

ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อภาวะโภชนาการของเด็กวัยก่อนเรียน

จิราภา สุวรรณกิจ, วท.บ.*

Received: 20 ก.ย.65
Revised: 9 พ.ย.65
Accepted: 20 ธ.ค.65

บทคัดย่อ

บทนำ: ปัญหาทุพโภชนาการเด็กวัยก่อนเรียนเป็นปัญหาด้านสาธารณสุขที่สำคัญ ส่งผลกระทบต่อกำลังคนของชาติในอนาคต การวิจัยเชิงพรรณนาแบบหาความสัมพันธ์นี้เพื่อศึกษาภาวะโภชนาการและปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อภาวะโภชนาการของเด็กวัยก่อนเรียน 3-5 ปี

วิธีการศึกษา: การศึกษาแบบวิจัยเชิงพรรณนาแบบหาความสัมพันธ์ กลุ่มตัวอย่าง คือ เด็กวัยก่อนเรียนและผู้ดูแล จำนวน 280 คน เครื่องมือวิจัยประกอบด้วยแบบสอบถามปัจจัยที่สัมพันธ์ต่อภาวะโภชนาการของเด็กวัยก่อนเรียนและบันทึกน้ำหนักและส่วนสูง เก็บรวบรวมข้อมูล ระหว่างวันที่ 1 – 31 เดือนมีนาคม พ.ศ. 2565 วิเคราะห์ด้วยความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ไคสแควร์ และสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบพอยท์ไบซีเรียล

ผลการศึกษา: ผลการศึกษาพบว่า เด็กวัยก่อนเรียนมีภาวะโภชนาการตามเกณฑ์มากที่สุด ร้อยละ 60.00 โดยพบปัจจัยนำ ได้แก่ น้ำหนักแรกคลอด พฤติกรรมการบริโภคอาหารของเด็กวัยก่อนเรียน อายุผู้ดูแล ความรู้เกี่ยวกับอาหารในเด็กวัยก่อนเรียน และการจัดอาหารให้กับเด็กวัยก่อนเรียนของผู้ดูแล มีความสัมพันธ์กับภาวะโภชนาการเด็กวัยก่อนเรียน ($p < .001$, $p < .05$ ตามลำดับ) ปัจจัยอื่นๆ ได้แก่ รายได้ของครอบครัวมีความสัมพันธ์กับภาวะโภชนาการเด็กวัยก่อนเรียน ($p < .05$) และปัจจัยเสริม ได้แก่ การปลูกฝังนิสัยการบริโภคอาหารให้กับเด็กวัยก่อนเรียนมีความสัมพันธ์กับภาวะโภชนาการเด็กวัยก่อนเรียน ($p < .001$)

สรุปผล: ภาวะโภชนาการเด็กวัยก่อนเรียนตามเกณฑ์มากที่สุด และปัจจัยที่สัมพันธ์กับภาวะโภชนาการเด็กวัยก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ได้แก่ น้ำหนักแรกคลอด พฤติกรรมการบริโภคอาหารของเด็กวัยก่อนเรียน อายุผู้ดูแล ความรู้เกี่ยวกับอาหารในเด็กวัยก่อนเรียนของผู้ดูแล การจัดอาหารให้กับเด็กวัยก่อนเรียนของผู้ดูแล รายได้ของครอบครัว และการปลูกฝังนิสัยการบริโภคอาหารให้กับเด็กวัยก่อน

คำสำคัญ: ภาวะโภชนาการ, เด็กก่อนวัยเรียน, ผู้ดูแลเด็ก

*โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลคลองหก

Factors Associated with the Nutritional Status of Preschoolers

Jirapa Suwankij B.S.*

Abstract

Introduction: Malnutrition in preschoolers is an important public health problem that affects the manpower of the nation in the future. This descriptive correlational research aimed to investigate nutritional status and factors associated with the nutritional status of preschoolers or children aged between 3-5 years.

Methods: This descriptive correlational research investigated a sample group of 280 preschoolers and their caregivers. The tools consisted of a questionnaire on factors related to their nutritional status and records of weight and height. Data were collected from 1 - 31 March 2022 and analyzed by using frequency, percentage, mean, standard deviation, chi-square, and point correlation coefficient.

Results: The results showed that the 60 percent of the preschoolers had the highest standard nutritional status. The predisposing factors were their birth weight, food consumption behavior, caregivers' age, caregivers' knowledge of food and food preparation associated with their nutritional status ($p<.001$, $p<.05$ respectively). The reinforcing factors included family income associated with their nutritional status ($p<.05$), and the enabling factors included the cultivation of dietary habits among the preschoolers associated with their nutritional status ($p<.001$).

Conclusion: The highest standard nutritional status and factors associated with nutritional status of preschoolers including their birth weight, food consumption behavior, their caregivers' age, their caregivers' knowledge of food for preschoolers and their food preparation for preschoolers, family income, and the cultivation of dietary habits among the preschoolers were statistically significant.

Keywords: Nutritional status, Preschoolers, Caregivers

*Klonghok Moo.13 Tambon Health Promotion Hospital

บทนำ

เด็กวัยก่อนเรียนเป็นช่วงวัยกำลังมีเจริญเติบโตและพึ่งพาตนเองได้มากขึ้น เริ่มมีอิสระจากบิดามารดา เป็นตัวของตัวเอง ต้องการทำสิ่งต่าง ๆ ด้วยตนเอง เริ่มมีพัฒนาทักษะการทำการกิจกรรม ทักษะการดูแลตนเอง ทักษะการเคลื่อนไหว¹ เด็กวัยก่อนเรียนมีความจำเป็นต้องได้รับสารอาหารที่มีคุณภาพและมีปริมาณเพียงพอต่อความต้องการของร่างกายเพื่อช่วยเสริมสร้างการเจริญเติบโต สร้างภูมิคุ้มกันเพื่อต่อสู้กับเชื้อโรค ส่งเสริมการเคลื่อนไหวของกล้ามเนื้อใหญ่และมัดเล็ก รวมทั้งการเจริญเติบโตทางด้านสมองและสติปัญญา² องค์การอนามัยโลก³ รายงานว่า มีเด็กอายุต่ำกว่า 5 ปี จำนวน 149.2 ล้านคน มีลักษณะเตี้ยแคระแกร็น และอ้วนร้อยละ 45.4 ล้านคน มีน้ำหนักน้อยเกินไปต่อส่วนสูง จำนวนเด็กที่มีอาการแคระแกร็นลดลงในทุกภูมิภาค และประมาณร้อยละ 45 ของการเสียชีวิตในเด็กอายุต่ำกว่า 5 ปี เชื่อมโยงกับการขาดสารอาหาร มักเกิดขึ้นในประเทศที่มีรายได้ต่ำและปานกลาง และยังพบว่าเด็กอายุต่ำกว่า 5 ปี จำนวน 38.9 ล้านคน มีน้ำหนักเกิน อัตราของเด็กที่มีน้ำหนักเกินและโรคอ้วนกำลังเพิ่มขึ้น โดยเฉพาะอย่างยิ่งในประเทศที่มีรายได้สูงและระดับกลาง ประเทศไทย พบว่า ภาวะโภชนาการของเด็กอายุต่ำกว่า 5 ปี 1 ใน 10 มีภาวะอ้วน อีกร้อยละ 5.4 มีปัญหาผอม ซึ่งมีความแตกต่างกันในแต่ละภูมิภาคและตามสถานะทางเศรษฐกิจสังคมของครอบครัว⁴ ภาวะทุพโภชนาการทำให้เด็กเติบโตช้า ภูมิคุ้มกันพร่อง โลหิตจาง อ่อนเพลีย และเฉื่อยชา มีพัฒนาทางสติปัญญาที่ล่าช้า สมรรถนะความสามารถในการเรียนรู้และสติปัญญาลดลง โดยพบว่าเด็กที่มีภาวะทุพโภชนาการรุนแรง เตี้ยผอม ในวัยก่อนเรียนจะทำให้คะแนนไอคิวของเด็กอายุ 8-10 ปี หายไป 3-10 จุด เมื่อเป็นผู้ใหญ่จะมีไอคิวต่ำ 1-3 จุด ในขณะที่เด็กที่มีภาวะโภชนาการเกิน

