็กสังกัดเทศบาลเมืองศรีไค อำเภอวารินชำราบ จังหวัดอุบลราชธานี จำนวน 3 แห่ง โดยมีลักษณะที่คล้ายคลึงกัน คือ ไม่มีร้านค้าหรือแผงลอยสำหรับขายอาหาร

และมีการจัดหาอาหารสำหรับเด็กตามมาตรฐานการจัดอาหารของศูนย์พัฒนาเด็กเล็กที่เหมือนกัน โดยมีกลุ่มประชากร จำนวน 120 ราย การวิจัยครั้งนี้ใช้ดัชนีการประเมินภาวะโภชนาการของเด็ก คือน้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง (Weight for height)¹¹ ซึ่งการวิจัยครั้งนี้ได้ขนาดกลุ่มตัวอย่างจากการแทนค่าโดยใช้สูตร ดังนี้ $N = L + U + 1$

$$\text{โดย } N = \frac{F^2}{\frac{F^2}{L} + \frac{1}{U} + 1}$$

โดย N = Total sample size, L = Effect size index (Cohen's table)¹
 F^2 = Effect size, U = Number of predictor
 แทนค่า $N = \frac{10.9}{0.13} + 3 + 1 = 87.846$

ผลจากการแทนค่าข้างต้นได้ขนาดกลุ่มตัวอย่าง 88 ราย จากนั้นเลือกกลุ่มตัวอย่างผู้ปกครองเด็กก่อนวัยเรียน ด้วยวิธีการจากการสุ่มตัวอย่างแบบง่าย (simple random sampling) แบบจับฉลากแบบไม่แทนที่ โดยมีเกณฑ์การคัดเข้า (inclusion criteria) คือ ผู้ปกครองที่อาศัยอยู่บ้านเดียวกับเด็ก มีบทบาทหน้าที่หลักดูแลเรื่องการจัดหาอาหารและเลี้ยงดูเด็ก ด้านโภชนาการ และสามารถสื่อสารภาษาไทยได้ สำหรับเกณฑ์การคัดออกกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ ผู้ปกครองที่มีเด็กก่อนวัยเรียนมีโรคประจำตัวที่ได้รับการวินิจฉัยโดยแพทย์และมีผลต่อภาวะโภชนาการ ได้แก่ โรคเบาหวาน โรคหัวใจ โรคไต โรคธาลัสซีเมีย และโรคหอบหืด และผู้ปกครองที่มีเด็กก่อนวัยเรียนมีประวัติการแพ้อาหารและมีผลต่อภาวะโภชนาการ ได้แก่ เนื้อสัตว์ อาหารทะเล ไขมัน

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลครั้งนี้ ประกอบด้วยแบบสอบถาม 4 ชุด ดังนี้

ชุดที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป แบ่งออกเป็น 3 ส่วน

ส่วนที่ 1 เป็นข้อมูลส่วนบุคคลของผู้ปกครอง จำนวน 11 ข้อ ได้แก่ ความเกี่ยวข้องกับเด็ก อายุ เพศ ศาสนา ระดับการศึกษา อาชีพหลัก จำนวนสมาชิกในครอบครัว รายได้ของสมาชิกในครอบครัว แหล่งข้อมูลข่าวสารด้านโภชนาการ ข้อมูลด้านโภชนาการที่ได้รับและภาวะโภชนาการของเด็ก

ส่วนที่ 2 เป็นข้อมูลทั่วไปของเด็กสำหรับผู้ปกครองกรอกข้อมูลจำนวน 11 ข้อ ได้แก่ อายุ เพศ ลำดับที่ของบุตรในครอบครัว น้ำหนักเด็กแรกเกิด เด็กรับประทานอาหารเช้าถึงวันต่อสัปดาห์ เด็กรับประทานอาหารเช้าครบ 3 มื้อก็วันต่อสัปดาห์ อาหารที่เด็กชอบ อาหารที่เด็กไม่ชอบ ยาที่เด็กรับประทานเป็นประจำและจำนวนฟันที่ผุ

