

บทที่ 1

บทนำ

1. ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ปัญหาโรคอ้วนและภาวะน้ำหนักเกินในวัยเด็กนั้นมีความสำคัญต่อการลดอัตราการเกิดโรคและอัตราการตายจากโรคหัวใจและหลอดเลือดและโรคอื่นๆ ที่สัมพันธ์กับการเกิดภาวะน้ำหนักเกินได้มากถ้าจะทำการป้องกันปัญหาดังที่ได้กล่าวไว้ข้างต้น การศึกษาถึงพฤติกรรมในกลุ่มเด็กที่มีภาวะเสี่ยงต่อการมีน้ำหนักเกินหรือเป็นโรคอ้วน น่าจะสะท้อนให้ทราบถึงกลไกต่างๆ อีกทั้งข้อเท็จจริงบางประการที่น่าจะเกี่ยวข้องสัมพันธ์กับปัญหาอ้วนในเด็กเหล่านั้น ในช่วงทศวรรษที่ผ่านมา ประเทศไทยได้มีการเปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว การเปลี่ยนแปลงมีผลกระทบต่อวิถีชีวิตและแบบแผนการบริโภคอาหารของครอบครัวและเด็กไทยอย่างมาก จะเห็นได้จากปัญหาสาธารณสุขของประเทศไทยในปัจจุบันมีผลมาจากปัจจัยทางสังคม สิ่งแวดล้อมและพฤติกรรมมากขึ้นตามลำดับ และมีแนวโน้มรุนแรงมากขึ้นในอนาคต ถ้าหากประชาชนยังมีพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม (เรณู โกยสุโข, 2541, หน้า 15) ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ จีวีวรรณ กินาวงศ์ (2533, หน้า 48) พบว่าการพัฒนาพลเมืองให้มีสุขภาพอนามัยสมบูรณ์แข็งแรงจะเป็นพื้นฐานอันสำคัญในการพัฒนาประเทศชาติ โดยเฉพาะอย่างยิ่งเด็กและเยาวชนถ้าได้รับการพัฒนาให้มีคุณภาพในปัจจุบันย่อมเป็นพลังที่สำคัญของชาติในอนาคต การที่เด็กจะมีสุขภาพที่แข็งแรงสมบูรณ์นั้นต้องอาศัยปัจจัยหลายประการและอาหารนับว่าเป็น หนึ่งในปัจจัยดังกล่าว การบริโภคอาหารที่ถูกสุขลักษณะในปริมาณที่เหมาะสม มีคุณค่าถูกหลักโภชนาการ ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญและจำเป็นต่อสุขภาพของบุคคลทุกวัย และส่งผลกระทบต่อเด็กที่อยู่ในวัยพัฒนาการโดยเฉพาะเด็กในระดับประถมศึกษา จากการสำรวจของสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน ได้ศึกษาข้อมูลสภาพปัญหาด้านโภชนาการ/สุขภาพของเด็กในโรงเรียนเอกชน กรุงเทพมหานคร ในปีงบประมาณ 2537 (สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน, 2539, หน้า 18) พบว่าถ้าใช้น้ำหนักเทียบกับเกณฑ์ นักเรียนชายในระดับประถมศึกษา มีน้ำหนักสูงกว่าเกณฑ์ร้อยละ 18.7 นักเรียนหญิง มีน้ำหนักสูงกว่าเกณฑ์ร้อยละ 16.8 และพบโรคอ้วนในอัตราร้อยละ 9.4 และจากการศึกษาภาวะโภชนาการของนักเรียนระดับประถมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานคร จำนวน 8 โรงเรียน รวมทั้งสิ้น 2,885 คน โดยแบ่งเป็นสังกัดละ 2 โรงเรียน ได้แก่ กรุงเทพมหานคร สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน สำนักงานการประถมศึกษาแห่งชาติ และ ทบวงมหาวิทยาลัย โดยติดตามชั่งน้ำหนัก-วัดส่วนสูงเด็กดังกล่าว เทอมละ 1 ครั้ง รวม 6 ครั้ง ในช่วงเวลา 3 ปี (2535-2537)

ผลการศึกษาพบว่านักเรียนสังกัดทบวงมหาวิทยาลัยเป็นโรคอ้วนสูงสุดระหว่าง 25.9-31.5 ร้อยละมาได้แก่โรงเรียนสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน ระหว่าง 25.7-28.1 (กรมอนามัย กองโภชนาการ, 2542, หน้า 87)

นอกจากนั้นแล้ว ญฐกร ชินศรีวงศ์กุล (2544, หน้า 34) ได้ศึกษาเรื่องปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคของนักเรียนที่มีภาวะโภชนาการเกินมาตรฐานในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชนกรุงเทพมหานคร พบว่า การอ้วนในเด็กทำให้เกิดการอ้วนต่อไปเมื่อเป็นผู้ใหญ่และยากต่อการลดน้ำหนักแล้วยังส่งผลเสียต่าง ๆ อาทิ เด็กอ้วนจะเฉื่อยชา ทำงานช้า ปวดข้อและกระดูกบอย ๆ เกิดอุบัติเหตุได้ง่ายเมื่อโตเป็นผู้ใหญ่ก็เสี่ยงต่อการเกิดโรคเบาหวาน ไขมันในเลือดสูง โรคหัวใจและหลอดเลือด โรคกระดูกและข้ออักเสบ นอกจากนี้ยังส่งผลกระทบต่อจิตใจอย่างมาก ทำให้การมีภาพลักษณ์เสีย ถูกเพื่อนล้อเลียนกลายเป็นปมด้อย การเกิดภาวะโภชนาการเกินและโรคอ้วนล้วนส่งผลกระทบต่อภาวะสุขภาพของเด็กวัยเรียนทั้งสิ้น จากการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องพบว่า มีปัจจัยหลายประการที่เกี่ยวข้องกับภาวะโภชนาการของเด็กวัยเรียน และปัจจัยที่มีผลโดยตรงกับภาวะโภชนาการ คือ พฤติกรรมการบริโภคอาหารของเด็กวัยเรียน

