

Received: 25 Mar 2021, Revised: 26 Apr 2021

Accepted: 3 Jun 2021

นิพนธ์ต้นฉบับ

ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมเสี่ยงด้านโภชนาการของเด็กวัยก่อนเรียน ในศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก อำเภอดงหลวง จังหวัดพัทลุง

เสาวณีย์ เทศนัย¹ เพ็ญมาศ สุนทรจิตต์^{2,*} กิตติพร เนาว์สุวรรณ³

บทคัดย่อ

การวิจัยหาความสัมพันธ์เชิงทำนายนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) สำรวจภาวะโภชนาการของเด็กวัยก่อนเรียน 2) ศึกษาระดับพฤติกรรมเสี่ยงด้านโภชนาการของเด็กวัยก่อนเรียน 3) ศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมเสี่ยงด้านโภชนาการของเด็กวัยก่อนเรียนในศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก อำเภอดงหลวง จังหวัดพัทลุง กลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้ปกครองและเด็กวัยก่อนเรียน จำนวน 183 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสอบถามปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมเสี่ยงด้านโภชนาการของเด็กวัยก่อนเรียนสำหรับผู้ปกครอง และแบบบันทึกน้ำหนักและส่วนสูงของเด็กวัยก่อนเรียน วิเคราะห์ด้วยสถิติพรรณนา ได้แก่ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และสถิติถดถอยพหุคูณ ผลการวิจัยพบว่า 1) ภาวะโภชนาการของเด็กวัยก่อนเรียนในศูนย์พัฒนาเด็กเล็กอำเภอดงหลวง จำแนกน้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูงพบว่า มีภาวะทุพโภชนาการ ร้อยละ 21.31 ซึ่งส่วนใหญ่มีภาวะผอม ร้อยละ 12.57 และมีภาวะอ้วน ร้อยละ 8.74 2) ระดับพฤติกรรมเสี่ยงด้านโภชนาการของเด็กวัยก่อนเรียนภาพรวมอยู่ในระดับดี ($M=2.88$, $SD=0.41$) 3) ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมเสี่ยงด้านโภชนาการของเด็กวัยก่อนเรียนในศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก อำเภอดงหลวง จังหวัดพัทลุง ได้แก่ การเข้าถึงอาหารของเด็กวัยก่อนเรียน ($Beta=.519$) และการเตรียมอาหารของผู้ปกครอง ($Beta=.200$) โดยสามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรมเสี่ยงด้านโภชนาการของเด็กวัยก่อนเรียนได้ร้อยละ 37.50 ($p<0.001$) ดังนั้น หน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรกำหนดแนวทางในการส่งเสริม การบริโภคอาหารในศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก เพื่อเป็นแนวทางในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมบริโภคและป้องกันภาวะทุพโภชนาการในเด็กวัยก่อนเรียนได้

คำสำคัญ เด็กวัยก่อนเรียน พฤติกรรมเสี่ยงด้านโภชนาการ ภาวะโภชนาการ ศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก

¹ หลักสูตรสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาสาธารณสุขชุมชน มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา

² คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี

³ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีสงขลา

* Corresponding author: penmat.s@ubru.ac.th

Original Article

Factors Influencing Nutritional Risk Behaviors of Preschool Children in Childhood Development Centers, Tamot District, Phatthalung Province

Saowanee Tesnui¹ Penmat Sukhonthachit^{2,*} Kittiporn Nawsuwan³

Abstract

This predictive correlation study aimed to 1) survey the nutritional status of preschool children, 2) examine the level of nutritional risk behavior of preschool children, and 3) analyze factors influencing the nutritional risk behavior of preschool children in the Child Development Centers, Tamot District, Phatthalung Province. This study consisted of 183 parents and preschool children. The research tools were a self-administered questionnaire on factors influencing the preschool children's nutritional risk behavior for the parent and the measurement of children's weight and height. The nutritional status and risk behavior levels of preschool children were analyzed and presented by descriptive statistics with frequency, percentage, mean and standard deviation. Multiple regression analysis was used to examine factors influencing the nutritional risk behavior of preschool children. The finding indicated that; 1) The nutritional status of preschool children in Childhood Development Centers was categorized by weight for height criteria. Among the preschool children, the prevalence of malnutrition was 21.31%, composing 12.57% underweight and 8.74% overweight-obesity. 2) Overall, the nutritional risk behavior of preschool children was at a good level ($M=2.88$, $SD=0.41$). 3) Food access of preschool children ($Beta=.519$) and food preparation of parental ($Beta=.200$) could be used to predict the nutritional risk behaviors of preschool children at 37.50% ($p<0.001$). Therefore, the stakeholders should develop food consumption guidelines to improve dietary behavior and prevent malnutrition in preschool children in the Child Development Center.

Keywords: Preschool children, Nutritional risk behaviors, Nutritional status, Childhood development centers

¹ Master of Public Health Program in Community Health of Songkhla Rajabhat University

² Faculty of Public Health, Ubon Ratchathani Rajabhat University

³ Boromarajonani College of Nursing, Songkhla

* Corresponding author: penmat.s@ubru.ac.th

บทนำ

โภชนาการมีความสำคัญต่อการเจริญเติบโต และพัฒนาการของเด็ก ซึ่งเด็กที่ได้รับอาหารที่เพียงพอต่อความต้องการของร่างกายจะมีการเจริญเติบโตเป็นไปอย่างดี¹ การเจริญเติบโตของเด็กมีปัจจัยหลายด้าน ทั้งด้านพันธุกรรม ฮอโมน ภาวะโภชนาการ โรคทางกาย และสภาพแวดล้อม ในขณะที่ปัจจุบันสถานการณ์แนวโน้มสุขภาพของประชาชนมีความเสี่ยงมากขึ้น จากการเปลี่ยนแปลงของประชากรและสิ่งแวดล้อมส่งผลให้พฤติกรรมบริโภคอาหารของเด็กไม่ถูกต้อง ทำให้เด็กขาดสารอาหารและมี ภาวะโภชนาการเกิน การเจริญเติบโตช้า และเจ็บป่วยบ่อย²

จากการสำรวจสถานการณ์เด็กและสตรีในประเทศไทย ครั้งที่ 6 พบว่า เด็กอายุต่ำกว่า 5 ปี ร้อยละ 13 มีภาวะเตี้ยแคระแกร็น เป็นผลมาจากการขาดสารอาหารที่มีประโยชน์อย่างต่อเนื่องเป็นระยะเวลานาน ในขณะที่เดียวกันเด็กอายุต่ำกว่า 5 ปี ร้อยละ 8 มีภาวะผอมแห้ง และร้อยละ 9 มีน้ำหนักเกิน ซึ่งเพิ่มจากปี 2558 ที่ภาวะเตี้ยแคระแกร็น ผอมแห้ง หรือน้ำหนักเกิน อยู่ที่ร้อยละ 11, 5 และ 8 ตามลำดับ³ ในขณะที่เด็กในภาคใต้ พบปัญหาเรื่องเตี้ยและผอมมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 13.6 และ 7.8 ของเด็กอายุต่ำกว่า 5 ปีที่มีภาวะทุพโภชนาการ ตามลำดับ⁴ จากการตรวจราชการระดับจังหวัด ของจังหวัดพัทลุง ครั้งที่ 1 ปีงบประมาณ 2564 พบว่า เด็กอายุ 0 - 5 ปี จำนวน 25,407 คน ได้รับการเฝ้าระวังโภชนาการ จำนวน 21,373 คน คิดเป็นร้อยละ 84.12 มีเด็กสูงตีสมส่วน จำนวน 12,188 คน คิดเป็นร้อยละ 57.03 ซึ่งพบว่า อำเภอตะโหมดเพียงอำเภอเดียว