หรือเป็นโรคอ้วนพบว่าจะมีปัญหาตั้งแต่เห็น้อย่างง่าย การเรียนรู้ช้ากว่าเด็กที่มีน้ำหนักตัวปกติ มีโอกาสป่วยเป็นโรคเบาหวานชนิดที่ 2 มีภาวะไขมันสะสมในตับ นิ่วในถุงน้ำดี โรคทางเดินหายใจ หอบ ภูมิแพ้ นอนกรน หยุดหายใจเป็นพัก ๆ ปวดข้อเข่า เสี่ยงโรคมะเร็งมากกว่าเด็กไม่อ้วน⁵

ภาวะโภชนาการของเด็กขึ้นกับหลายปัจจัยทั้งจากปัจจัยส่วนบุคคลและปัจจัยจากสิ่งแวดล้อมที่อยู่รอบตัวเด็ก ซึ่งจำเป็นจะต้องวิเคราะห์ถึงปัจจัยสำคัญที่ส่งผลต่อภาวะโภชนาการนั้นก่อนจึงจะสามารถ วางแผนและกำหนดวิธีการส่งเสริมภาวะโภชนาการในเด็กวัยเรียนได้อย่างเหมาะสม แนวคิด PRECEDE-PROCEED เป็นแนวคิดที่มีรากฐานความคิดมาจากพฤติกรรมของบุคคล ซึ่งมีสาเหตุมาจากหลายปัจจัย (Multiple factors) โดยองค์ประกอบพฤติกรรมสุขภาพของบุคคลเกิดจากปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อพฤติกรรมสุขภาพ แบ่งเป็น 3 องค์ประกอบ⁶ คือ ปัจจัยนำ (Predisposing factors) ปัจจัยเสริม (Reinforcing factors) และปัจจัยเอื้อ (Enabling factors) ทั้งสามปัจจัยจะมีความแตกต่างกันในการส่งผลการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ดังนั้นในการศึกษาครั้งนี้

นี้จึงได้นำแนวคิดดังกล่าวมาเป็นกรอบในการศึกษาถึงปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อภาวะโภชนาการในเด็กวัยก่อนเรียน จากการศึกษาทบทวนวรรณกรรมที่ผ่านมาพบว่า มีปัจจัยที่หลายหลายในแต่ละพื้นที่ ส่งผลต่อภาวะโภชนาการเด็กวัยก่อนเรียนแตกต่างกัน ดังเช่นช่วงอายุ เพศเด็ก น้ำหนักแรกคลอด⁵ การกินนมแม่อย่างเดียวยาวในช่วง 4-6 เดือน⁷ พฤติกรรมการบริโภคอาหารของเด็ก⁸ มีความสัมพันธ์ต่อภาวะโภชนาการในเด็ก และยังมีปัจจัยด้านผู้ดูแล ได้แก่ อายุของผู้ดูแล⁸ ระดับการศึกษา⁹ มีความสัมพันธ์กับภาวะโภชนาการเช่นกัน รายได้ของครอบครัวที่เพียงพอจะมีโอกาสทำให้ลูกมีโอกาสทำให้ภาวะเตี้ยลดลง

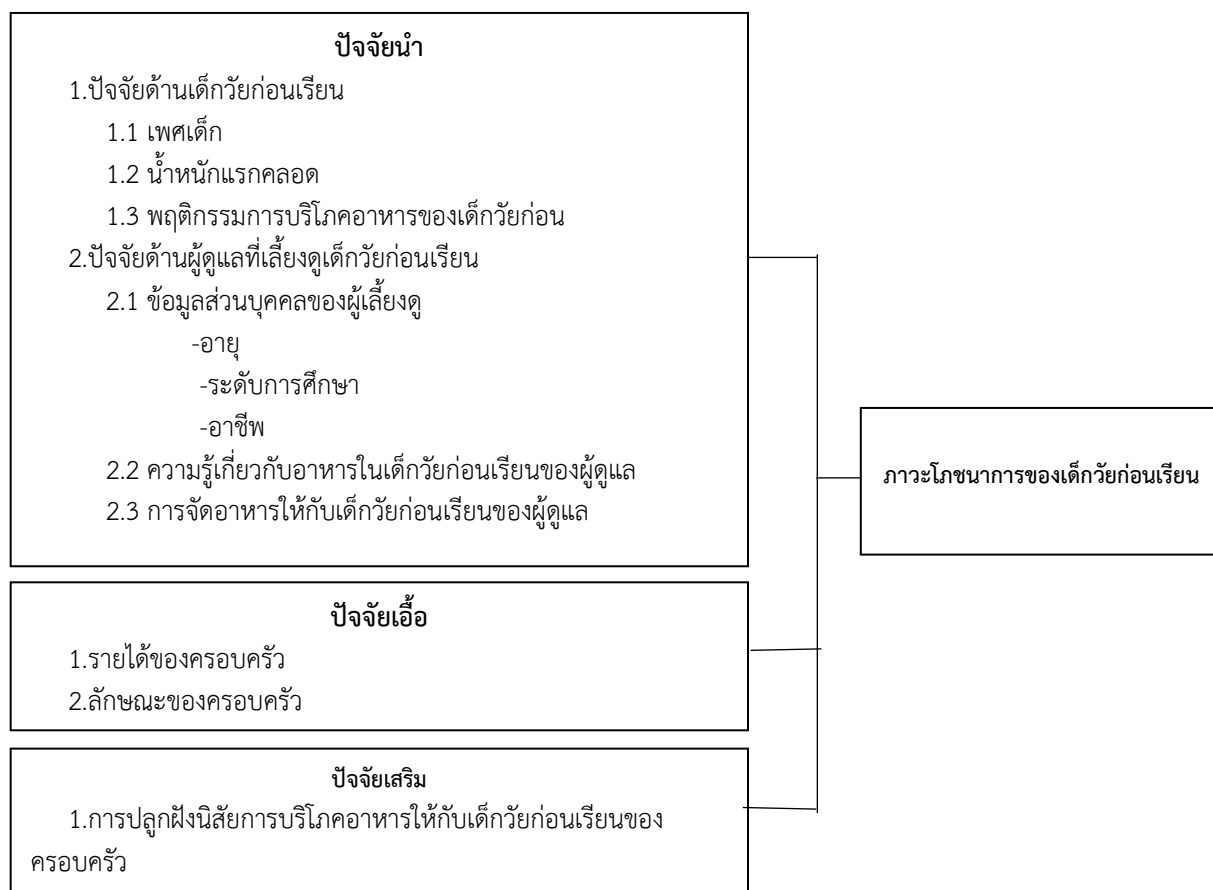
เมื่อเทียบกับรายได้ของครอบครัวที่ต่ำมีโอกาสทำให้ภาวะผอมด้วย¹⁰ ในขณะที่อีกการศึกษาพบว่ารายได้ของครอบครัวสูงมักทำให้เด็กมีภาวะน้ำหนักเกิน¹¹ ลักษณะครอบครัวมีความสัมพันธ์ทางบวกกับภาวะโภชนาการ¹² การได้รับข่าวสารข้อมูลด้านอาหารและเจตคติด้านโภชนาการของผู้ดูแล ความเอาใจใส่ของผู้ดูแลในการจัดเตรียมอาหารเป็นอีกหนึ่งปัจจัยที่สัมพันธ์กับภาวะโภชนาการ^{10,13} การปลูกฝังนิสัยการบริโภคอาหารของครอบครัวเป็นปัจจัยที่ทำให้มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารเพราะเป็นอิทธิพลรอบตัวที่สร้างให้เด็กเกิดการรับรู้เกี่ยวกับความเชื่อ ทศนคติและพฤติกรรมของบุคคลรอบตัว¹⁴ ที่มีผลต่อภาวะโภชนาการได้ผ่านการเลี้ยงดูในการศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยสนใจความสนใจในปัจจัยที่สัมพันธ์กับภาวะโภชนาการของเด็กวัยก่อนเรียนที่ได้จากการศึกษาทบทวนวรรณกรรมที่สามารถนำมาจำแนกตามองค์ประกอบของแนวคิด PRECEDE-PROCEED เพื่อสามารถวางแผนและกำหนดวิธีการส่งเสริมภาวะโภชนาการในเด็กวัยเรียนได้อย่างเหมาะสมต่อไป ดังนี้ 1) ปัจจัยนำ ได้แก่ ปัจจัยด้านเด็กวัยก่อนเรียน (เพศเด็ก น้ำหนักแรกคลอด พฤติกรรมการบริโภคอาหารของเด็กวัยก่อน) ปัจจัยด้านผู้ดูแล (อายุ ระดับการศึกษา อาชีพ ความรู้เกี่ยวกับอาหารในเด็กวัยก่อนเรียน การจัดอาหารให้กับเด็กวัยก่อนเรียน) 2) ปัจจัยเอื้อ ได้แก่ รายได้ของครอบครัว ลักษณะของครอบครัว และ 3) ปัจจัยเสริม ได้แก่ การปลูกฝังนิสัยการบริโภคอาหารให้กับเด็กวัยก่อนเรียนของครอบครัว