ส่วนที่ 3 สำหรับผู้วิจัยกรอกข้อมูลจำนวน 1 ข้อ ได้แก่ น้ำหนักและส่วนสูงของเด็ก

ชุดที่ 2 แบบสอบถามความรู้ทางโภชนาการ ผู้วิจัยพัฒนาจากการค้นคว้าตำราและทบทวนวรรณกรรม¹² จำนวน 22 ข้อ โดยข้อคำถามเป็นแบบปรนัยมี 3 ตัวเลือกคือ ใช่ ไม่ใช่ ไม่แน่ใจ โดยมีเกณฑ์การให้คะแนน ดังนี้ ตอบใช่ ได้ 1 คะแนน และตอบไม่ใช่ ไม่แน่ใจ ได้ 0 คะแนน และแปลผลระดับความรู้โดยใช้เกณฑ์แบ่งระดับคะแนนเป็น 3 ระดับ ได้แก่ ความรู้ในระดับต่ำ (0-7 คะแนน) ระดับปานกลาง (8-15 คะแนน) ระดับสูง (16-22 คะแนน)

ชุดที่ 3 แบบสอบถามพฤติกรรมการจัดหาอาหาร ผู้วิจัยพัฒนาจากการค้นคว้าตำราและทบทวนวรรณกรรม¹² จำนวนรวม 25 ข้อ ซึ่งประกอบด้วยคำถามที่มีข้อความความหมายทางบวกและทางลบ โดยลักษณะเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (rating scale) 4 ระดับ ตั้งแต่ปฏิบัติเป็นประจำ ปฏิบัติบ่อยครั้ง ปฏิบัตินานๆ ครั้ง ไม่เคยปฏิบัติ จากคะแนน 0-3 คะแนน โดยใช้เกณฑ์แบ่งระดับคะแนนออกเป็น 4 ระดับ คือ พฤติกรรมอยู่ในระดับปรับปรุง (0-18 คะแนน) ระดับปานกลาง (19-37 คะแนน) ระดับดี (38-56 คะแนน) ระดับดีมาก (57-75 คะแนน)

ชุดที่ 4 แบบสอบถามพฤติกรรมการเลี้ยงดูเด็กด้านโภชนาการ ผู้วิจัยพัฒนาจากการค้นคว้าตำราและทบทวนวรรณกรรม¹² จำนวนรวม 14 ข้อ ซึ่งประกอบด้วยคำถามที่มีข้อความความหมายทางบวกและทางลบ โดยลักษณะเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (rating scale) 4 ระดับ ตั้งแต่ปฏิบัติเป็นประจำ ปฏิบัติบ่อยครั้ง ปฏิบัตินานๆ ครั้ง ไม่เคยปฏิบัติ จากคะแนน 0-3 คะแนน โดยใช้เกณฑ์แบ่งระดับคะแนนออกเป็น 4 ระดับ คือ พฤติกรรมอยู่ในระดับปรับปรุง (0-11 คะแนน) ระดับปานกลาง (12-24 คะแนน) ระดับดี (25-33 คะแนน) ระดับดีมาก (34-45 คะแนน)

การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ

เครื่องมือทั้งหมดผ่านการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาจากผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 ท่าน ซึ่งเป็นอาจารย์สาขาการพยาบาลเด็ก 2 ท่าน และอาจารย์ผู้เชี่ยวชาญด้านโภชนาการ 1 ท่าน โดยแบบสอบถามความรู้ทางโภชนาการได้ค่า CVI = 1.0 แบบสอบถามพฤติกรรมการจัดหาอาหารของผู้ปกครองได้ค่า CVI = 1.0 และแบบสอบถามพฤติกรรมการเลี้ยงดูเด็กด้านโภชนาการได้ค่า CVI = 0.93 นำแบบสอบถามไปทดลองใช้กับผู้ปกครองที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 30 คน เพื่อหาค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามความรู้ทางโภชนาการ โดยใช้สูตรคูเดอร์-ริชาร์ดสัน (Kuder-Richardson) ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.71 สำหรับแบบสอบถามพฤติกรรมการจัดหาอาหารและพฤติกรรมการเลี้ยงดูเด็กด้านโภชนาการ ใช้สูตรสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.83 และ 0.77 ตามลำดับ