ที่มีเด็กเตี้ยและผอมที่ยังไม่ผ่านเกณฑ์ คิดเป็นร้อยละ 24.15 และ 10.78 ตามลำดับ⁵ สอดคล้องกับการศึกษาสถานการณ์ส่งเสริมพัฒนาการเด็กก่อนวัยเรียนของศูนย์พัฒนาเด็กตำบลโนนสูง-น้ำคำ อำเภอเมือง จังหวัดอุดรธานี พบว่า เด็กวัยก่อนเรียนอยู่ในเกณฑ์ค่อนข้างผอมและผอม ร้อยละ 17.60 และ 8.80 ตามลำดับ⁶

ปัจจุบันแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 12 (พ.ศ. 2560 – พ.ศ. 2564) ได้เตรียมความพร้อมด้านกำลังคนและการเสริมสร้างศักยภาพของประชากรในทุกช่วงวัย โดยพัฒนาให้เหมาะสมตามช่วงวัยเพื่อให้เติบโตอย่างมีคุณภาพ มีสุขภาวะที่ดี ลดปัจจัยเสี่ยงด้านสุขภาพและให้ทุกภาคส่วนคำนึงถึงผลกระทบต่อสุขภาพ อาทิ ส่งเสริมให้มีกิจกรรมทางสุขภาพและโภชนาการที่เหมาะสมตามช่วงวัย โดยกำหนดให้องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นมีมาตรการสนับสนุนการพัฒนาเด็กปฐมวัยในศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก ได้แก่ อาหารกลางวัน อาหารว่าง เครื่องนอน อาหารเสริม (นม) วัสดุ สื่อ อุปกรณ์การศึกษา และวัสดุครุภัณฑ์ การตรวจสุขภาพเด็กประจำปี โดยบุคลากรทางการแพทย์และสาธารณสุข⁷ ดังนั้น พฤติกรรมการบริโภคอาหารของเด็กที่จะส่งผลต่อภาวะโภชนาการขึ้นอยู่กับปัจจัยหลายด้าน โดยเฉพาะปัจจัยด้านครอบครัว จากการทบทวนวรรณกรรมอย่างเป็นระบบ ถึงปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับภาวะโภชนาการของเด็กวัยก่อนเรียน พบว่า ปัจจัยด้านครอบครัวมีความสัมพันธ์กับภาวะโภชนาการและการเจริญเติบโตของเด็กวัยก่อนเรียน ได้แก่ อาชีพผู้ปกครอง ระดับการศึกษาของผู้ปกครอง จำนวนพี่น้องของเด็ก การอบรมเลี้ยงดูด้านสุขภาพของผู้ปกครองแก่เด็ก

ความรู้ด้านโภชนาการ ทักษะคิดและพฤติกรรม การเลี้ยงดูเด็กของผู้ปกครอง และพฤติกรรม การบริโภคอาหารของครอบครัว การจัดอาหารให้รับประทานและการเลี้ยงดูแบบตามใจ⁸

จากสภาพปัญหาดังกล่าว ทำให้เห็นว่าการบริโภคอาหารของเด็กวัยก่อนเรียนขณะอยู่ที่บ้าน ผู้ปกครองจะมีหน้าที่หลักในการจัดอาหาร ดังนั้น การกระทำของผู้ปกครองล้วนมีความเสี่ยงต่อการเกิดภาวะโภชนาการสำหรับเด็กวัยก่อนเรียนมากที่สุด ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะสำรวจภาวะโภชนาการของเด็กวัยก่อนเรียน ระดับพฤติกรรมเสี่ยงด้านโภชนาการและปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมเสี่ยงด้านโภชนาการของเด็กวัยก่อนเรียนในศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก อำเภอดงหลวง จังหวัดพัทลุง เพื่อเป็นแนวทางในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่อาจส่งผลกระทบต่อภาวะทุพโภชนาการได้ ทั้งนี้เพื่อช่วยลดอัตราการเกิดกลุ่มโรคติดต่อไม่เรื้อรัง (NCDs) เช่น กลุ่มโรคหัวใจและหลอดเลือด และโรคเบาหวาน ในวัยผู้ใหญ่ได้⁹

วัตถุประสงค์วิจัย

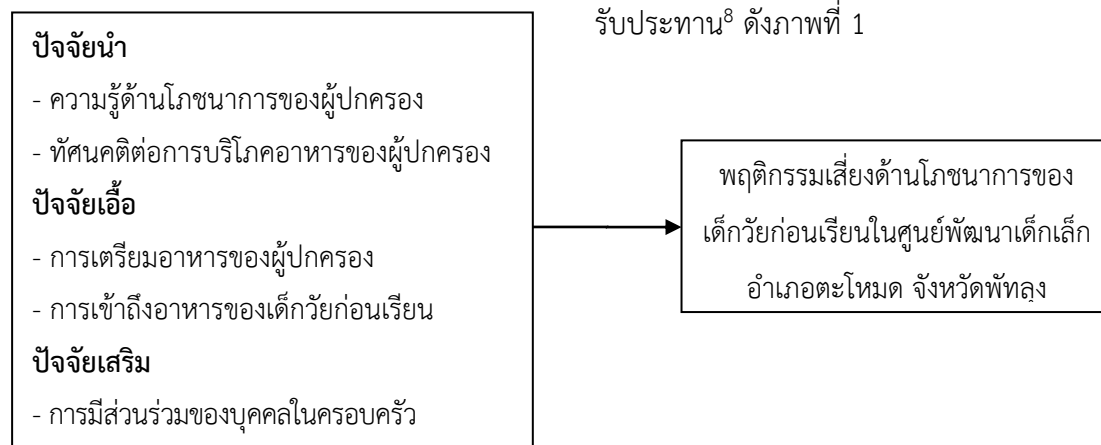
1. เพื่อสำรวจภาวะโภชนาการของเด็กวัยก่อนเรียนในศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก อำเภอดงหลวง จังหวัดพัทลุง

2. เพื่อศึกษาระดับพฤติกรรมเสี่ยงด้านโภชนาการของเด็กวัยก่อนเรียนในศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก อำเภอดงหลวง จังหวัดพัทลุง

3. เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมเสี่ยงด้านโภชนาการของเด็กวัยก่อนเรียนในศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก อำเภอดงหลวง จังหวัดพัทลุง