พื้นที่ความรับผิดชอบโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลคลองหก เป็นพื้นที่กึ่งเมืองกึ่งชนบท ประชาชนอยู่รวมกันเป็นกลุ่ม เป็นหมู่บ้าน มีการ

ขยายของหมู่บ้านจัดสรรเข้ามาในพื้นที่ มีโรงงานอุตสาหกรรม มีหมู่บ้านในความรับผิดชอบจำนวน 6 หมู่บ้าน ประชาชนประมาณสี่พันกว่าคน ในจำนวนดังกล่าวมีเด็กวัยก่อนเรียน จำนวน 143 คน กระจายตามหมู่บ้านต่าง ๆ จากการประเมินภาวะโภชนาการเด็กวัยก่อนเรียน เมื่อเดือนมกราคม 2564 พบว่า ในจำนวนดังกล่าว ร้อยละ 40 มีภาวะทุพโภชนาการทั้งภาวะน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์และน้ำหนักมากกว่าเกณฑ์เมื่อเทียบกับน้ำหนักตามส่วนสูง ซึ่งปัญหาดังกล่าวทำให้ผู้วิจัยในฐานะเจ้าหน้าที่สาธารณสุขในพื้นที่จำเป็นต้องค้นหาปัจจัยที่เป็นสาเหตุที่แท้จริงในพื้นที่ซึ่งอาจมีความแตกต่างจากพื้นที่อื่น และเนื่องจากในพื้นที่นี้ยังไม่ได้มีการศึกษาถึงปัจจัยที่มีผลต่อภาวะโภชนาการของเด็กวัยก่อนเรียนมาก่อนและเพื่อนำผลศึกษาที่ได้มาวางแผนในการส่งเสริมสุขภาพและพัฒนาโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพสำหรับเด็กวัยก่อนเรียนในพื้นที่ให้มีภาวะโภชนาการที่เหมาะสมและมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

กรอบแนวคิดการวิจัย

การศึกษาปัจจัยปัจจัยที่สัมพันธ์กับภาวะโภชนาการของเด็กวัยก่อนเรียนครั้งนี้ ผู้วิจัยได้นำแนวคิด PRECEDE-PROCEED MODEL⁶ มาสร้างเป็นกรอบแนวคิดในการศึกษาวิจัยเพื่อศึกษาถึงปัจจัยที่สัมพันธ์ต่อภาวะโภชนาการเด็กวัยก่อนเรียน ด้วยการนำองค์ประกอบในแนวคิดดังกล่าวมาเป็นแนวทางในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ ปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ และปัจจัยเสริม



วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาภาวะโภชนาการของเด็กวัยก่อนเรียน 3-5 ปี ที่อาศัยในพื้นที่ความรับผิดชอบโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลคลองหก

2. เพื่อศึกษาปัจจัยที่สัมพันธ์กับภาวะโภชนาการของเด็กวัยก่อนเรียน 3-5 ปี ที่อาศัยในพื้นที่ความรับผิดชอบโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลคลองหก

วิธีการศึกษา

วิจัยครั้งนี้เป็นวิจัยเชิงพรรณนาแบบหาความสัมพันธ์ (Descriptive Correlational Research)

ประชากร คือ ผู้ดูแลของเด็กวัยก่อนเรียน และเด็กวัยก่อนเรียน อายุ 3-5 ปี ที่อาศัยอยู่ในพื้นที่ความรับผิดชอบของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลคลองหก จำนวน 286 คน (ผู้ดูแล 143 คน และเด็กวัยก่อนเรียน 143 คน)

กลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้ดูแลของเด็กวัยก่อนเรียนและเด็กวัยก่อนเรียน อายุ 3-5 ปี ที่อาศัยอยู่ในพื้นที่ความรับผิดชอบของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลคลองหก จำแนกเป็น ผู้ดูแลเด็กวัยก่อนเรียน ซึ่งเป็นบุคคลที่อยู่กับเด็กวัยก่อนเรียน ซึ่งใช้เวลานี้ในการดูแลด้านอาหารและด้านสุขภาพมากที่สุด ครอบครัว ผู้ดูแลได้ระยะเวลาไม่น้อยกว่า 6 เดือน

สามารถสื่อสารภาษาไทยได้ และยินดีเข้าร่วมโครงการวิจัย ส่วนเด็กวัยก่อนเรียน เป็นผู้ที่สามารถสื่อสารภาษาไทยได้ ผู้ปกครองยินยอมให้เด็กวัยก่อนเรียนเข้าร่วมงานวิจัย

ขนาดของกลุ่มตัวอย่าง ได้จากการเปิดตารางสำเร็จของเครซีและมอร์แกน ที่ระดับความเชื่อมั่น 95% ขนาดกลุ่มตัวอย่าง เท่ากับ 108 คน แต่เนื่องจากการศึกษาครั้งนี้เป็นวิจัยเชิงพรรณนาแบบหาความสัมพันธ์ และในการเก็บข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างอาจไม่สมบูรณ์ ดังนั้นผู้วิจัยจึงเก็บข้อมูลกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด

การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง การวิจัยครั้งนี้ได้รับการอนุมัติจากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ของจังหวัดปทุมธานี เลขที่ PPHO-REC 2564/005 พิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่างโดยชี้แจงวัตถุประสงค์ ขั้นตอนการเก็บรวบรวมข้อมูลและระยะของการศึกษาวิจัย พร้อมทั้งชี้แจงให้ทราบถึงสิทธิของกลุ่มตัวอย่างในการปฏิเสธการเข้าร่วมการศึกษาโดยไม่มีผลกระทบใด ๆ ที่พึงได้ และผู้วิจัยชี้แจงให้กลุ่มตัวอย่างทราบว่า ข้อมูลทั้งหมดจะถูกเก็บเป็นความลับ ไม่มีชื่อของกลุ่มตัวอย่างในงานวิจัยและนำเสนอในภาพรวม

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล เป็นแบบสอบถามแบบสอบถามปัจจัยที่สัมพันธ์ต่อภาวะโภชนาการของเด็กวัยก่อนเรียน แบ่งเป็น 2 ส่วน คือ ส่วนที่ 1 แบบสอบถามผู้ดูแลเด็กก่อนวัยเรียน ได้แก่ 1) ข้อมูลทั่วไปของผู้ดูแลเด็กก่อนวัยเรียน ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษาของผู้ดูแลอาชีพของผู้ดูแล รายได้ของครอบครัว และลักษณะของครอบครัว 2) แบบวัดความรู้เกี่ยวกับอาหารในเด็กวัยก่อนเรียนของผู้ดูแล จำนวน 20 ข้อ เป็นคำถามแบบปลายปิด เลือกคำตอบถูกหรือผิดได้เพียงข้อเดียว 3) แบบสอบถามการจัดอาหารให้กับเด็กวัยก่อนเรียนของผู้ดูแล จำนวน 10 ข้อ