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยใช้เวลาในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นระยะเวลา 2 เดือน ตั้งแต่เดือนกุมภาพันธ์ ถึง เดือนมีนาคม พ.ศ. 2564 โดยกลุ่มตัวอย่างสามารถตอบได้อย่างอิสระ และมีการตรวจสอบ

ความครบถ้วนและสมบูรณ์ข้อมูลของแบบสอบถามก่อนเก็บคืน
ทุกฉบับ

การพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่าง

งานวิจัยนี้ได้ผ่านการรับรองจริยธรรมการวิจัยใน
มนุษย์ มหาวิทยาลัยอุบลราชธานี เลขที่ UBU-REC-95/2563
ซึ่งรับรองวันที่ 12 มกราคม 2564 การวิจัยนี้ได้รับการยินยอม
การให้ข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่าง การพิทักษ์สิทธิ์ดำเนินการโดยใช้
รหัสในการบันทึกข้อมูล และไม่เปิดเผยข้อมูลส่วนตัวของกลุ่ม
ตัวอย่าง และทำลายข้อมูลทั้งภายหลังการวิจัยเสร็จสิ้น

การวิเคราะห์ข้อมูล

วิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติด้วยโปรแกรมสำเร็จรูป
ทางสถิติ โดยสถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ ค่าเฉลี่ย อัตราส่วนร้อยละ
ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานสำหรับวิเคราะห์ข้อมูล
ทั่วไป พฤติกรรมการจัดหาอาหารและพฤติกรรมการเลี้ยงดู
ด้านโภชนาการของผู้ปกครอง วิเคราะห์ความสัมพันธ์โดยใช้
สถิติสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน (Pearson's product
moment correlation coefficient) จากนั้นหาค่าความ
สามารถในการทำนายของปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับ
ภาวะโภชนาการเด็กก่อนวัยเรียนด้วยสถิติการวิเคราะห์
การถดถอยพหุคูณ (Multiple Regression) โดยผู้วิจัยได้
ตรวจสอบข้อตกลงเบื้องต้น ด้วยวิธี Kolmogorov-Smirnov
พบว่าความรู้ทางโภชนาการของผู้ปกครอง ($z = 1.090$,
 $p > .05$) พฤติกรรมการจัดหาอาหารของผู้ปกครอง ($z = .657$,
 $p > .05$) และพฤติกรรมการเลี้ยงดูเด็กด้านโภชนาการ
ของผู้ปกครอง ($z = .981$, $p > .05$) ข้อมูลเป็นการกระจาย
โค้งปกติ

ผลการวิจัย

ผู้วิจัยได้รับแบบสอบถามสมบูรณ์กลับคืนมาทั้งสิ้น
จำนวน 88 ชุด คิดเป็นร้อยละ 100 ผลการวิจัยดังนี้

1. ลักษณะโดยทั่วไปของผู้ปกครองพบว่าส่วนใหญ่
ผู้ดูแลหลักด้านการจัดหาอาหารและเลี้ยงดูเด็กด้านโภชนาการ
คือ มารดา (ร้อยละ 67) มีอายุเฉลี่ย 37.8 ปี นับถือศาสนาพุทธ
เกือบกึ่งหนึ่งจบการศึกษาในระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย
(ร้อยละ 46.6) ประกอบอาชีพรับจ้างทั่วไป (ร้อยละ 42.0)
มีจำนวนสมาชิกในครอบครัวที่อาศัยอยู่บ้านเดียวกัน 5 คน
(ร้อยละ 46.6) มีรายได้ของทุกคนในครอบครัวรวมกันเฉลี่ย

