

ภาวะโภชนาการเกินกำลังเป็นปัญหาทางสุขภาพที่สำคัญและได้รับความสนใจเป็นอย่างยิ่งซึ่งหากภาวะนี้เกิดกับผู้เยาว์ที่จะเติบโตเป็นอนาคตของประเทศก็ควรได้รับความสนใจมากขึ้น การวิจัยนี้จึงมีวัตถุประสงค์หลักเพื่อประเมินภาวะโภชนาการเกิน ศึกษาปัจจัยเสี่ยงที่มีอิทธิพลต่อภาวะโภชนาการเกิน และแสวงหาแนวทางควบคุมภาวะโภชนาการเกินของเด็กวัยเรียนในกรุงเทพมหานคร โดยอาศัยแบบจำลองภาวะน้ำหนักเกินในเด็กเชิงนิเวศวิทยาของ Davison และ Birch (2001) เป็นกรอบแนวคิดของการศึกษา การวิจัยนี้ใช้วิธีผสมผสานระหว่างการวิจัยเชิงคุณภาพและการวิจัยเชิงปริมาณ การวิจัยเชิงคุณภาพเป็นการสัมภาษณ์เชิงลึกผู้ให้ข้อมูลหลักจาก 3 กลุ่ม คือ กลุ่มผู้กำหนดนโยบายโภชนาการของประเทศ กลุ่มผู้บริหารและครูผู้ปฏิบัติงานด้านโภชนาการในโรงเรียน และกลุ่มเด็กวัยเรียนทั้งที่มีและไม่มีภาวะโภชนาการเกินและผู้ปกครอง รวมจำนวน 39 ราย ส่วนการวิจัยเชิงปริมาณเป็นการให้เด็กวัยเรียนอายุ 9-12 ปี และผู้ปกครอง รวมจำนวน 1,863 คู่ ที่เลือกตัวอย่างแบบสองขั้นตอน เป็นผู้กรอกแบบสอบถามด้วยตนเอง

ผลการศึกษาพบว่า เกือบครึ่งหนึ่งของเด็กวัยเรียนในกรุงเทพมหานครมีภาวะโภชนาการเกิน ผลการวิเคราะห์การถดถอยโลจิสติกทวิภาคแบบพหุขั้นตอนที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ 0.05 แสดงว่าปัจจัยเสี่ยงที่มีอิทธิพลต่อภาวะโภชนาการเกินของเด็กวัยเรียน ได้แก่ เพศ ระยะเวลาทำกิจกรรมที่ใช้แรงน้อย ระยะเวลาทำกิจกรรมที่ใช้แรงปานกลาง รายได้ของครอบครัว อาชีพของผู้ปกครอง ตัวแบบเชิงสุขภาพของผู้ปกครอง กิจกรรมส่งเสริมสุขภาพที่โรงเรียน การเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา จำนวนพี่น้อง และลำดับที่การเป็นบุตร ตามลำดับ กล่าวคือ เด็กวัยเรียนผู้ชาย ผู้เป็นบุตรคนเดียวและบุตรคนสุดท้อง ผู้มีจำนวนพี่น้องมากกว่า ผู้ทำกิจกรรมที่ใช้แรงน้อยมากกว่า ผู้ทำกิจกรรมที่ใช้แรงปานกลางน้อยกว่า ผู้ดื่มนมมารดาเป็นระยะเวลาน้อยกว่า ผู้อยู่ในครอบครัวที่มีฐานะทางเศรษฐกิจดีกว่า ผู้อยู่ในโรงเรียนที่จัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพน้อยกว่า ผู้มีผู้ปกครองประกอบอาชีพการค้า และผู้มีผู้ปกครองเป็นตัวแทนเชิงสุขภาพในระดับต่ำกว่ามีโอกาสเสี่ยงต่อการเกิดภาวะโภชนาการเกินมากกว่าเด็กวัยเรียนที่มีลักษณะอื่นๆ ทั้งนี้ตัวแปรทั้ง 10 ตัวดังกล่าวร่วมกันอธิบายการแปรผันของภาวะโภชนาการเกินได้ประมาณร้อยละ 29

ข้อค้นพบจากการวิจัยเชิงปริมาณและข้อคิดเห็นจากผู้ให้ข้อมูลหลักในการวิจัยเชิงคุณภาพเสนอแนะว่า แนวทางควบคุมภาวะโภชนาการเกินของเด็กวัยเรียนควรใช้มาตรการทางการบังคับกฎ มาตรการทางวิศวกรรมควบคุม ไปกับมาตรการทางสุขภาพที่รณรงค์ให้กลุ่มเป้าหมายเด็ก โดยเฉพาะเพศชาย และเด็กที่เป็นบุตรคนเดียวและบุตรคนสุดท้อง เป็นต้น ออกกำลังกายให้มากขึ้น ในขณะที่กลุ่มเป้าหมายผู้ปกครองควรเน้นรณรงค์ผู้ปกครองที่มีฐานะทางเศรษฐกิจค่อนข้างดีและที่ประกอบอาชีพการค้า ขณะที่ควรส่งเสริมให้มารดาเลี้ยงบุตรด้วยนมของตนเองอย่างน้อย 6 เดือน และให้ผู้ปกครองเป็นตัวแทนเชิงสุขภาพที่เหมาะสมให้กับบุตรหลาน ส่วนกลุ่มเป้าหมายโรงเรียนควรสนับสนุนการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนให้มากขึ้น

Overnutrition represents an emerging health problem among children throughout the Thai nation. The objectives of this study were a) to assess the prevalence of overnutrition, b) to determine risk factors, and c) to suggest guidance for preventing overnutrition in Grade 4-6 students in Bangkok. An ecological model of childhood overweight proposed by Davison and Birch in 2001 was adopted as the conceptual framework. In the first stage, qualitative methods involved in-depth interviewing of 39 key informants from three sample groups (policy makers, directors of elementary schools, and school children and their caregivers). Self-administered questionnaires from 1,863 pairs of sampled students and their caregivers were employed to collect and analyze quantitative data in the second stage.

The results revealed almost half of school children were overweight. Stepwise multiple binary logistic regression analysis of the normal weight reference group and those children who were overweight showed that 10 significant risk factors explained the variation of childhood overnutrition by 29 percent. Risk factors affecting overnutrition significantly included: 1) gender, 2) duration of light physical activities, 3) duration of moderate physical activities, 4) family income, 5) occupation of the caregiver, 6) healthy role model of the caregiver, 7) health promotion activities at school, 8) breastfeeding, 9) number of siblings, and 10) birth order. School children who tended to be overweight were male; single, or the youngest child; had more siblings; engaged in longer hours of light physical activities; performed shorter hours of moderate physical activities; breastfed shorter durations; lived in families with higher income; participated in few health promotion activities at school; lived with caregivers working as merchants; and lived with unhealthy model caregivers.

The findings suggest that utilizing law enforcement, engineering of physical facilities and technological resources, and educational strategies represents a viable approach for the prevention of overnutrition among children through caregivers and schools. Male and single or youngest children should be encouraged to participate in physical activities. Caregivers, especially those with higher income and merchants, should be promoted as healthy role models and breastfeed their children at least 6 months. In addition, schools should provide health promotion activities for students. These and other recommendations will help leadership to design and implement changes that will prevent and reduce overnutrition.