เลือกตอบแบบมาตราประมาณค่า (Rating scale) 4 ระดับ ได้แก่ ปฏิบัติเป็นประจำ ปฏิบัติเป็นบางครั้ง ปฏิบัตินาน ๆ ครั้ง ไม่เคยปฏิบัติเลย ให้คะแนน 4, 3, 2 และ 1 ตามลำดับ 4) แบบสอบถามการปลูกฝังนิสัยการบริโภคอาหารให้กับเด็กวัยก่อนเรียนของผู้ดูแลเด็กก่อนวัยเรียน จำนวน 10 ข้อ เลือกตอบแบบมาตราประมาณค่า 4 ระดับ ได้แก่ ปฏิบัติเป็นประจำ ปฏิบัติเป็นบางครั้ง ปฏิบัตินาน ๆ ครั้ง ไม่เคยปฏิบัติเลย ให้คะแนน 4, 3, 2 และ 1 ตามลำดับ และ 5) แบบสอบถามพฤติกรรมการบริโภคอาหารของเด็กวัยก่อนเรียน จำนวน 15 ข้อ เลือกตอบแบบมาตราประมาณค่า 4 ระดับ ได้แก่ ปฏิบัติเป็นประจำ ปฏิบัติเป็นบางครั้ง ปฏิบัตินาน ๆ ครั้ง ไม่เคยปฏิบัติเลย ให้คะแนน 4, 3, 2 และ 1 ตามลำดับ และส่วนที่ 2 ข้อมูลเด็กวัยก่อนเรียน ได้แก่ เพศ น้ำหนักแรกคลอด การกินนมแม่ในช่วง 4 เดือนแรก น้ำหนักและส่วนสูงปัจจุบัน

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ ความตรงของเนื้อหา (Content validity) เป็นการพิจารณาความสอดคล้องระหว่างเนื้อหาสาระของข้อคำถามกับนิยามตัวแปรและแนวคิดทฤษฎี ผู้วิจัยนำแบบสอบถามปัจจัยที่สัมพันธ์ต่อภาวะโภชนาการของเด็กวัยก่อนเรียนโดยให้ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 3 ท่าน หลังจากนั้นผู้วิจัยรวบรวมความคิดเห็นจากผู้เชี่ยวชาญมาหาค่าดัชนีความตรงตามเนื้อหา (Content Validity Index = CVI) ได้เท่ากับ 0.86 และหาความเชื่อถือได้ของเครื่องมือ (Reliability) ผู้วิจัยนำเครื่องมือวิจัยที่ตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาที่ปรับปรุงแล้ว ไปทดลองใช้กับกลุ่มเด็กวัยก่อนเรียน จำนวน 30 คน ในเขตพื้นที่ความรับผิดชอบของโรงพยาบาลคลองหลวง แล้วนำมาวิเคราะห์หาความเชื่อมั่นได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามความรู้เกี่ยวกับอาหารในเด็กวัยก่อนเรียนของผู้ดูแลเด็ก โดยใช้สูตร KR-20 เท่ากับ 0.72 และค่าความ

เชื่อมั่นโดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์อัลฟาครอนบาค (Cronbach's Alpha coefficient) ของแบบสอบถามการจัดอาหารให้กับเด็กวัยก่อนเรียนของผู้ดูแลเด็ก แบบสอบถามการปลูกฝังนิสัยการบริโภคอาหารให้กับเด็กวัยก่อนเรียนของผู้ดูแลเด็ก และแบบสอบถามพฤติกรรมการบริโภคอาหารของเด็กวัยก่อนเรียน ได้เท่ากับ 0.71, 0.86, 0.84 ตามลำดับ

การเก็บรวบรวมข้อมูล ภายหลังที่ได้รับ การอนุมัติจากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรม การวิจัยในมนุษย์จากคณะกรรมการพิจารณา จริยธรรมการศึกษาวิจัยด้านการแพทย์และ สาธารณสุขในคน จังหวัดปทุมธานี ผู้วิจัย ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล โดยเริ่มจากผู้วิจัย จัดทำหนังสือเพื่อขออนุญาตดำเนินการวิจัยกับ สาธารณสุขอำเภอ เข้าพบผู้ช่วยเก็บข้อมูลวิจัย เพื่อ ทำความเข้าใจในการใช้เครื่องมือ คือ เจ้าหน้าที่ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลคลองหก จำนวน 1 ราย และอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) จำนวน 12 ราย โดยชี้แจงวัตถุประสงค์การ วิจัย และรายละเอียดของเครื่องมือและให้ทดลอง ใช้ 1-2 ราย หลังจากนั้นนำปัญหาที่พบมาทำความเข้าใจกับผู้วิจัย และแบ่งพื้นที่การเก็บรวบรวม ข้อมูลวิจัย ตามพื้นที่ของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกเป็น หมู่ 9, หมู่ 10, หมู่ 11, หมู่ 12, หมู่ 13 และ หมู่ 14 เตรียมการเก็บข้อมูล ได้แก่ แบบสอบถามปัจจัย ที่สัมพันธ์ต่อภาวะโภชนาการของเด็กวัยก่อนเรียน สถานที่ทำแบบสอบถาม เครื่องชั่งน้ำหนักและวัด ส่วนสูง กราฟแสดงน้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูงในการ ติดตามการเจริญเติบโตของเด็กอายุ 0-6 ปี จากนั้น เตรียมกลุ่มตัวอย่างที่มีคุณสมบัติตามที่กำหนด เพื่อ ชี้แจงและขอความร่วมมือตามความสมัครใจพร้อม ทั้งลงนามแสดงความยินยอมในการเข้าร่วมวิจัย หลังจากนั้นผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยนัดวันเวลาเพื่อเก็บ รวบรวมข้อมูลโดยคำนึงถึงความสะดวกของกลุ่ม

ตัวอย่างเป็นหลัก สุดท้ายผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยเก็บ รวบรวมข้อมูลตามวัน เวลาที่กำหนด โดยเข้าพบ กลุ่มตัวอย่าง แนะนำตนเองชี้แจงวัตถุประสงค์ของ การทำวิจัย การดำเนินการวิจัย และการพิทักษ์ สิทธิของกลุ่มตัวอย่างก่อนการเก็บรวบรวมข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูล การศึกษาครั้งนี้ วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์ ซึ่ง กำหนดความเชื่อมั่นที่ระดับความสำคัญทางสถิติที่ 0.05 ในการทดสอบใช้สถิติในการวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้ 1) สถิติพรรณนา ได้แก่ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 2) สถิติเชิง อนุมานวิเคราะห์หาความสัมพันธ์โดยใช้สถิติคส แควร์ (Chi-square test) และสัมประสิทธิ์ สหสัมพันธ์แบบพอยท์ไบเซรียล (Point-biserial correlation coefficient)

ผลการวิจัย

การศึกษานี้กลุ่มตัวอย่างมีจำนวน 280 คน แบ่งเป็นเด็กวัยก่อนเรียนและผู้ดูแล กลุ่มละ 140 คน นำเสนอผลการศึกษา ดังนี้