23,687.50 บาทต่อเดือน โดยร้อยละ 77.3 มีความเพียงพอต่อ
ค่าใช้จ่ายในแต่ละเดือน ร้อยละ 95.5 ได้รับข้อมูลข่าวสาร
ด้านโภชนาการจากศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก และร้อยละ 89.9 ของ
ผู้ปกครองรับรู้ว่ามีระดับน้ำหนัก-ส่วนสูงอยู่ในเกณฑ์ปกติ

2. ลักษณะโดยทั่วไปของเด็กก่อนวัยเรียนพบว่า
ร้อยละ 42 ของเด็กมีอายุอยู่ในช่วง 3 ปี-3 ปี 11 เดือน ส่วน
ใหญ่เป็นเพศหญิง (ร้อยละ 65.9) ร้อยละ 72.7 เป็นบุตรคนที่ 1
มีจำนวนพี่น้อง 2 คน (ร้อยละ 65.9) น้ำหนักแรกเกิดเฉลี่ย
2,720.47 กรัม เด็กได้รับประทานอาหารเช้าใน 1 สัปดาห์ที่ผ่าน
มาเป็นจำนวน 7 วัน (ร้อยละ 81.8) รับประทานอาหารหลัก
ครบ 3 มื้อต่อวันใน 1 สัปดาห์ที่ผ่านมาเป็นจำนวน 7 วัน
(ร้อยละ 67.0) มีฟันผุร้อยละ 34.1 และร้อยละ 72.7 มีภาวะ
โภชนาการปกติ

3. ความรู้ทางโภชนาการ กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มี
ความรู้ทางโภชนาการอยู่ในระดับสูง เมื่อพิจารณารายข้อพบว่า
ข้อคำถามที่กลุ่มตัวอย่างตอบถูกมากที่สุด ได้แก่ อาหารสำหรับเด็ก
ใน 1 มื้อควรประกอบด้วยข้าว-แป้ง 1-2 ทัพพี และอาหาร
สำหรับเด็กใน 1 มื้อควรประกอบด้วยเนื้อสัตว์ 1 ช้อนกินข้าว
และส่วนใหญ่ตอบถูกน้อยที่สุด ได้แก่ ใน 1 วันเด็กควรกินอาหาร
ว่างไม่เกิน 2 มื้อ เช่น ข้าวต้มมัดใส่ถั่วดำ ถั่วเขียวต้มน้ำตาล
 เป็นต้น

พฤติกรรมการจัดหาอาหาร กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่
มีพฤติกรรมอยู่ในระดับดี เมื่อพิจารณารายข้อพบว่า มีพฤติกรรม
ที่ปฏิบัติเป็นประจำ ได้แก่ ดูแลให้เด็กกินอาหารประเภท
เนื้อสัตว์วันละ 3 ช้อนกินข้าว เช่น ไก่ ปลา หมู เป็นต้น และ
พฤติกรรมที่ปฏิบัติเป็นบางครั้ง ได้แก่ ทานซื้อ/หาอาหาร
ประเภทถั่วเมล็ดแห้งมาประกอบอาหารให้กับเด็ก เช่น ถั่วลิสง
 ถั่วดำ ถั่วแดง ถั่วเขียว เป็นต้น

พฤติกรรมการเลี้ยงดูเด็กด้านโภชนาการ กลุ่ม
ตัวอย่างส่วนใหญ่มีพฤติกรรมอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อ
พิจารณารายข้อพบว่า มีพฤติกรรมที่ปฏิบัติเป็นประจำ ได้แก่
หากเด็กกินอาหารได้น้อยกว่าปกติใน 1 มื้อ ทานพุซซิกชวนให้
เด็กกินอาหาร และพฤติกรรมที่ปฏิบัติเป็นบางครั้ง ได้แก่ หาก
เด็กแสดงออกว่าหิว ทานมักไม่สนใจต่อการแสดงออกของเด็ก

4. จากการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณพบว่า
ปัจจัยด้านผู้ปกครองที่สามารถทำนายภาวะโภชนาการเด็กก่อน
วัยเรียน มี 2 ปัจจัยตามลำดับดังนี้ พฤติกรรมการจัดหาอาหาร
ของผู้ปกครอง ($\beta = .231$, $p < .05$) และพฤติกรรมการเลี้ยงดู
ด้านโภชนาการของผู้ปกครอง ($\beta = .485$, $p < .05$) มีผลทางบวก

กับภาวะโภชนาการเด็กก่อนวัยเรียน โดยสามารถร่วมทำนายภาวะโภชนาการเด็กก่อนวัยเรียนของผู้ปกครองได้ร้อยละ 39

อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($R^2 = .399$, $p < .05$) ดังแสดงในตารางที่ 2

ตารางที่ 2 การวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณการทำนายภาวะโภชนาการของกลุ่มตัวอย่าง ($n = 88$)

ปัจจัยทำนาย	b	SE	β	t	p-value
ค่าคงที่ (constant)	2.496	1.067		2.339	.022
พฤติกรรมการจัดหาอาหารของผู้ปกครอง	.688	.257	.231	2.676	.009
พฤติกรรมการเลี้ยงดูด้านโภชนาการของผู้ปกครอง	.129	.250	.485	5.169	.000

$R = .632$, $R^2 = .399$, $F = 13.773$, $p < .05$

ในสมการสร้างสมการทำนายภาวะโภชนาการเด็กก่อนวัยเรียนของผู้ปกครอง ต.เมืองศรีโค อ.วาริน ขำราบ จ.อุบลราชธานี ได้ดังนี้

$Y = 2.496 + .688$ (พฤติกรรมการจัดหาอาหารของผู้ปกครอง) + $.129$ (พฤติกรรมการเลี้ยงดูด้านโภชนาการของผู้ปกครอง)

การอภิปรายผลการวิจัย

ผู้วิจัยอภิปรายผลของการวิจัย ดังนี้

1. ภาวะโภชนาการของเด็กก่อนวัยเรียนในศูนย์พัฒนาเด็กเล็กสังกัดเทศบาลตำบลเมืองศรีโค อำเภอวารินชำราบ จังหวัดอุบลราชธานี

ผลการวิจัยพบว่า เด็กก่อนวัยเรียนส่วนใหญ่มีภาวะโภชนาการตามเกณฑ์ (ร้อยละ 72.7) สอดคล้องกับรายงานวิจัยที่ผ่านมาพบว่า เด็กก่อนวัยเรียนส่วนใหญ่มีภาวะโภชนาการตามเกณฑ์ (ร้อยละ 81.8) ซึ่งการเจริญเติบโตและภาวะโภชนาการของเด็กก่อนวัยเรียนอาจเกี่ยวข้องกับความรู้ทางโภชนาการของผู้ปกครอง โดยผลการศึกษาค้นคว้าพบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีความรู้ทางโภชนาการในระดับดีมาก สอดคล้องกับรายงานวิจัยที่ผ่านมา พบว่าผู้ปกครองที่มีความรู้ในระดับต่ำ เด็กจะมีภาวะโภชนาการตามเกณฑ์ร้อยละ 47.6 ผู้ปกครองที่มีความรู้ในระดับปานกลาง เด็กจะมีภาวะโภชนาการตามเกณฑ์ร้อยละ 74.8 และพบว่าผู้ปกครองที่มีความรู้ในระดับสูง เด็กจะมีภาวะโภชนาการตามเกณฑ์ร้อยละ 77.8 โดยความรู้ทางโภชนาการก่อให้เกิดความเข้าใจและนำไปสู่การปฏิบัติพฤติกรรมขึ้น เด็กก่อนวัยเรียนส่วนใหญ่จึงมีการเจริญเติบโต และภาวะโภชนาการเป็นไปตามเกณฑ์

2. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์และสามารถร่วมทำนายภาวะโภชนาการของเด็กก่อนวัยเรียนในศูนย์พัฒนาเด็กเล็กสังกัดเทศบาลตำบลเมืองศรีโค อำเภอวารินชำราบ จังหวัดอุบลราชธานีได้ร้อยละ 39 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .05$) คือ พฤติกรรมการจัดหาอาหารของผู้ปกครอง ($\beta = 0.231$, $p < .05$) และพฤติกรรมการเลี้ยงดูด้านโภชนาการของผู้ปกครอง ($\beta = 0.485$, $p < .05$) ซึ่งทั้ง 2 ปัจจัยมีผลทางบวกกับภาวะโภชนาการเด็กก่อนวัยเรียนของกลุ่มตัวอย่าง สอดคล้องกับรายงานวิจัยที่พบว่า การปฏิบัติเกี่ยวกับการจัดหาอาหารของผู้ปกครองเป็นตัวแปรเชิงบวกที่มีอิทธิพลมากที่สุด โดยสามารถอธิบายภาวะโภชนาการของเด็กก่อนวัยเรียนได้ร้อยละ 17 ($R^2 = 0.17$, $p < .05$)

ผลการวิจัยพบว่าพฤติกรรมการจัดหาอาหารของผู้ปกครองมีผลต่อภาวะโภชนาการของเด็กก่อนวัยเรียน อาจเนื่องจากเด็กวัยก่อนเรียนยังไม่สามารถเลือกอาหารที่เหมาะสมเองได้ ดังนั้นการที่ผู้ปกครองเด็กก่อนวัยเรียนมีการปฏิบัติพฤติกรรมการเลือกซื้ออาหาร การเตรียมอาหาร การประกอบอาหารและการดูแลเด็กให้รับประทานอาหารเหมาะสม ถูกต้องตามหลักโภชนาการ ย่อมมีผลให้เด็กได้ปริมาณและสารอาหารที่เพียงพอครบทุกชนิดตามความต้องการของร่างกาย ส่งผลให้เด็กมีการเจริญเติบโตและภาวะโภชนาการที่ดี สอดคล้องกับรายงานวิจัยที่ผ่านมา ซึ่งผู้วิจัยอภิปรายว่า ผู้ปกครองมีการปฏิบัติเกี่ยวกับการจัดหาอาหารที่ดี ทำให้เด็กได้รับสารอาหารที่ครบถ้วนและเพียงพอต่อความต้องการของร่างกาย จะช่วยให้เด็กเจริญเติบโตได้อย่างเต็มศักยภาพ¹²

ผลการวิจัยพบว่า พฤติกรรมการเลี้ยงดูเด็กด้านโภชนาการของผู้ปกครองมีผลต่อภาวะโภชนาการของเด็กก่อนวัยเรียน อาจเนื่องจากพฤติกรรมการเลี้ยงดูเด็กด้านโภชนาการต้องส่งเสริมและปลูกฝังให้เด็กได้รับประทานอาหารที่ถูกหลักโภชนาการ จะทำให้เด็กได้รับสารอาหารที่ครบถ้วน ซึ่งจะส่งเสริมพัฒนาการด้านร่างกายของเด็กให้สมวัย^{7,10} หากผู้ปกครองอบรมเลี้ยงดูเด็กด้านโภชนาการผิดหลักการ เช่น ไม่สนใจต่อการแสดงออกว่าหิวของเด็ก ให้เด็กวิ่งเล่นไปด้วยในขณะที่ป้อนข้าว เป็นต้น ร่างกายของเด็กย่อมไม่ได้สารอาหารครบตามความต้องการของร่างกาย ในทางกลับกันเด็กที่ได้รับการเลี้ยงดูด้านโภชนาการที่ถูกต้องตามหลักโภชนาการ จะได้รับปริมาณอาหารที่เพียงพอและได้สารอาหารครบทุกชนิดตามความต้องการของร่างกาย ส่งผลให้เด็กมีการเจริญเติบโตและภาวะโภชนาการที่ดี