กรอบแนวคิดการวิจัย

ใช้กรอบแนวคิดแบบจำลองการวางแผนส่งเสริมสุขภาพ (PRECEDE – PROCEED Model)¹⁰ ในระยะที่ 3 เป็นระยะของการวิเคราะห์สาเหตุของพฤติกรรมสุขภาพหรือปัจจัยที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ ซึ่งตัวแปรที่ศึกษาได้จากการทบทวนงานวิจัยที่เกี่ยวข้องตามแบบจำลองการส่งเสริมสุขภาพ ได้แก่ ปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ ปัจจัยเสริม พบว่า ปัจจัยที่น่าจะมีความสัมพันธ์กับภาวะโภชนาการและพฤติกรรมบริโภคของเด็กวัยก่อนเรียน ได้แก่ อาชีพของผู้ปกครอง ระดับการศึกษาของผู้ปกครอง จำนวนพี่น้องของเด็ก การอบรมเลี้ยงดูด้านสุขภาพของผู้ปกครองแก่เด็ก ความรู้ด้านโภชนาการ ทักษะคิดและพฤติกรรม การเลี้ยงดูเด็กของผู้ปกครอง และพฤติกรรมบริโภคอาหารของครอบครัว การจัดอาหารให้รับประทาน⁸ ดังภาพที่ 1



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นวิจัยหาความสัมพันธ์เชิงทำนาย (Predictive Correlational Design)

ประชากร คือ ผู้ปกครองที่มีหน้าที่ในการจัดเตรียมอาหารสำหรับเด็กเป็นหลักและเด็กวัยก่อนเรียนที่มีอายุต่ำกว่า 5 ปี กำลังศึกษาในปีการศึกษา 2562 ในศูนย์พัฒนาเด็กเล็กที่สังกัดองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นของอำเภอตะโหมด จังหวัดพัทลุง จำนวน 473 คน

กลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้ปกครองของเด็กวัยก่อนเรียนและเด็กวัยก่อนเรียนที่มีอายุต่ำกว่า 5 ปีในศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก อำเภอตะโหมด จังหวัดพัทลุง คำนวณขนาดกลุ่มตัวอย่างโดยใช้โปรแกรม G*power 3.1.9.2 ด้วยวิธีการวิเคราะห์แบบ F-test Linear multiple regress: Fixed model, R^2 deviation from zero เพื่อตรวจสอบ effect size ขนาดกลางเท่ากับ 0.15 อำนาจของการทดสอบ (power of test) เท่ากับ 0.95 จำนวนตัวแปร (Number of predictors) เท่ากับ 6 ได้ขนาดกลุ่มตัวอย่างจำนวน 146 คน และกำหนดค่าอัตราการสูญเสีย (R) เท่ากับร้อยละ 20¹¹ ได้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 183 คน โดยการสุ่มแบบแบ่งชั้นภูมิ ตามสัดส่วนขนาดของประชากรในแต่ละศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก จากนั้นสุ่มแบบอย่างง่ายแบบจับฉลากไม่ใส่กลับ จนได้ครบตามจำนวนที่กำหนดไว้

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้มีทั้งหมด 2 ชุด ดังนี้

1. แบบบันทึกน้ำหนักและส่วนสูงของเด็กวัยก่อนเรียน

2. แบบสอบถามปัจจัยที่มีอิทธิต่อพฤติกรรมเสี่ยงด้านโภชนาการของเด็กวัยก่อนเรียน ซึ่งดัดแปลงแบบสอบถามจาก วีรวัลย์ ศิรินาม¹² มีทั้งหมด 5 ส่วน ดังนี้

1) แบบสอบถามข้อมูลทั่วไปของผู้ปกครอง

2) แบบสอบถามเกี่ยวกับปัจจัยนำจำนวน 2 ตอน ประกอบด้วย ตอนที่ 1 ความรู้ด้านโภชนาการของผู้ปกครอง เป็นข้อคำถามให้เลือกตอบ มี 3 ตัวเลือก คือ ใช่ ไม่ใช่ และไม่ทราบ จำนวน 10 ข้อ แปลผลค่าคะแนนเฉลี่ย 3 ระดับ แบบอิงเกณฑ์ของบลูม¹³ และตอนที่ 2 ทักษะคิดต่อการบริโภคอาหารของผู้ปกครอง เป็นข้อคำถามแบบมาตราประมาณค่า 5 ระดับ จำนวน 13 ข้อ แปลผลตามช่วงคะแนนเฉลี่ย 3 ระดับ¹⁴

3) แบบสอบถามเกี่ยวกับปัจจัยเอื้อจำนวน 2 ตอน ประกอบด้วย ตอนที่ 1 การเตรียมอาหารของผู้ปกครอง เป็นข้อคำถามแบบมาตราประมาณค่า 5 ระดับ จำนวน 13 ข้อ แปลผลตามช่วงคะแนนเฉลี่ย 3 ระดับ¹⁴ และตอนที่ 2 การเข้าถึงอาหารของเด็กวัยก่อนเรียน เป็นข้อคำถามแบบมาตราประมาณค่า 5 ระดับ จำนวน 11 ข้อ แปลผลตามช่วงคะแนนเฉลี่ย 3 ระดับ¹⁴

4) แบบสอบถามเกี่ยวกับปัจจัยเสริมจำนวน 2 ตอน ประกอบด้วย ตอนที่ 1 การมีส่วนร่วมของบุคคลในครอบครัว เป็นข้อคำถามแบบมาตราประมาณค่า 5 ระดับ จำนวน 8 ข้อ แปลผลตามช่วงคะแนนเฉลี่ย 3 ระดับ¹⁴ และตอนที่ 2 การรับรู้ข้อมูลด้านโภชนาการ เป็นข้อคำถามแบบมาตราประมาณค่า 5 ระดับ จำนวน 12 ข้อ แปลผลตามช่วงคะแนนเฉลี่ย 3 ระดับ¹⁴

5) พฤติกรรมเสี่ยงด้านโภชนาการของเด็กวัยก่อนเรียน เป็นข้อคำถามแบบมาตราประมาณค่า 5 ระดับ จำนวน 20 ข้อ แปลผลตามช่วงคะแนนเฉลี่ย 3 ระดับ¹⁴ โดยผ่านการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาจากผู้เชี่ยวชาญด้านโภชนาการ จำนวน 3 ท่าน ได้ค่าความตรงเชิงเนื้อหา ระหว่าง .67 - 1.00 จากนั้นนำมาทดลองใช้กับกลุ่มที่มีลักษณะคล้ายกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน และหาความเชื่อมั่นของแบบสอบถามในส่วนของความรู้ โดยใช้สูตร KR - 20 เท่ากับ .80 และส่วนอื่น ๆ ของแบบสอบถามใช้สัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค รายด้านเท่ากับ 0.71-0.99

การวิเคราะห์ข้อมูลภาวะโภชนาการของเด็กวัยก่อนเรียน โดยใช้โปรแกรมคำนวณภาวะโภชนาการ (อายุ 1 วัน – 19 ปี) (INMU-ThaiGrowth) โดยสถาบันวิจัยโภชนาการ มหาวิทยาลัยมหิดล¹⁵ ตามเกณฑ์อ้างอิงน้ำหนักส่วนสูงและเครื่องชี้วัดภาวะโภชนาการของประชาชนไทย กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พ.ศ. 2538 และการวิเคราะห์ระดับพฤติกรรมเสี่ยงด้านโภชนาการของเด็กวัยก่อนเรียนในศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก อำเภอดงหลวง จังหวัดพัทลุง นำเสนอข้อมูลโดยใช้สถิติพรรณนา ได้แก่ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน นำเสนอข้อมูลโดยใช้สถิติพรรณนา ได้แก่ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