ข้อมูลทั่วไป จำแนกเป็น 1) ด้านเด็กวัยก่อน เรียน ร้อยละ 50.70 เป็นเพศหญิง มีน้ำหนักแรก คลอดเฉลี่ย 3,102.59 กรัม ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน เท่ากับ 459.33 พฤติกรรมการบริโภคอาหารของ เด็กวัยก่อนเรียนโดยรวมอยู่ในระดับดี มีค่าเฉลี่ย เท่ากับ 3.42 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน เท่ากับ 0.46 และภาวะโภชนาการเด็กวัยก่อนเรียน พบว่า เด็กวัย ก่อนเรียนมีภาวะโภชนาการตามเกณฑ์มากที่สุด ร้อยละ 60.00 รองลงมาคือ ภาวะทุพโภชนาการ ร้อยละ 40 2) ด้านผู้ดูแลเด็กวัยก่อนเรียน พบว่า อายุ เฉลี่ย 34.23 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน เท่ากับ 9.46 ระดับการศึกษาต่ำกว่าหรือเท่ากับมัธยมศึกษาตอน ปลาย มากสุดร้อยละ 85.00 ไม่ได้ประกอบอาชีพ มากสุด ร้อยละ 51.40 ความรู้เกี่ยวกับอาหารในเด็ก วัยก่อนเรียนของผู้ดูแล พบว่า มีคะแนนเฉลี่ย 12.24

(SD= 3.33) การจัดอาหารให้กับเด็กวัยก่อนเรียนของผู้ดูแลโดยรวมอยู่ในระดับดี มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.56 (SD= 0.46) และการปลูกฝังนิสัยการบริโภคอาหารให้กับเด็กวัยก่อนเรียนของผู้ดูแลเด็กก่อนวัยเรียน โดยรวมอยู่ในระดับดี มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.50 (SD= 0.53) และ 3) ด้านครอบครัว พบว่า ร้อยละ 51.40 รายได้ของครอบครัวต่ำกว่า 10,000 บาทต่อเดือน และ ร้อยละ 61.40 เป็นครอบครัวขยาย

การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ และปัจจัยเสริมกับภาวะโภชนาการเด็กวัยก่อนเรียน ผลการศึกษา พบว่า ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อกับภาวะโภชนาการเด็กวัยก่อนเรียน โดยการทดสอบสถิติไคสแควร์ พบว่า ปัจจัยนำด้านเด็กวัยก่อนเรียน ได้แก่ เพศ ไม่มีความสัมพันธ์กับภาวะโภชนาการเด็กวัยก่อนเรียน ($p>.05$) ด้านผู้ดูแลเด็กวัยก่อนเรียน ได้แก่ ระดับการศึกษา อาชีพ ไม่มี

ความสัมพันธ์กับภาวะโภชนาการเด็กวัยก่อนเรียน ($p>.05$) ด้านปัจจัยเอื้อ ได้แก่ รายได้ของครอบครัว และลักษณะของครอบครัว พบว่า รายได้ของครอบครัวมีความสัมพันธ์กับภาวะโภชนาการเด็กวัยก่อนเรียน ($p<.05$) และพบว่า รายได้ของครอบครัวที่น้อยกว่าหรือเท่ากับ 10,000 บาท มีภาวะโภชนาการตามเกณฑ์ ร้อยละ 69.40 รายได้ของครอบครัวที่มากกว่าหรือเท่ากับ 10,001 บาท มีภาวะโภชนาการตามเกณฑ์ ร้อยละ 50.00 และ รายได้ของครอบครัวที่น้อยกว่าหรือเท่ากับ 10,000 บาท มีโอกาสมีภาวะโภชนาการตามเกณฑ์ 2.27 เท่าของรายได้ของครอบครัวที่มากกว่าหรือเท่ากับ 10,001 บาท (OR 3.67; 95% CI of OR 1.82 ถึง 7.39) ส่วนลักษณะของครอบครัวไม่มีความสัมพันธ์กับภาวะโภชนาการ ($p>.05$) ดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 จำนวน ร้อยละ การทดสอบความสัมพันธ์ของปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อกับภาวะโภชนาการเด็กวัยก่อนเรียน โดยใช้สถิติไคสแควร์

ตัวแปร	ภาวะโภชนาการตามเกณฑ์	ภาวะทุพโภชนาการ	Crude OR	95% CI of OR	χ^2 (p-value)
	จำนวน (%)	จำนวน (%)			
ปัจจัยนำ					
ปัจจัยด้านเด็กวัยก่อนเรียน (n=140)					
1.เพศ					
ชาย	43(62.30)	26(37.70)	1.21	.61-2.38	.305
หญิง	41(57.70)	30(42.30)	1		(.581)
ปัจจัยด้านผู้ดูแลที่เลี้ยงดูเด็กวัยก่อนเรียน (n=140)					
1.ระดับการศึกษา					
≤ มัธยมศึกษาตอนปลาย	71(59.70)	48(40.30)	.91	.35-2.36	.037
≥ อนุปริญญาตรี	13(61.90)	8(38.10)	1		(.847)
2.อาชีพ					
ไม่ได้ประกอบอาชีพ	19(61.30)	12(38.70)	1.07	.47-2.42	.028

ตัวแปร	ภาวะโภชนาการ ตามเกณฑ์	ภาวะทุพ โภชนาการ	Crude OR	95% CI of OR	χ^2 (p-value)
	จำนวน (%)	จำนวน (%)			
ประกอบอาชีพ	65(59.60)	44(40.40)	1		(.868)

* $p\text{-value} < .05$

ตารางที่ 1 (ต่อ) จำนวน ร้อยละ การทดสอบความสัมพันธ์ของปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อกับภาวะโภชนาการเด็กวัยก่อนเรียน โดยใช้สถิติไคสแควร์

ตัวแปร	ภาวะโภชนาการ ตามเกณฑ์	ภาวะทุพ โภชนาการ	Crude OR	95% CI of OR	χ^2 (p-value)
	จำนวน (%)	จำนวน (%)			
ปัจจัยเอื้อ					
1.รายได้ของครอบครัว (n=140)					
≤ 10,000 บาท	50(69.40)	22(30.60)	2.27	1.13-4.53	5.509
≥ 10,001 บาท	34(50.00)	34(50.00)	1		(.019**)
2.ลักษณะของครอบครัว (n=140)					
ครอบครัวเดี่ยว	30(55.60)	24(44.40)	.74	.37-1.48	.724
ครอบครัวขยาย	54(62.80)	32(37.20)	1		(.395)

* $p\text{-value} < .05$

ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยนำ ปัจจัยเสริมกับภาวะโภชนาการเด็กวัยก่อนเรียน โดยการทดสอบค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พอยท์ไบซีเรียล พบว่า ปัจจัยนำ ได้แก่ น้ำหนักแรกคลอด พฤติกรรมการบริโภคอาหารของเด็กวัยก่อนเรียน ความรู้เกี่ยวกับอาหารในเด็กวัยก่อนเรียนของผู้ดูแล และการจัดอาหารให้กับเด็กวัยก่อนเรียนของผู้ดูแล มีความสัมพันธ์กับภาวะโภชนาการเด็กวัยก่อนเรียน

($p < .001$) และอายุของผู้ดูแลมีความสัมพันธ์ภาวะโภชนาการเด็กวัยก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ปัจจัยเสริม ได้แก่ การปลูกฝังนิสัยการบริโภคอาหารให้กับเด็กวัยก่อนเรียนของครอบครัวมีความสัมพันธ์กับภาวะโภชนาการเด็กวัยก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 การทดสอบความสัมพันธ์ของปัจจัยนำ ปัจจัยเสริมกับภาวะโภชนาการเด็กวัยก่อนเรียน โดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พอยท์ไบซีเรียล

ตัวแปร	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ พอยท์ไบซีเรียล (rb)	p-value
ปัจจัยนำ		
ด้านเด็กวัยก่อนเรียน (n=140)		
น้ำหนักแรกคลอด	.285**	.001
พฤติกรรมการบริโภคอาหารของเด็กวัยก่อนเรียน	.438**	<.001

ตัวแปร	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ พอยท์ไบซีเรียล (rb)	p-value
ด้านผู้ดูแลเด็กวัยก่อนเรียน (n=140)		
อายุ	.208*	.013
ความรู้เกี่ยวกับอาหารในเด็กวัยก่อนเรียนของผู้ดูแล	-.266**	.001
การจัดอาหารให้กับเด็กวัยก่อนเรียนของผู้ดูแล	.340**	<.001