อย่างไรก็ตาม จากการวิจัยครั้งนี้พบว่า ความรู้ทางโภชนาการของผู้ปกครองไม่สามารถร่วมทำนายภาวะโภชนาการเด็กก่อนวัยเรียนได้ ซึ่งไม่สอดคล้องกับผลการวิจัยบางส่วน ที่พบว่าความรู้เกี่ยวกับการรับประทานอาหารของผู้จัดเตรียมอาหารในครอบครัวส่งผลต่อภาวะโภชนาการของเด็กก่อนวัยเรียน ($\beta = 0.534, p < .05$) อธิบายได้ว่า ด้วยบริบทพื้นที่ของตำบลเมืองศรีไคเป็นชุมชนเมือง จึงทำให้กลุ่มตัวอย่างซึ่งอาศัยอยู่ในพื้นที่ได้รับข้อมูลข่าวสารด้านโภชนาการจากหลากหลายช่องทางได้อย่างสะดวก อาทิเช่น ครูประจำศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก บุคลากรสาธารณสุข วิทยุ โทรทัศน์ อินเทอร์เน็ต และสื่อโซเชียลมีเดีย เป็นต้น จึงทำให้กลุ่มตัวอย่างได้รับความรู้ทางโภชนาการไม่แตกต่างกันมากนัก อีกทั้งในพื้นที่มีการจัดอบรมให้ความรู้ทางโภชนาการให้แก่ผู้ปกครองเด็กก่อนวัยเรียนอย่างเป็นประจำและสม่ำเสมอ จึงส่งผลให้ผู้ปกครองมีความรู้ทางโภชนาการเป็นอย่างดี สอดคล้องกับผลการวิจัยในครั้งนี้ที่พบว่า กลุ่มตัวอย่างเคยได้รับข้อมูลข่าวสารด้านโภชนาการโดยแหล่งข้อมูลที่เคยได้รับมากที่สุด คือ ครูประจำศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก (ร้อยละ 95.5) จากประเด็นดังกล่าวอาจส่งผลให้ความรู้ทางโภชนาการที่กลุ่มตัวอย่างได้รับมีความคล้ายคลึงและใกล้เคียงกัน

จากผลการวิจัยครั้งนี้ อาจกล่าวได้ว่า ความรู้และพฤติกรรมมีความสัมพันธ์กันทั้งทางตรงและทางอ้อม โดยความรู้ก่อให้เกิดความเข้าใจ การรับรู้ประโยชน์ ผลดีผลเสีย และส่งผลให้เกิดการปฏิบัติพฤติกรรมขึ้น โดยผู้ปกครองที่มีความรู้ทางโภชนาการที่ดี ถูกต้องตามหลักโภชนาการ ย่อม

ปฏิบัติพฤติกรรมการจัดหาอาหารและเลี้ยงดูเด็กด้านโภชนาการได้อย่างถูกต้อง เหมาะสม ซึ่งส่งผลให้เด็กได้รับปริมาณและสารอาหารครบถ้วนและเพียงพอต่อความต้องการของร่างกาย ดังนั้นในการจัดกิจกรรมการให้ความรู้ทางโภชนาการต้องคำนึงถึงการส่งเสริมพฤติกรรมการจัดหาอาหารและเลี้ยงดูเด็กด้านโภชนาการของผู้ปกครอง ซึ่งจะนำไปสู่การปฏิบัติพฤติกรรมที่เหมาะสมมากยิ่งขึ้น และส่งผลให้เด็กก่อนวัยเรียนมีพัฒนาการการเจริญเติบโตตามวัยและมีภาวะโภชนาการที่ดีตามมา