การวิเคราะห์ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมเสี่ยงด้านโภชนาการของเด็กวัยก่อนเรียน ด้วยสถิติถดถอยพหุคูณ โดยวิธีขั้นตอน (Stepwise) ซึ่งตัวแปรอิสระ ได้แก่ ความรู้ด้านโภชนาการของผู้ปกครอง ทักษะการบริโภค

อาหารของผู้ปกครอง การเตรียมอาหารของผู้ปกครอง การเข้าถึงอาหารของเด็กวัยก่อนเรียน การมีส่วนร่วมของบุคคลในครอบครัว การรับรู้ข้อมูลด้านโภชนาการ ตัวแปรตาม ได้แก่ พฤติกรรมเสี่ยงด้านโภชนาการของเด็กวัยก่อนเรียนในศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก อำเภอดงหลวง จังหวัดพัทลุง โดยตัวแปรทุกตัวใช้การวัดค่าคะแนนที่มีระดับการวัดเป็น Interval Scale ทั้งนี้ ก่อนการวิเคราะห์ข้อมูลผู้วิจัยทำการทดสอบข้อตกลงเบื้องต้น (Assumption)¹⁶ ประกอบด้วย ข้อมูลมีการแจกแจงแบบปกติ ตัวแปรอิสระและตัวแปรตามมีความสัมพันธ์เชิงเส้น ตัวแปรอิสระแต่ละตัวต้องไม่มีความสัมพันธ์พหุร่วมเชิงเส้นสูง โดยพิจารณาจากค่า Tolerance หากเข้าใกล้ 1 แสดงว่าตัวแปรเป็นอิสระจากกัน และค่า VIF จะต้องน้อยกว่า 10 และไม่เกิดปัญหาความคลาดเคลื่อนมีความสัมพันธ์

ผู้วิจัยทำการเก็บข้อมูลหลังจากได้รับรองจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ของมหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา (เลขที่ EH2019-013 ลงวันที่ 17 ธันวาคม 2562) พร้อมทั้งทำเอกสารชี้แจงการเข้าร่วมการวิจัยถึงผู้ปกครองของเด็กวัยก่อนเรียนเพื่อลงนามในเอกสารยินยอมเข้าร่วมโครงการวิจัย คำตอบหรือข้อมูลทุกอย่าง ผู้วิจัยถือเป็นความลับและนำเสนอในภาพรวม

ผลการวิจัย

1. ผลการวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของผู้ปกครอง พบว่า ผู้จัดเตรียมอาหารสำหรับเด็กเป็นหลักส่วนใหญ่ คือ แม่ ร้อยละ 67.80 อยู่ในช่วงอายุ 33-43 ปี ร้อยละ 37.20 (M=39.57,

SD=11.489) การศึกษาสูงสุดอยู่ที่ระดับประถมศึกษา ร้อยละ 26.80 รายได้เฉลี่ยของครอบครัวต่อเดือนอยู่ที่ 8,000-19,999 บาท ร้อยละ 40.40 (M=13,593.46, SD=10,913.67) ส่วนใหญ่นับถือศาสนาพุทธ ร้อยละ 73.20 ประกอบอาชีพเกษตรกรเป็นหลัก ร้อยละ 35.00 จำนวนพี่น้องของเด็กวัยก่อนเรียนส่วนใหญ่ 1-2 คน ร้อยละ 85.80 และส่วนใหญ่ไม่มีโรคประจำตัว ร้อยละ 95.60

2. ผลการวิเคราะห์ภาวะโภชนาการของเด็กวัยก่อนเรียนในศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก อำเภอตะโหนด จังหวัดพัทลุง จำแนกน้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง พบว่า เด็กวัยก่อนเรียนส่วนใหญ่อยู่ในเกณฑ์สมส่วน จำนวน 144 คน ร้อยละ 78.69 รองลงมา อยู่ในเกณฑ์ผอม จำนวน 23 คน ร้อยละ 12.57 และอยู่ในเกณฑ์อ้วน จำนวน 16 คน ร้อยละ 8.74 ดังตารางที่ 1-3

ตารางที่ 1 ภาวะโภชนาการของเด็กวัยก่อนเรียนในศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก อำเภอตะโหนด จังหวัดพัทลุง จำแนกน้ำหนักตามเกณฑ์อายุ (n=183)

น้ำหนักตามเกณฑ์อายุ	จำนวน	ร้อยละ
มากกว่าเกณฑ์	14	7.78
ค่อนข้างมาก	7	2.89
ตามเกณฑ์	138	75.51
ค่อนข้างน้อย	17	9.51
น้อยกว่าเกณฑ์	7	4.31

ตารางที่ 2 ภาวะโภชนาการของเด็กวัยก่อนเรียนในศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก อำเภอตะโหนด จังหวัดพัทลุง จำแนกส่วนสูงตามเกณฑ์อายุ (n=183)

ส่วนสูงตามเกณฑ์อายุ	รวม	ร้อยละ
สูงกว่าเกณฑ์	6	3.66
ค่อนข้างสูง	7	3.12
ตามเกณฑ์	157	83.91
ค่อนข้างเตี้ย	8	5.60
เตี้ย	5	3.71

ตารางที่ 3 ภาวะโภชนาการของเด็กวัยก่อนเรียนในศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก อำเภอตะโหนด จังหวัดพัทลุง
จำแนกน้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง (n=183)

ภาวะโภชนาการ	จำนวน	ร้อยละ
ผอม	23	12.57
สมส่วน	144	78.69
อ้วน	16	8.74

3. ผลการวิเคราะห์ระดับของตัวแปร พบว่า ความรู้ด้านโภชนาการของผู้ปกครองมีค่าคะแนนเฉลี่ย 8.91 (SD=1.15) ทักษะต่อการบริโภคอาหารของผู้ปกครองมีค่าเฉลี่ย 2.92 (SD=0.46) การเตรียมอาหารของผู้ปกครองมีค่าเฉลี่ย 2.87 (SD=0.35) การเข้าถึงอาหารของเด็กวัยก่อนเรียนมีค่าเฉลี่ย 2.76 (SD=0.53) การมีส่วนร่วมของบุคคลในครอบครัวมีค่าเฉลี่ย 3.43 (SD=0.44) แต่การรับรู้ข้อมูลด้านโภชนาการอยู่ในระดับปานกลางมีค่าเฉลี่ย 2.33 (SD= 0.36) ดังตารางที่ 4