* $p\text{-value} < .05$, ** $p\text{-value} < .001$

ตารางที่ 2 (ต่อ) การทดสอบความสัมพันธ์ของปัจจัยนำ ปัจจัยเสริมกับภาวะโภชนาการเด็กวัยก่อนเรียน โดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พอยท์ไบซีเรียล

ตัวแปร	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ พอยท์ไบซีเรียล (rb)	p-value
ปัจจัยเสริม		
การปลูกฝังนิสัยการบริโภคอาหารให้กับเด็กวัยก่อนเรียนของครอบครัว	.391**	<.001

* $p\text{-value} < .05$, ** $p\text{-value} < .001$

อภิปรายผล

นำเสนอตามวัตถุประสงค์การวิจัยดังนี้

1 ภาวะโภชนาการของเด็กวัยก่อนเรียน

ผลการศึกษา พบว่า ภาวะโภชนาการตามเกณฑ์มากที่สุด ร้อยละ 60.00 อภิปรายได้ว่า ภาวะโภชนาการ เป็นลักษณะของร่างกายอันเนื่องมาจากอาหารที่รับประทาน ซึ่งก่อให้เกิดผลดีหรือไม่ดีต่อร่างกายได้ หากมีภาวะโภชนาการดีเป็นผลมาจากการบริโภคอาหารถูกสุขลักษณะ เหมาะสมครบถ้วนตามความต้องการของร่างกาย ทำให้อวัยวะสามารถนำเอาไปใช้ประโยชน์ได้ ซึ่งมีสารอาหารสำคัญ ได้แก่ คาร์โบไฮเดรต โปรตีน ไขมัน วิตามิน เกลือแร่ต่าง ๆ แต่สำหรับภาวะทุพโภชนาการ เป็นผลมาจากการบริโภคอาหารไม่ถูกสุขลักษณะก่อให้เกิดภาวะโภชนาการเกินจนเกิดภาวะอ้วนหรือขาดสารอาหารเกิดภาวะร่างกายผอม¹⁵ ภาวะโภชนาการเด็กวัยก่อนเรียนมีความสำคัญอย่างมากต่อการเจริญเติบโตและ

พัฒนาการ การศึกษาครั้งนี้พบว่า มากกว่าครึ่งมีภาวะโภชนาการตามเกณฑ์ปกติ อาจเนื่องมาจากเด็กวัยนี้ยังไม่สามารถดูแลตนเองในการรับประทานอาหารได้ดี ต้องพึ่งพาการจัดหาอาหารจากบิดามารดาหรือผู้ดูแลเด็ก ซึ่งกลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้ดูแลเด็กนี้สามารถจัดอาหารให้กับเด็กวัยก่อนเรียนของผู้ดูแลอยู่ในระดับดี ซึ่งการจัดอาหารมีความสำคัญต่อเด็กวัยก่อนเรียนที่เป็นวัยกำลังเจริญเติบโตต้องการพลังงานและสารอาหารที่เหมาะสม และควรได้รับครบทุกหมู่ ได้แก่ ข้าว ผัก ผลไม้ เนื้อสัตว์ และนม พร้อมทั้งฝึกนิสัยให้กินได้หลายชนิด โดยมีการหมุนเวียนอาหารให้หลากหลาย¹⁶

2. ปัจจัยที่สัมพันธ์กับภาวะโภชนาการของเด็กวัยก่อนเรียน สามารถอภิปรายได้ดังนี้

ปัจจัยนำ ด้านเด็กวัยก่อนเรียน ได้แก่ น้ำหนักแรกคลอด และพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของเด็กวัยก่อนเรียนมีความสัมพันธ์กับภาวะโภชนาการเด็กวัยก่อนเรียน และปัจจัยด้านผู้ดูแล ได้แก่ อายุ ความรู้เกี่ยวกับอาหาร การจัดอาหาร

และการปลูกฝังนิสัยการบริโภคอาหารให้กับเด็กวัยก่อนเรียนของผู้ดูแลมีความสัมพันธ์กับภาวะโภชนาการของเด็กวัยก่อนเรียน อธิบายได้ว่า น้ำหนักแรกคลอดของเด็กวัยก่อนเรียนเป็นตัวชี้วัดที่สำคัญอย่างหนึ่งต่อการมีขนาดรูปร่างของร่างกายในระยะต่อมา เนื่องจากหากกรณีเด็กวัยก่อนเรียนมีน้ำหนักแรกคลอดต่ำกว่า 2,500 กรัม จะบ่งบอกว่าขนาดและรูปร่างของทารกในครรภ์มีการเจริญเติบโตที่ล่าช้า ทำให้ระยะต่อมาไม่สามารถจะมีการเจริญได้เทียบเท่ากับเด็กที่มีน้ำหนักแรกคลอดมากกว่า 2,500 กรัม⁵ สอดคล้องกับการศึกษาที่พบว่า น้ำหนักแรกคลอดที่ต่ำกว่า 2,500 กรัม จะมีส่วนสูงไม่ดีและรูปร่างไม่สมส่วน สูงกว่าเด็กที่มีน้ำหนักแรกคลอด 2,500 กรัมขึ้นไป คิดเป็น 1.4 เท่า¹⁷ ส่วนพฤติกรรมการบริโภคอาหารของเด็กวัยก่อนเรียนมีความสัมพันธ์กับภาวะโภชนาการของเด็กวัยก่อนเรียนเนื่องจากพฤติกรรมการบริโภคอาหารเป็นการกระทำเกี่ยวกับการนำสารอาหารต่าง ๆ เข้าสู่ร่างกาย ซึ่งในเด็กวัยก่อนเรียนจะมีการเจริญเติบโตทั้งด้านร่างกายและสติปัญญารวดเร็ว และที่เห็นได้ชัดเจนคือน้ำหนักและส่วนสูง หากมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารเหมาะสม โดยการรับประทานอาหารครบ 5 หมู่ กินอาหารมื้อหลักครบทุกวันจะทำให้มีภาวะโภชนาการอยู่ในเกณฑ์ปกติ ในขณะที่มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่ไม่เหมาะสม เช่น ไม่กินอาหารมื้อหลัก เลือกกิน กินมาก กินน้อย ชอบดื่มเครื่องดื่มที่มีน้ำตาลปริมาณสูง เช่น น้ำอัดลม จะเกิดภาวะทุพโภชนาการได้ทั้งภาวะอ้วนหรือผอมได้⁵ การศึกษครั้งนี้สอดคล้องกับการศึกษาถึงพฤติกรรมการบริโภคอาหารต่อภาวะโภชนาการในเด็กวัยนักเรียน โรงเรียนบ้านหนองรังกา จังหวัดนครราชสีมา พบว่า พฤติกรรมการบริโภคอาหารมีความสัมพันธ์กับภาวะโภชนาการในเด็กนักเรียน¹⁸ และการศึกษาภาวะโภชนาการและพฤติกรรมการกินของเด็กศึกษาในเด็กนักเรียนชั้นประถมศึกษาใน

ชนบทของรัฐเบงกอลตะวันตก พบว่า ค่าดัชนีมวลกายของเด็กมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคของเด็ก¹⁹