ข้อเสนอแนะที่ได้จากการวิจัย

หน่วยงานที่เกี่ยวข้อง อาทิเช่น โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล ผู้บริหารโรงเรียน องค์การบริหารส่วนตำบล ควรนำข้อมูลที่ได้จากการศึกษาครั้งนี้ไปใช้เป็นแนวทางหรือออกแบบพัฒนาโปรแกรมในการส่งเสริมภาวะโภชนาการเด็กก่อนวัยเรียนแก่ผู้ปกครอง โดยจัดกิจกรรมเสริมสร้างความรู้ความเข้าใจในโภชนาการเด็กก่อนวัยเรียน ร่วมกับแนวทางการจัดหาอาหารและการเลี้ยงดูด้านโภชนาการอย่างถูกต้องและเหมาะสม ซึ่งจะนำไปสู่การปฏิบัติพฤติกรรมด้านโภชนาการที่เหมาะสมมากยิ่งขึ้น และส่งผลให้เด็กมีการเจริญเติบโตและภาวะโภชนาการที่ดี

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

ควรศึกษาปัจจัยที่อาจส่งผลต่อภาวะโภชนาการเด็กก่อนวัยเรียนเพิ่มเติม โดยสามารถนำผลการวิจัยครั้งนี้ไปพัฒนาต่อยอดเป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ หรือการวิจัยแบบกึ่งทดลอง เพื่อใช้พัฒนาโปรแกรมส่งเสริมพฤติกรรมด้านโภชนาการให้แก่ผู้ปกครอง

References

1. Unicef, WHO, The World Bank group. Level and Trend in Child Malnutrition. Geneva Switzerland: World Health Organization; 2020.
2. The National Statistical Office. Monitoring the situation of children and women. Nonthaburi: National Office of Buddhism; 2019. (in Thai)

3. Martin VL, Florencio TC, Grillo LF, Franco MC, Martins PG, Clemente AL, editors. Long-lasting effects of undernutrition. *International Journal of Environmental Research and Public Health*; 2011: 1817-1846.
4. Mendez MA, Adair LS. Severity and timing of stunting in first two year of life affect performance on cognitive tests in late childhood. *J Nutr*; 1999: 1555-1565.
5. Venables PH, Raine AL. Poor Nutrition at Age 3 and Schizotypal Personality at Age 23: The Mediating Role of Age 11 Cognitive Functioning. *American Journal of Psychiatry*. 2012;169(8): 822-830.
6. Anonjarn K, Odomporn O. The Influence of Health Literacy with Consumption and Exercise Behavior among School-age Children with Overnutrition. *Journal of The Royal Thai Army Nurses*. 2021; 22(2): 314-326. (in Thai)
7. Suwanwaha S, Ampansirirat A, Suwanwaiphattana W. Factor Related to Nutritional Status Among Preschool Aged Children: A Systematic Review: The Journal of Baromarajonani College of Nursing, Nakhonratchasima. 2019; 25(2): 8-23. (in Thai)
8. Sirinam W. Factors influencing nutritional status of Children development centers in Banklang Subdistrict Municipality Sanpatong District, Chiang Mai Province. (thesis). Chaingmai: Ratchaphat Chaingmai University; 2019. (in Thai)
9. Schwartz NE. Nutrition knowledge, attitudes, and practices of high school graduates. *J Am Dietetic*; 1995.
10. Nantapong S, Saratapun N, Hirunwong A. Parents' knowledge on nutrition and meal-providing behavior for preschool children at a public school in Chumphon province. *Kasetsart Journal of Society and Science*. 2014;35(3): 235-244. (In Thai).
11. World Health Organization. Child growth standards and the identification of severe malnutrition in infants and children. World Health Organization Geneva Switzerland; 2015.
12. Thienphuridej T. A comparative study of Parental factors between thin and normal pre-school children in Warinchamrap District, Ubonratchathani Province. *Journal of nursing and health*. 2019; 44(3): 84-95. (In Thai)