ตารางที่ 4 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน จำแนกตามตัวแปร

ตัวแปร	M	SD	ระดับ
ปัจจัยนำ			
ความรู้ด้านโภชนาการของผู้ปกครอง	8.91	1.15	ดี
ทักษะต่อการบริโภคอาหารของผู้ปกครอง	2.92	0.46	ดี
ปัจจัยเอื้อ			
การเตรียมอาหารของผู้ปกครอง	2.87	0.35	ดี
การเข้าถึงอาหารของเด็กวัยก่อนเรียน	2.76	0.53	ดี
ปัจจัยเสริม			
การมีส่วนร่วมของบุคคลในครอบครัว	3.43	0.44	ดี
การรับรู้ข้อมูลด้านโภชนาการ	2.33	0.36	ปานกลาง

4. ผลการวิเคราะห์ระดับพฤติกรรมเสี่ยงด้านโภชนาการของเด็กวัยก่อนเรียนในศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก อำเภอตะโหนด จังหวัดพัทลุง พบว่า เด็กวัยก่อนเรียนมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารในภาพรวมอยู่ในระดับดี (M=2.88, SD=0.41) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า เด็กวัยก่อนเรียนมีพฤติกรรมการบริโภคที่เหมาะสม คือ บุตรหลานของท่านรับประทานอาหารเข้า (M=3.54, SD=0.72) บุตรหลานของท่านรับประทานอาหารเช้า 3 มื้อ (M=3.45, SD=0.70) และบุตรหลานของท่านรับประทานนมรสจืด (M= 3.31, SD=0.92) ตามลำดับ ในส่วนของพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม คือ บุตรหลานของท่านรับประทานเครื่องดื่มรสหวาน เช่น นมรสหวาน นมเปรี้ยว น้ำหวาน โกโก้ ชาเย็น น้ำปั่น และน้ำผลไม้ เป็นต้น (M=1.94, SD=1.03) บุตรหลานของท่าน

รับประทานขนมครก/ปาท่องโก๋/ข้าวเหนียวหมูปิ้ง/โจ๊กกึ่งสำเร็จรูป/ข้าวเหนียวไก่ทอดในมือเช้า (M=1.97, SD=0.90) และบุตรหลานของท่าน รับประทานขนมรสหวาน เช่น หมากฝรั่ง ไอติมหวานเย็น ช็อกโกแลต ลูกอม และเยลลี่ ฯลฯ (M=2.25, SD=0.98) ดังตารางที่ 5

ตารางที่ 5 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน จำแนกตามระดับพฤติกรรมเสี่ยงด้านโภชนาการของเด็กวัยก่อนเรียน (n = 183)

พฤติกรรมการบริโภคอาหาร	M	SD	ระดับ
1. บุตรหลานของท่านรับประทานอาหารเช้าครบ 3 มื้อ	3.45	0.70	ดี
2. บุตรหลานของท่านรับประทานอาหารเช้า	3.54	0.72	ดี
3. บุตรหลานของท่านรับประทานขนมครก/ปาท่องโก๋/ข้าวเหนียวหมูปิ้ง/โจ๊กกึ่งสำเร็จรูป/ข้าวเหนียวไก่ทอดในมือเช้า	1.97	0.90	ปานกลาง
4. บุตรหลานของท่านรับประทานบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปแทนมื้ออาหารหลัก	3.20	0.79	ดี
5. บุตรหลานของท่านรับประทานขนมกรุบกรอบก่อนนอน	3.09	0.84	ดี
6. บุตรหลานของท่านรับประทานเนื้อสัตว์ติดมัน เช่น หมูสามชั้น หนังไก่ คอหมู	2.83	1.79	ดี
7. บุตรหลานของท่านรับประทานผักสดหรืออาหารที่มีส่วนประกอบของผัก	2.40	1.06	ปานกลาง
8. บุตรหลานของท่านรับประทานผลไม้ตามฤดูกาล	2.79	0.89	ดี
9. บุตรหลานของท่านรับประทานนมรสจืด	3.31	0.92	ดี
10. บุตรหลานของท่านรับประทานเครื่องดื่มรสหวาน เช่น นมรสหวาน นมเปรี้ยว น้ำหวาน โกโก้ ชาเย็น น้ำปั่น และน้ำผลไม้ เป็นต้น	1.94	1.03	ปานกลาง
11. บุตรหลานของท่านรับประทานอาหารประเภทผัดที่ใช้ไขมันปริมาณมาก หรือทอด	2.51	0.91	ปานกลาง
12. บุตรหลานของท่านรับประทานปลาและไข่	3.15	0.69	ดี
13. บุตรหลานของท่านรับประทานอาหารประเภทเนื้ออย่าง ไก่ย่างที่ไหม้ดำ	3.49	0.88	ดี
14. บุตรหลานของท่านรับประทานขนมรสหวาน เช่น หมากฝรั่ง ไอติมหวานเย็น ช็อกโกแลต ลูกอม และเยลลี่ ฯลฯ	2.25	0.98	ปานกลาง
15. บุตรหลานของท่านดื่มน้ำอัดลม	3.00	0.84	ดี
16. บุตรหลานของท่านรับประทานเบเกอรี่ เช่น เค้ก พายและโดนัท	2.38	0.82	ปานกลาง
17. บุตรหลานของท่านรับประทานขนมขบเคี้ยว เช่น ปลาเส้นปรุงรส มันฝรั่งทอด ขนมปังเวเฟอร์ และขนมปังแท่ง	2.29	0.93	ปานกลาง
18. บุตรหลานของท่านเติมเครื่องปรุงรสเค็ม เช่น น้ำปลา ซีอิ๊วและซอสปรุงรสต่าง ๆ ในอาหารที่ปรุงสุกแล้ว	2.83	1.90	ดี
19. บุตรหลานของท่านเติมน้ำตาลในอาหารที่ปรุงสุกแล้ว	3.29	1.04	ดี

พฤติกรรมการบริโภคอาหาร	M	SD	ระดับ
20. บุตรหลานของท่านรับประทานอาหารสุก ๆ ดิบ ๆ	3.91	0.45	ดี
เฉลี่ยรวม	2.88	0.41	ดี

5. ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมเสี่ยงด้านโภชนาการของเด็กวัยก่อนเรียนในศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก อำเภอดงหลวง จังหวัดพัทลุง โดยใช้สถิติการถดถอยพหุคูณ (Multiple Regression Analysis) ซึ่งได้หาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ก่อนวิเคราะห์ ดังตารางที่ 6 พบว่ามีตัวแปรที่เข้าสมการทำนาย 2 ตัวแปร ได้แก่ การเข้าถึงอาหารของเด็กวัยก่อนเรียน และการเตรียมอาหารของผู้ปกครอง สามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรมเสี่ยงด้านโภชนาการของเด็กวัยก่อนเรียน ได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .01 มีค่าสัมประสิทธิ์การ

ทำนายเท่ากับ .375 ($R^2=.375$) แสดงว่าสามารถทำนายพฤติกรรมเสี่ยงด้านโภชนาการของเด็กวัยก่อนเรียนได้ร้อยละ 37.50 ดังตารางที่ 7 โดยตัวแปรที่มีอิทธิพลสูงสุด คือ การเข้าถึงอาหารของเด็กวัยก่อนเรียน ($Beta=.519$) รองลงมาคือ การเตรียมอาหารของผู้ปกครอง ($Beta=.200$) โดยสามารถเขียนเป็นสมการทำนายได้ ดังนี้

$$Y = 1.097 + .400(\text{การเข้าถึงอาหารของเด็กวัยก่อนเรียน}) + .237(\text{การเตรียมอาหารของผู้ปกครอง})$$

