

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจเพื่อศึกษากิจกรรมทางกาย พฤติกรรมการบริโภคอาหาร และดัชนีมวลกายของวัยรุ่นในภาคตะวันออกเฉียงเหนือของประเทศไทย รวบรวมข้อมูลทั้งแบบเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพ โดยสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอนได้กลุ่มตัวอย่าง 5,700 คน วิเคราะห์ข้อมูลในส่วนของการเชิงปริมาณโคหาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ส่วนข้อมูลเชิงคุณภาพวิเคราะห์โดยการวิเคราะห์เนื้อหา (content analysis)

ผลการวิจัยพบว่า

1. ค่าดัชนีมวลกายของวัยรุ่นในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ แบ่งได้เป็น 2 กลุ่ม คือ
 - 1.1 กลุ่มที่มีค่าดัชนีมวลกายอยู่ในเกณฑ์ที่เหมาะสมคือ อยู่ระหว่าง 18.5-22.9 มีเท่ากับ 2,429 คน คิดเป็นร้อยละ 42.60
 - 1.2 กลุ่มที่มีค่าดัชนีมวลกายอยู่ในเกณฑ์ที่ไม่เหมาะสมแบ่งได้ เป็น 2 กลุ่มย่อย คือ 1) กลุ่มที่มีค่าดัชนีมวลกายต่ำกว่า 18.5 ซึ่งเป็นกลุ่มที่มีน้ำหนักตัวต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐาน คิดเป็นร้อยละ 46.70 และ 2) กลุ่มที่มีค่าดัชนีมวลกายมากกว่า 23 ซึ่งจัดว่าเป็นกลุ่มที่มีน้ำหนักเกินเกณฑ์มาตรฐาน คิดเป็นร้อยละ 10.70
 2. กิจกรรมทางกายของวัยรุ่นในภาคตะวันออกเฉียงเหนือของประเทศไทย แบ่งออกเป็น
 - 2.1 กิจกรรมงานบ้านและกิจกรรมยามว่างที่วัยรุ่นทำในยามว่างมากที่สุด 5 อันดับแรก คือ 1) ดูโทรทัศน์ วิดีโอ คิดเป็นร้อยละ 60.58 2) ทำการบ้าน อ่านหนังสือ คิดเป็นร้อยละ 50.89 3) ทำความสะอาดบ้าน คิดเป็นร้อยละ 46.61 4) คุยโทรศัพท์กับเพื่อน คิดเป็นร้อยละ 43.47 และ 5) เล่นคอมพิวเตอร์ อินเทอร์เน็ต วิดีโอเกมส์ คิดเป็นร้อยละ 39.47
 - 2.2 กิจกรรมการออกกำลังกายที่วัยรุ่นทำมากที่สุด 5 อันดับแรก คือ 1) การเดินออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 40.04 2) ขี่จักรยาน คิดเป็นร้อยละ 31.58 3) วิ่งเหยาะ คิดเป็นร้อยละ 22.42 4) ฟุตบอล คิดเป็นร้อยละ 14.74 และ 5) เดินแอโรบิคด้านซ์ คิดเป็นร้อยละ 12.89
 3. พฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยรุ่นในภาคตะวันออกเฉียงเหนือของประเทศไทย พบว่า โดยรวมมีค่าคะแนนพฤติกรรมการบริโภคอาหารอยู่ในระดับน้อย เมื่อพิจารณาในรายละเอียด พบว่า ส่วนมากชอบรับประทานอาหารขบเคี้ยวเป็นประจำ คิดเป็นร้อยละ 34.60 และไม่รับประทานอาหารเช้า คิดเป็นร้อยละ 51.2
- ในส่วนของการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพพบว่า มีปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการออกกำลังกายดังนี้ 1) การสนับสนุนจากพ่อแม่และครอบครัว 2) แรงจูงใจ และ 3) สภาพแวดล้อมและรูปแบบการดำเนินชีวิต ในส่วนปัจจัยที่มีผลต่อการรับประทานอาหารเช้าของวัยรุ่น มีดังนี้ 1) การเข้าถึงอาหาร 2) ค่านิยมและความชอบ และ 3) ข้อมูลที่ได้รับ

The objectives of this survey study were to describe physical activities, consumption behavior, and body mass index (BMI) among adolescents in Northeastern Region of Thailand. This survey used both quantitative and qualitative method in data collection process. The multi-stage sampling technique was employed. Five thousand and seven hundred students were asked to participate in this study. Quantitative data was analysed by percentile, mean, and standard deviation while qualitative data was analysed by content analysis.

The results were as follow:

1. Body Mass Index (BMI) of the participants could be divided into two groups.

1.1 The desirable weight group : 2,429 participants (42.6 percent) were in the desirable weight group (BMI ranged from 18.5 to 22.9).

1.2 The undesirable weight group: it could be separated into two subgroups: a) 46.70 percent of the participants was in the underweight group (BMI less than 18.5) b) 10.70 percent of the participants was in the overweight group (BMI more than 23).

2. Physical activity of adolescents in Northeastern Region of Thailand, it could be divided into two subgroups as follow :

2.1 Leisure and household : The top five leisure and household activities among participants were 1) watching television or VCD (60.58 percent) 2) reading books and doing homework (50.89 percent) 3) house keeping (46.61 percent) 4) talking on the phone with friends (43.47 percent) and 5) spending time playing computer, internet and games (39.47 percent).

2.2 Exercise: The top five exercising activities among participants were 1) walking (40.04 percent) 2) bicycling (31.58 percent) 3) jogging (22.42 percent) 4) playing football (14.74 percent) and 5) aerobic dancing (12.89 percent).

3. Consumption behavior of adolescents in Northeastern Region of Thailand was at low level. One third of the participants (34.60 percent) loved to eat snacks every time they needed. Moreover, 51.2 percent of them always skipped their breakfast.

It was shown that many factors influencing consumption behavior and exercise behavior were arisen as theme after analysing qualitative data. Factors influenced exercise behavior among adolescents were 1) support from family 2) motivation and 3) environment and lifestyle. Factors influenced consumption behavior among adolescents were 1) food availability 2) values and preference and 3) received information.