อายุของผู้ดูแลมีความสัมพันธ์กับภาวะโภชนาการของเด็กวัยก่อนเรียน อาจเนื่องจากในการวิจัยครั้งนี้พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีช่วงอายุเฉลี่ย 34.23 ปี เป็นกลุ่มวัยทำงาน ที่มีทักษะความสามารถในด้านต่าง ๆ หลายด้าน รวมถึงการเข้าถึงข้อมูลข่าวสารด้านสุขภาพที่มีประโยชน์ต่อการปฏิบัติพฤติกรรมในด้านสุขภาพ ซึ่งการเข้าถึงแหล่งข้อมูลในปัจจุบันมีหลายช่องทาง เช่น โทรศัพท์ อินเทอร์เน็ต หรือการเข้าถึงหน่วยบริการระบบบริการสุขภาพ เป็นต้น และช่วงวัยนี้สามารถทำได้ด้วยตนเอง ส่งผลให้เกิดการรับรู้และเข้าใจเกี่ยวกับสุขภาพกลายเป็นความรู้ทำให้ผู้ดูแลสามารถที่จะจัดหาอาหารที่เหมาะสมให้กับเด็กวัยก่อนเรียนได้ดี สอดคล้องกับการศึกษาเกี่ยวกับปัจจัยทำนายภาวะโภชนาการเกินของเด็กก่อนวัยเรียนในศูนย์พัฒนาเด็กก่อนวัยเรียน กรุงเทพมหานคร พบว่า แม่ที่มีความรู้เกี่ยวกับภาวะโภชนาการในเด็กก่อนวัยเรียนไม่เหมาะสมเป็นปัจจัยเสี่ยงต่อภาวะโภชนาการเกินของเด็กก่อนวัยเรียน²⁰ สำหรับความรู้เกี่ยวกับอาหารในเด็กวัยก่อนเรียนของผู้ดูแลมีความสัมพันธ์กับภาวะโภชนาการ เนื่องจากความรู้เป็นขั้นตอนแรกของพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับเรื่องต่าง ๆ และเป็นขั้นตอนที่นำไปสู่พฤติกรรมที่ก่อให้เกิดความเข้าใจ ผู้ดูแลที่มีความรู้ในด้านโภชนาการจะส่งผลต่อโภชนาการของเด็กวัยก่อนเรียนโดยความรู้จะทำให้เกิดความเข้าใจแล้วมีการปฏิบัติหรือเลือกปฏิบัติกิจกรรมที่ส่งเสริมโภชนาการ ซึ่งหากขาดความรู้ในเรื่องดังกล่าวจะทำให้ผู้ดูแลให้เด็กได้รับอาหารตามความสะดวก จะทำให้เกิดเป็นนิสัยติดตัวในการรับประทานอาหารสะดวกซื้อ²¹ สอดคล้องกับการศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อภาวะโภชนาการของเด็ก

ในศูนย์พัฒนาเด็กเล็กสังกัดเทศบาลตำบลบ้านกลาง อำเภอสันป่าตอง จังหวัดเชียงใหม่ พบว่า ความรู้เกี่ยวกับการรับประทานอาหารของครอบครัวส่งผลต่อภาวะโภชนาการของเด็ก¹⁵ และสอดคล้องกับการศึกษาเรื่องผลของความรู้ด้านโภชนาการต่อภาวะโภชนาการของนักศึกษาวิทยาศาสตร์การกีฬา พบว่า ความรู้ด้านโภชนาการมีอิทธิพลต่อภาวะโภชนาการของนักศึกษา²¹ และการจัดอาหารให้กับเด็กวัยก่อนเรียนของผู้ดูแลมีความสัมพันธ์กับภาวะโภชนาการ เนื่องจากอาหารเป็นสิ่งที่มีความสำคัญต่อการเจริญเติบโตของร่างกาย สมอ และสติปัญญา รวมทั้งพัฒนาการด้านอารมณ์และบุคลิกภาพ เด็กจึงต้องได้รับความเอาใจใส่ โดยเฉพาะทางด้านอาหารและโภชนาการ ดังนั้นในการจัดอาหารให้กับเด็กวัยนี้ต้องคำนึงถึงสารอาหารและปริมาณอาหารที่ได้รับให้เพียงพอ รวมทั้งต้องมีความหลากหลายหมุนเวียนในแต่ละสัปดาห์² สอดคล้องกับการศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อภาวะโภชนาการของเด็กในศูนย์พัฒนาเด็กเล็กสังกัดเทศบาลตำบลบ้านกลาง อำเภอสันป่าตอง จังหวัดเชียงใหม่ พบว่า การจัดอาหารส่งผลต่อภาวะโภชนาการของเด็กวัยก่อนเรียน¹⁵

ปัจจัยเอื้อ พบว่า รายได้ของครอบครัวมีความสัมพันธ์กับภาวะโภชนาการ เนื่องจากรายได้ของครอบครัวถือเป็นปัจจัยที่เอื้อทางด้านสังคม ซึ่งผู้ที่มีรายได้สูงจะมีโอกาสดีในการแสวงหาสิ่งที่มีประโยชน์ต่อการดูแลตนเองและเอื้ออำนวยให้สามารถจัดหาอาหารที่เพียงพอแก่เด็กวัยก่อนเรียน ดังการศึกษาที่พบว่า ครอบครัวของเด็กที่รายได้เพียงพอจะมีโอกาสทำให้ลูกมีโอกาสทำให้ภาวะเตี้ยลดลง เมื่อเทียบกับครอบครัวที่รายได้ต่ำกว่า และมีโอกาสทำให้ภาวะผอมลดลงด้วย¹⁰ และยังพบว่า รายได้ของครอบครัวที่สูงมักทำให้เด็กมีภาวะน้ำหนักเกินได้¹¹ เช่นกัน

ปัจจัยเสริม ได้แก่ การปลูกฝังนิสัยการบริโภคอาหารให้กับเด็กวัยก่อนเรียนของครอบครัวมีความสัมพันธ์กับภาวะโภชนาการ เนื่องจากการปลูกฝังนิสัยการบริโภคอาหารให้กับเด็กวัยก่อนเรียนของครอบครัวถือเป็นปัจจัยเสริมที่มีส่วนสนับสนุนให้เกิดพฤติกรรมที่ต้องการ ถือเป็นแรงกระตุ้นในการแสดงพฤติกรรมเป็นปัจจัยภายนอกจากบุคคลที่เข้ามามีอิทธิพลในเรื่องนั้น ๆ เช่น พ่อ แม่ เป็นต้น²³ การส่งเสริมให้เด็กได้รับการปลูกฝังการรับประทานอาหารที่ถูกหลักโภชนาการ โดยผ่านการเลี้ยงดูตั้งแต่วัยทารกจนเข้าสู่วัยก่อนเรียนจะทำให้เด็กได้รับสารอาหารครบถ้วนเหมาะสม มีพัฒนาการสมวัย หากปลูกฝังผิดหลักการจะทำให้เด็กเกิดความเคยชินในสิ่งที่ไม่ก่อให้เกิดประโยชน์ เช่น การรับประทานอาหารบางอย่างที่ไม่ได้มีคุณค่าทางโภชนาการ เป็นต้น สอดคล้องกับการศึกษาเรื่องนิสัยการกินและภาวะโภชนาการในเด็กก่อนวัยเรียน: การศึกษาเชิงสังเกตในบาหลีโกเต ประเทศอินเดีย พบว่า นิสัยการกินของเด็กมีความสัมพันธ์กับน้ำหนักตามอายุ และน้ำหนักตามส่วนสูง²⁴

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

บุคลากรสาธารณสุขสามารถนำผลการวิจัยไปใช้เป็นข้อมูลพื้นฐานในการวางแผนเพื่อส่งเสริมภาวะโภชนาการในเด็กวัยก่อนเรียน โดยเน้นการให้ความรู้เกี่ยวกับอาหาร การจัดอาหารสำหรับเด็กวัยก่อนเรียน และการปลูกฝังนิสัยที่ดีเกี่ยวกับการรับประทานอาหารแก่เด็กวัยก่อนเรียน

2. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

ควรมีการศึกษาปัจจัยทำนายหรือปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อภาวะโภชนาการเพื่อหาปัจจัยที่เป็นสาเหตุส่งผลต่อภาวะโภชนาการของเด็ก จากนั้นนำมาพัฒนาเป็นโปรแกรมที่ดีและมีประสิทธิภาพ

มากยิ่งขึ้นเชิงกึ่งทดลอง ได้แก่ การให้ความรู้เกี่ยวกับโภชนาการเด็กวัยก่อนเรียน หลักการจัดอาหารสำหรับเด็กวัยก่อนเรียน และการปลูกฝังนิสัยการบริโภคอาหารในเด็กวัยก่อนเรียน โดยนำครอบครัวและเครือข่ายในชุมชนเข้ามามีส่วนร่วม