ตารางที่ 6 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยที่ศึกษากับพฤติกรรมเสี่ยงด้านโภชนาการ (n=183)

ตัวแปร	y	x1	x2	x3	x4	x5	x6
y	1.000						
x1	.069	1.000					
x2	.327	.300	1.000				
x3	.365	.174	.312	1.000			
x4	.583	.075	.377	.317	1.000		
x5	.345	.208	.195	.531	.318	1.000	
x6	.316	.095	.287	.291	.300	.135	1.000

y คือ พฤติกรรมเสี่ยงด้านโภชนาการ / x1-x6 คือ ปัจจัยที่ศึกษา

ตารางที่ 7 น้ำหนักของตัวแปรอิสระที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมเสี่ยงด้านโภชนาการของเด็กวัยก่อนเรียนในศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก อำเภอดงหลวง จังหวัดพัทลุง

ปัจจัยทำนาย	B	SE.B	Beta	t	p-value
ค่าคงที่	1.097	.212		5.169	<0.001
การเข้าถึงอาหารของเด็กวัยก่อนเรียน	.400	.048	.519	8.359	<0.001
การเตรียมอาหารของผู้ปกครอง	.237	.074	.200	3.219	0.002
R=.613 R ² =.375 adj.R ² =.368 df=2, 180 F=54.09 SE _{est} =.32722 p< 0.001					

สรุปผลและอภิปรายผลการวิจัย

จากการสำรวจภาวะโภชนาการของเด็กวัยก่อนเรียนในศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก อำเภอดงหลวง จังหวัดพัทลุง จำแนกน้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูงพบว่า เด็กวัยก่อนเรียนส่วนใหญ่อยู่ในเกณฑ์สมส่วน ร้อยละ 78.69 อยู่ในเกณฑ์ผอม ร้อยละ 12.57 และอยู่ในเกณฑ์อ้วน ร้อยละ 8.74 แสดงให้เห็นว่า การที่ผู้ปกครองมีความรู้ด้านโภชนาการและการเตรียมอาหารอยู่ในระดับดี จะส่งผลให้เด็กได้รับสารอาหารที่ครบถ้วน ทำให้เด็กมีการเจริญเติบโตได้ดีกว่าเด็กที่ผู้ปกครองขาดความรู้ด้านโภชนาการ สอดคล้องกับการศึกษาสถานการณ์การจัดการด้านอาหารและโภชนาการของเด็กวัยก่อนเรียน ตำบลเทพา อำเภเทพา จังหวัดสงขลา พบว่า เด็กวัยก่อนเรียนมีภาวะโภชนาการจำแนกตามน้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูงส่วนใหญ่สมส่วน คิดเป็นร้อยละ 86.05 รองลงมาอยู่ในระดับผอม คิดเป็นร้อยละ 13.95¹⁷ เช่นเดียวกับผลการสำรวจการจัดการอาหารและโภชนาการในศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก พบว่า กลุ่มเมื่อใช้น้ำหนักเทียบส่วนสูง พบเด็กมีปัญหาผอม ร้อยละ 18.0 และอ้วนร้อยละ 12.7¹⁸

พฤติกรรมเสี่ยงด้านโภชนาการของเด็กวัยก่อนเรียนในภาพรวม พบว่า เด็กวัยก่อนเรียนส่วนใหญ่มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารอยู่ในระดับดี (M=2.88) อาจเป็นไปได้ว่า ผู้ปกครองของเด็กวัยก่อนเรียนมีความรู้ด้านโภชนาการ ทักษะการบริโภคอาหาร และการเตรียมอาหารอยู่ในระดับดี ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาสถานการณ์ภาวะโภชนาการของเด็กก่อนวัยเรียน โดยมีครอบครัวและชุมชนมีส่วนร่วม ตำบลบ่อทราย อำเภเมือง จังหวัดสงขลา พบว่า พฤติกรรมการบริโภคอาหารของเด็กวัยก่อนเรียน ในช่วง 1 สัปดาห์ที่ผ่านมา เด็กวัยก่อนเรียนมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารอยู่ในระดับดี (M=2.85)¹⁹ เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า เด็กวัยก่อนเรียนมีพฤติกรรมการบริโภคที่เหมาะสม คือ บุตรหลานของท่านรับประทานอาหารเช้า (M=3.54) บุตรหลานของท่านรับประทานอาหารเช้าครบ 3 มื้อ (M=3.45) และบุตรหลานของท่านรับประทานนมรสจืด (M=3.31) แสดงให้เห็นว่า ผู้ปกครองมีทัศนคติต่อการบริโภคอาหารที่ถูกต้อง ในเรื่องของการตระหนักถึงความสำคัญของการรับประทานอาหารเช้า และรับประทานให้ครบ 3 มื้อใน 1 วัน และความรู้ความเข้าใจในการจัดเตรียมอาหารสำหรับเด็กสำหรับพฤติกรรมการบริโภคที่ไม่เหมาะสม คือ

บุตรหลานของท่านรับประทานเครื่องดื่มรสหวาน เช่น นมรสหวาน นมเปรี้ยว น้ำหวาน โกโก้ ชาเย็น น้ำปั่น และน้ำผลไม้ เป็นต้น ($M=1.94$, $SD=1.03$) บุตรหลานของท่านรับประทานขนมครก/ปาท่องโก๋/ข้าวเหนียวหมูปิ้ง/โจ๊กกึ่งสำเร็จรูป/ข้าวเหนียวไก่ทอดในมื้อเช้า ($M=1.97$, $SD=0.90$) และ บุตรหลานของท่านรับประทานนมรสหวาน เช่น หมากฝรั่ง ไอติม หวานเย็น ช็อกโกแลต ลูกอม และเยลลี่ ฯลฯ ($M=2.25$, $SD=0.98$) แสดงให้เห็นว่า เด็กมีพฤติกรรมในการรับประทานอาหารที่มีรสหวาน เช่น นมปรุงแต่งรส น้ำหวาน ชาเย็น น้ำผลไม้ เป็นต้น ซึ่งเครื่องดื่มรสหวานเหล่านี้จะมีส่วนประกอบของน้ำตาลในปริมาณมากเกินไป ปริมาณที่แนะนำต่อวัน ดังนั้น พฤติกรรมเหล่านี้จึงส่งผลให้เกิดโรคต่าง ๆ เช่น โรคอ้วน ความดันโลหิตสูง โรคหัวใจและหลอดเลือด เป็นต้น เมื่อโตเป็นผู้ใหญ่²⁰

ปัจจัยที่สามารถร่วมทำนายพฤติกรรมเสี่ยงด้านโภชนาการของเด็กวัยก่อนเรียนในศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก อำเภอดงหลวง จังหวัดพัทลุง ได้ร้อยละ 37.50 มีดังนี้