เอกสารอ้างอิง

1. วชิรกร อังคประสาธชัย, ยุนี พงศ์จตุร วิทย์, สาวิตรี วงศ์อินจันทร์. ปัจจัยทำนายภาวะสุขภาพเด็กวัยก่อนเรียน. วารสารคณะพยาบาลศาสตร์มหาวิทยาลัยบูรพา. 2561; 26(3): 52-61.
2. ประไพพิศ สิงหเสน, ศักรินทร์ สุวรรณเวหา, อติญาณ์ ศรเกษตริน. การส่งเสริมโภชนาการในเด็กวัยก่อนเรียน. วารสารเครือข่ายวิทยาลัยพยาบาลและการสาธารณสุขภาคใต้. 2560; 4(3): 226-235.
3. World Health Organization. Nutrition. [internet]. 2021 [10 August 2022]. Available from: https://www.who.int/health-topics/nutrition#tab=tab_1
4. สถาบันวิจัยประชากรและสังคม. สุขภาพคนไทย 2561. อมรินทร์พริ้นติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง จำกัด; 2561.
5. ศักรินทร์ สุวรรณเวหา, อมาวสี อัมพันศิริรัตน์, วิภารัตน์ สุวรรณไวพัฒนา. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับภาวะโภชนาการของเด็กวัยก่อนเรียน: การทบทวนวรรณกรรมอย่างเป็นระบบ. วารสารสุขภาพและการศึกษาพยาบาล. 2562; 25(2): 8-24.
6. Green, L. and Kreuter, M. Health program planning: An educational and ecological approach (4th Edition). McGraw Hill, New York: 2005.
7. อาชुरา ธีเร้ง, จีราพัชร พลอยนิลเพชร และกัลยา ตันสกุล. ปัจจัยที่มีผลต่อภาวะน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์ของเด็กแรกเกิด- 5 ปี ในอำเภอบาเจาะ จังหวัดนราธิวาส. ใน: การประชุมมหาดไทยวิชาการระดับชาติและนานาชาติ ครั้งที่ 10; 2562. หน้า 1558-78.
8. ชัชฎา ประจตุทะเก, อัญชลี ภูมิจันทิก, ประดับ ศรีหมื่นไวย. สถานการณ์และปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อภาวะโภชนาการเด็กปฐมวัยในเขตสุขภาพที่ 9 ปี 2560 .วารสารศูนย์อนามัยที่ 9 วารสารส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อม. 2562;13 (31):159-177.
9. Muthuri, S. K., Onywera, V. O., Tremblay, M. S., Broyles, S. T., Chaput, J. P., Fogelholm, M., ISCOLE. Relationships between parental education and overweight with childhood overweight and physical activity in 9–11 year old children: Results from a 12-country study. PLoS One. 2016; 11(8): 1-14.
10. A Masooth Mohamed, A.B. KulanMohaideen, S. selvarajini. Factors influencing for the nutritional status of preschool children : A study on children age between three to five years. [internet]. 2019 [10 August 2022]. Available from : <file:///C:/Users/ADMIN/Downloads/journalarticle-masooth.pdf>
11. Huang, H., Jasimah, C. W., Radzi, W. M., Jenatabadi, H. S. Family environment and childhood obesity: A new framework with structural equation modeling. International Journal of Environmental Research and Public Health. 2017; 14(2): 34-45.
12. สุชาติ พิชัยธรรม,ยูวงค์ จันทรวิจิตร, และอุมาพร ห่านรุ่งโรทร. ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยครอบครัวและรูปแบบการอบรมเลี้ยงดูของผู้ปกครองกับภาวะโภชนาการของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 ของโรงเรียนสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก. วารสารพยาบาลสาร. 2563; 47(4): 88-99.
13. ณัฐวัลย์ เพ็งแจ่มและคณะ. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของเด็กที่มีภาวะโภชนาการเกิน ในโรงเรียนแห่งหนึ่ง ตำบลโคกชัย อำเภอกอเขนย จังหวัดนครราชสีมา. ใน: การประชุมวิชาการระดับชาติ วิทยาลัยนครราชสีมา ครั้งที่ 6 ประจำปี พ.ศ.2562; 2562. หน้า 941-49.
14. ยูภา โผผา. ปัจจัยที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพผู้ที่มีภาวะไขมันในเลือด ผิดปกติที่ไม่สามารถควบคุมได้ [วิทยานิพนธ์]. สมุทรปราการ: มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ; 2557.
15. วีรวัลย์ ศิรินาม. ปัจจัยที่มีผลต่อภาวะโภชนาการของเด็กในศูนย์พัฒนาเด็กเล็กสังกัดเทศบาลตำบลบ้าน

- กลาง อำเภอสันป่าตอง จังหวัดเชียงใหม่ [วิทยานิพนธ์]. เชียงใหม่: มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่; 2561.
16. ประไพพิศ สิงห์เสน, ศักรินทร์ สุวรรณเวหา, อติญาณ์ ศรเกษตริน. การส่งเสริมโภชนาการในเด็กวัยก่อนเรียน. วารสารเครือข่ายวิทยาลัยพยาบาลและการสาธารณสุขภาคใต้. 2560; 4(3): 226-235.
 17. ชัยพร พรหมสิงห์, วรณมา กางก้น, พนิต โล่เสถียร กิจ. ภาวะโภชนาการเด็กปฐมวัยไทย พ.ศ. 2557 [อินเทอร์เน็ต]. 2557 [เข้าถึงเมื่อ 1 มกราคม 2565]. เข้าถึงได้จาก: <https://hpc03.files.wordpress.com/2016/09/wannapa0959.pdf>
 18. กัมปนาท คำสุข, บานเย็น ล้วนภูเขียว และจริยา เสาวเวียง. พฤติกรรมการบริโภคอาหารต่อภาวะโภชนาการในเด็กนักเรียนโรงเรียนบ้านหนองรังกา จังหวัดนครราชสีมา. ใน: การประชุมวิชาการระดับชาติ วิทยาลัยนครราชสีมา ครั้งที่ 6 ประจำปี พ.ศ.2562; 2562. หน้า 908-14.
 19. Roy, S., Bandyopadhyay, S., Bandyopadhyay, L., Dasgupta, A., Paul, B., & Mandal, S. Nutritional status and eating behavior of children: A study among primary school children in a rural area of West Bengal. Journal of family medicine and primary care. 2020; 9(2): 844.-49.
 20. วิจิตรา อิมอูระ, สมสมัย รัตนกริชากุล, สุวรรณ จันทร์ประเสริฐ. ปัจจัยทำนายภาวะโภชนาการเกินของเด็กก่อนวัยเรียนในศูนย์พัฒนาเด็กก่อนวัยเรียน กรุงเทพมหานคร. วารสารคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา. 2561; 27(1): 1-12.
 21. สมศิริ รุ่งรัตน์, อาภาวรรณ หนูคง, ณัฐริรา ไกรมงคล และรุ่งดี พุดิเสถียร. การนำแนวทางการส่งเสริมโภชนาการไปใช้ในเด็กก่อนวัยเรียนที่มีภาวะโภชนาการเกินในศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก. วารสารสภาการพยาบาล. 2560; 32(4): 120-33.
 22. Siregar, N. S., Harahap, N. S., Sinaga, R. N., & Affandi, A. The Effect of Nutrition Knowledge on Nutritional Status in Sport Science Students. In Journal of Physics: Conference Series. 2020; 1462(1): 1-6.
 23. นรลักษณ์ เอื้อกิจ, & ลัดดาวัลย์ เพ็ญศรี. การประยุกต์ใช้แนวคิด PRECEDE MODEL ในการสร้างเสริมสุขภาพ. วารสารพยาบาลสภาวิชาชีพไทย. 2562; 12(1): 38-48.
 24. Chilapur, G. G., & Natekar, D. S. Dietary Habits and Nutritional Status among Preschool Children: An Observational Study at Bagalkot. SSR Institute of International Journal of Life Sciences. 2015; 8(3): 3005-9.