การเข้าถึงอาหารของเด็กวัยก่อนเรียนสามารถทำนายพฤติกรรมเสี่ยงด้านโภชนาการของเด็กวัยก่อนเรียนได้ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาปัจจัยทำนายพฤติกรรมป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียนชั้นประถมศึกษา ในโรงเรียนสังกัดเทศบาลเมืองสมุทรสงคราม พบว่า ปัจจัยที่สามารถร่วมทำนายพฤติกรรมป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียนชั้นประถมศึกษา ได้แก่ การเข้าถึงแหล่งอาหาร การได้รับแรงสนับสนุนจากบุคคลในครอบครัว ครู

เพื่อน การจัดการรายได้ของนักเรียน และกิจกรรมที่สนับสนุนในการออกกำลังกาย²¹ ซึ่งจากการศึกษาครั้งนี้การเข้าถึงอาหารของเด็กวัยก่อนเรียนมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมเสี่ยงด้านโภชนาการของเด็กวัยก่อนเรียน อธิบายได้ว่า ถ้าเด็กวัยก่อนเรียนมีการเข้าถึงอาหารกึ่งสำเร็จรูป นมปรุงแต่งรส ขนมกรุบกรอบ และน้ำผลไม้สำเร็จรูปมาก ก็จะทำให้พฤติกรรมเสี่ยงด้านโภชนาการของเด็กวัยก่อนเรียนเพิ่มมากขึ้น

การเตรียมอาหารของผู้ปกครองสามารถร่วมทำนายพฤติกรรมเสี่ยงด้านโภชนาการของเด็กวัยก่อนเรียนได้ ซึ่ง New Zealand Ministry of Health²² ได้กล่าวถึงบทบาทของพ่อแม่ในการส่งเสริมพฤติกรรมรับประทานอาหารของเด็ก โดยพ่อแม่มีการจัดเตรียมอาหารให้มีปริมาณที่เหมาะสมตามวัย เลือกซื้ออาหารที่มีความหลากหลาย มีคุณค่าทางตามหลักโภชนาการ จัดหาอาหารที่มีปริมาณเหมาะสมกับวัย สร้างบรรยากาศที่ดีในการรับประทานอาหารร่วมกัน ภายในครอบครัว มีการจำกัดอาหารและเครื่องดื่มที่มีไขมัน น้ำตาล และเกลือสูง พ่อแม่ควรเปิดโอกาสให้เด็กได้เลือกอาหารที่รับประทานในบางมื้อ มีความสอดคล้องกับแนวคิด PRECEDE-PROCEED MODEL¹⁰ ที่เชื่อว่าปัจจัยเอื้อเป็นแหล่งทรัพยากรที่จำเป็นในการแสดงพฤติกรรม ซึ่งในการศึกษาครั้งนี้ การเข้าถึงอาหารและการเตรียมอาหารของผู้ปกครอง เป็นปัจจัยเอื้อที่ทำให้เกิดพฤติกรรมเสี่ยงด้านโภชนาการ อธิบายได้ว่าการเข้าถึงอาหารของเด็กวัยก่อนเรียน เป็นการเข้าถึงแหล่งอาหารที่ทำให้เกิดพฤติกรรมเสี่ยงด้านโภชนาการ เนื่องจากแหล่งอาหารเป็น

สิ่งแวดล้อมที่เด็กวัยก่อนเรียนสามารถเข้าถึงได้ และการเตรียมอาหารประเภทผักหรือทอด อาหาร กึ่งสำเร็จรูป นมปรุงแต่งรส ให้เด็กได้รับประทานมาก ก็จะทำให้พฤติกรรมเสี่ยงด้านโภชนาการของเด็ก วัยก่อนเรียนเพิ่มมากขึ้น เช่นเดียวกับการศึกษา การนำแนวทางการส่งเสริมโภชนาการไปใช้ในเด็ก ก่อนวัยเรียนที่มีภาวะโภชนาการเกินในศูนย์พัฒนา เด็กเล็ก พบว่า สาเหตุของภาวะโภชนาการเกิน เกิดจากการเลี้ยงดูแบบตามใจ ผู้ปกครองส่วนใหญ่ บอกว่า “ตามใจ แค่อยากกินอะไรก็ให้กิน” โดยปู่ ย่า ยาย จะอนุญาตให้เด็กได้รับประทานอาหารที่เด็ก ชอบ เช่น ไก่ทอด หมูทอด ข้าวผัด ขนม หรือ ไอศกรีม และเด็กไม่ชอบกินผัก บางครอบครัว อนุญาตให้เด็กซื้ออาหารจากร้านค้าได้เองตาม ความต้องการ²³

ดังนั้น จากการศึกษาที่สรุปได้ว่า การ เข้าถึงอาหารของเด็กวัยก่อนเรียนและการเตรียม อาหารของผู้ปกครอง เป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อ พฤติกรรมเสี่ยงด้านโภชนาการของเด็กวัยก่อน เรียนในศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก อำเภอตะโหนด จังหวัดพัทลุง และตัวแปรดังกล่าวเป็นปัจจัยเอื้อ ซึ่งสอดคล้องกับ ทฤษฎี PRECEDE-PROCEED MODEL¹⁰ ที่อธิบายได้ว่า ปัจจัยเอื้อ คือ สิ่งที่เป็น แหล่งทรัพยากรที่จำเป็นในการแสดงพฤติกรรม ของบุคคล ชุมชนรวมทั้งลักษณะที่จะช่วยให้บุคคล สามารถแสดงพฤติกรรมนั้น ๆ ได้ด้วย และ ความสามารถที่จะใช้แหล่งทรัพยากรต่าง ๆ ซึ่งมี ส่วนเกี่ยวข้องกับ ราคา ระยะทาง เวลา นอกจากนั้นสิ่งที่สำคัญก็คือ การหาได้ง่าย (Available) และ ความสามารถเข้าถึงได้ (Accessibility) ของสิ่งที่เป็นในการแสดง

พฤติกรรมหรือช่วยให้การแสดงพฤติกรรมนั้น ๆ เป็นไปได้ง่าย

การนำผลการวิจัยไปใช้

1. การเข้าถึงอาหารของเด็กวัยก่อนเรียน เกิดจากการมีส่วนร่วมของบุคคลในครอบครัว ดังนั้น ผู้ปกครองควรเปิดโอกาสให้เด็กได้เลือก อาหารที่รับประทานในบางมื้อ หลีกเลี่ยงอาหารกึ่ง สำเร็จรูป นมปรุงแต่งรส ขนมกรุบกรอบ และน้ำ ผลไม้สำเร็จรูป

2. ผู้ปกครองควรจัดเตรียมอาหารให้มี ปริมาณที่เหมาะสมตามวัย หลีกเลี่ยงอาหารที่ใช้ การผัดหรือทอด เลือกซื้ออาหารที่มีความ หลากหลาย มีคุณค่าทางตามหลักโภชนาการ จำกัดอาหารและเครื่องดื่มที่มี ไขมัน น้ำตาล และ เกลือสูง

กิตติกรรมประกาศ

ขอขอบพระคุณ ผู้อำนวยการ กองการศึกษา สำนักงานเทศบาลตำบลแม่ขี สำนักงานเทศบาลตำบลตะโหนด และสำนักงาน เทศบาลตำบลคลองใหญ่ ที่ให้ความอนุเคราะห์ใน การใช้พื้นที่ และคณะครู พี่เลี้ยงเด็ก นักเรียน และ ผู้ปกครอง ที่ให้ความช่วยเหลือและให้ความร่วมมือ อย่างดียิ่ง

เอกสารอ้างอิง

1. ประไพพิศ สิงหเสนี ศักรินทร์ สุรณเวหา และ อติญาณ์ ศรีเกษตรริน. การส่งเสริมโภชนาการใน เด็กวัยก่อนเรียน. วารสารเครือข่ายวิทยาลัย

- พยาบาลและการสาธารณสุขภาคใต้. 2560; 4(3): 226-235.
2. จุไรรัตน์ วัชรอาสน์. โภชนาการสำหรับเด็กก่อนวัยเรียน [อินเทอร์เน็ต]. (2560). [เข้าถึงเมื่อ 19 เมษายน 2564]. เข้าถึงได้จาก <http://164.115.41.60/excellencecenter/?p=166>.
 3. ทักษิณา ช่ายแก้ว. โรคขาดสารอาหาร โรคอ้วน ความท้าทายด้านโภชนาการของประเทศแถบเอเชียอาคเนย์ [อินเทอร์เน็ต]. 2559. [เข้าถึงเมื่อ 30 เมษายน 2562]. เข้าถึงได้จาก <https://www.voathai.com/a/asia-child-nutrition-tk/3331820.html>.
 4. สำนักข่าวเจาะลึกระบบสุขภาพ. ผลสำรวจระดับชาติล่าสุดชี้ภาวะทุพโภชนาการของเด็กและการไม่เรียนต่อระดับมัธยมเพิ่มขึ้น [อินเทอร์เน็ต]. อุดรธานี: สำนักข่าว; 2563. [เข้าถึงเมื่อ 19 มีนาคม 2564]. เข้าถึงได้จาก <https://www.hfocus.org/content/2020/10/20357>.
 5. สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดพัทลุง. แบบรายงานการตรวจราชการระดับจังหวัด ปีงบประมาณ พ.ศ. 2564. พัทลุง: สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดพัทลุง; 2564.
 6. กุสุมาลี โพธิ์ปัสสา. สภาวะการส่งเสริมพัฒนาการเด็กก่อนวัยเรียนของศูนย์พัฒนาเด็กตำบลโนนสูง-น้ำคำ อำเภอเมือง จังหวัดอุดรธานี. วารสาร โรงพยาบาลสกลนคร. 2562; 22(2): 25-37.
 7. สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 12 พ.ศ. 2560 - 2564. กรุงเทพฯ: สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ; 2559.
 8. ศักรินทร์ สุวรรณเวหา อมาวสี อัมพันธ์ศิริรัตน์ และวิภารัตน์ สุวรรณไวพัฒนะ. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับภาวะโภชนาการของเด็กวัยก่อนเรียน: การทบทวนวรรณกรรมอย่างเป็นระบบ. วารสารวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนครราชสีมา. 2562; 25(2): 8-24.
 9. สำนักโรคไม่ติดต่อ กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข. คู่มือการดำเนินงานป้องกันควบคุมโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง โดยยึดชุมชนเป็นฐาน: ชุมชนลดเสี่ยง ลดโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง. กรุงเทพฯ: อีโมชั่น อาร์ต จำกัด; 2559.
 10. Green, L. & Krueter, M. Health Program Planning: An Educational and Ecological Approach. American: Mayfield Publishing; 2005.
 11. บุญญพัฒน์ ไชยเมธ. การกำหนดขนาดตัวอย่างสำหรับการวิจัยเชิงพรรณนาในงานสาธารณสุข. วารสารมหาวิทยาลัยทักษิณ. 2556; 16(2): 9-18.
 12. วีรวัลย์ ศิรินาม. ปัจจัยที่มีผลต่อภาวะโภชนาการของเด็กในศูนย์พัฒนาเด็กเล็กสังกัดเทศบาลตำบลบ้านกลาง อำเภอสันป่าตอง จังหวัดเชียงใหม่. วิทยานิพนธ์ปริญญา

- สาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต. เชียงใหม่: มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่; 2561.
13. Bloom, Benjamin S., et al. Hand book on Formative and Summative Evaluation of Student Learning. New York: Mc Graw-Hill Book Company; 1971.
 14. Best, J.W. Research in Education. (3rd ed) Engelwood Cliffs, New Jersey: Prentice Hall, Inc; (1977).
 15. สถาบันวิจัยโภชนาการ มหาวิทยาลัยมหิดล. โปรแกรมคำนวณภาวะโภชนาการ (INMU – ThaiGrowth). นครปฐม: สถาบันโภชนาการ มหาวิทยาลัยมหิดล; 2544.
 16. กิตติพร เนาว์สุวรรณ และคณะ. ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อสมรรถนะการพยาบาลด้านผู้สูงอายุของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สงขลา. วารสารวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี อุดรดิตถ์. 2560; 10(1): 56-68.
 17. สุระพร ปุ้ยเจริญ และคณะ. สถานการณ์การจัดการด้านอาหารและโภชนาการของเด็กวัยก่อนเรียน ตำบลเทพา อำเภอเทพา จังหวัดสงขลา. วารสารวิจัยและนวัตกรรมทางสุขภาพ. 2562; 2(1): 119-130.
 18. สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ. รายงานฉบับสมบูรณ์ โครงการสำรวจการจัดการอาหารและโภชนาการในศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก. 2557: 63.
 19. จิรารัตน์ พร้อมมูล และคณะ. สถานการณ์ภาวะโภชนาการของเด็กก่อนวัยเรียน โดยมีครอบครัวและชุมชนมีส่วนร่วม ตำบลบ่อทราย อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา. วารสารเครือข่ายวิทยาลัยพยาบาลและการสาธารณสุขภาคใต้. 2561; 5(3): 169-185.
 20. สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ. [อินเทอร์เน็ต]. กรุงเทพฯ: สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ; 2560. [เข้าถึงเมื่อ 24 เมษายน 2564]. เข้าถึงได้จาก <https://www.thaihealth.or.th/Content/38365-กินหวานจัด%20ก่อสารพัดโรค%20.html>.
 21. จิราภรณ์ ปัญญารัตนโชติ ชัญญิตาคุชฎี ทูลศิริ และสมสมัย รัตนกริธากุล. ปัจจัยทำนายพฤติกรรมการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียนชั้นประถมศึกษาในโรงเรียนสังกัดเทศบาลเมืองสมุทรสงคราม. วารสารคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา. 2560; 25(2): 43-56.
 22. New Zealand Ministry of Health. Food and nutrition guidelines for healthy children and young people (aged 2 -18 years). New Zealand: The Ministry of Health; 2012.

23. สมสิริ รุ่งอมรรัตน์ และคณะ. การนำเสนอ
ทางการส่งเสริมโภชนาการไปใช้ในเด็กก่อนวัย
เรียนที่มีภาวะโภชนาการเกินในศูนย์พัฒนา
เด็กเล็ก. วารสารสภาการพยาบาล. 2560;
32(4): 120-13