แม้ปัญหาทางโภชนาการในเด็กส่วนใหญ่จะได้แก่ ภาวะโภชนาการต่ำหรือโรคขาดสารอาหาร แต่จากสภาพสังคมและวัฒนธรรมที่เปลี่ยนไปจากสังคมชนบทเป็นสังคมเมือง ส่งผลให้การเจริญเติบโตของเด็กไทย มีการเปลี่ยนแปลงภาวะโภชนาการเกินหรืออ้วน มีแนวโน้มสูงขึ้นเรื่อย ๆ โดยเฉพาะนักเรียนที่อยู่ในเขตเมือง (ไกรสิทธิ์ ดันติสินทร์และกัลยา ทองประเสริฐ, 2530, หน้า 49) เนื่องจากได้รับอิทธิพลจากชาวตะวันตก นิยมรับประทานอาหารที่มีแป้ง และแคลอรีสูง เช่น น้ำอัดลม ไอศกรีม พิซซ่า แฮมเบอร์เกอร์ ไก่ทอด เป็นต้น พบว่านักเรียนมีภาวะโภชนาการเกินถึงร้อยละ 25.23 แสดงให้เห็นว่าภาวะโภชนาการเกินในวัยเด็กมีแนวโน้มสูงขึ้นและทวีความรุนแรงขึ้นเรื่อย ๆ

จากการสำรวจโดยโครงการสุขภาพดีของนักเรียนระดับประถมศึกษาในปีการศึกษา 2549 พบว่านักเรียนร้อยละ 16.48 มีภาวะโภชนาการเกินมาตรฐาน ในปีการศึกษา 2550 พบว่านักเรียนร้อยละ 18.65 มีภาวะโภชนาการเกินมาตรฐาน ในปีการศึกษา 2551 จากการสำรวจเมื่อภาคเรียนที่ 1 พบว่านักเรียนร้อยละ 18.84 มีภาวะโภชนาการเกินมาตรฐาน ซึ่งกระทรวงสาธารณสุขได้กำหนดให้แต่ละโรงเรียน ควรจะมีเด็กนักเรียนที่มีภาวะโภชนาการเกินมาตรฐานไม่เกินร้อยละ 10 และในปีการศึกษา 2552 พบว่า มีนักเรียนที่มีภาวะโภชนาการเกินมาตรฐานในระดับชั้นประถมศึกษา เป็นนักเรียนชายร้อยละ 16.20 นักเรียนหญิงร้อยละ 9.03 รวมเป็น ร้อยละ 25.23 ของนักเรียนประถมศึกษาทั้งหมด โดยชั่งน้ำหนักและวัดส่วนสูงและนำไปเทียบกับเกณฑ์

มาตรฐาน จากกราฟแสดงเกณฑ์อ้างอิงการเจริญเติบโตของเพศชาย และเพศหญิง อายุ 5-18 ปี กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พ.ศ. 2542 ซึ่งเป็นอัตราที่เกินกว่ามาตรฐานกำหนด และยังไม่ปรากฏว่ามีการศึกษานักเรียนในโรงเรียนวารีเชียงใหม่เกี่ยวกับปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของเด็กนักเรียน ประกอบกับโรงเรียนวารีเชียงใหม่เป็นสถานศึกษาที่มีนักเรียนหลายเชื้อชาติ และแตกต่างทั้งในด้านของวัฒนธรรมการบริโภค มีนักเรียนและครูชาวต่างชาติมากมายทำให้วัฒนธรรมการบริโภคของนักเรียนบางกลุ่มเปลี่ยนไปเนื่องจากเกิดพฤติกรรมการเลียนแบบเพื่อน หรือครูที่เป็นชาวต่างชาติ และในปัจจุบันเชียงใหม่เป็นแหล่งรวมวัฒนธรรมตะวันตกหลายแขนง และได้รับอิทธิพลจากสภาพแวดล้อมของท้องถิ่นและวัฒนธรรมการกินในแต่ละภูมิภาค รวมถึงปัจจัยทางด้านสังคม ทำให้วัฒนธรรมการกินของคนไทยรวมถึงผู้ปกครองพ่อแม่เปลี่ยนแปลงไปตามสื่อที่มีความเจริญก้าวหน้าทางเทคโนโลยีเป็นอย่างมาก ทั้งยังสภาพเศรษฐกิจและวิถีชีวิตที่เปลี่ยนไปในสังคม ทำให้ต้องเร่งรีบและแข่งขันในการทำมาหาเลี้ยงชีพมากขึ้น วัฒนธรรมการบริโภคอาหารและการดำเนินชีวิตประจำวันต้องเร่งรีบตามสถานการณ์ จึงเป็นเหตุให้คนไทยไม่ว่าจะอยู่ในวัยใดต่างประสบปัญหาจากการบริโภคอาหาร สาเหตุของภาวะโภชนาการเกินหรือโรคอ้วนมาจากปัจจัยหลายประการ แต่ส่วนใหญ่เกิดจากการมีพฤติกรรมไม่ถูกต้อง คือรับประทานอาหารที่ให้พลังงานสูง และกิจวัตรต่าง ๆ ในชีวิตประจำวัน เช่น การใช้พลังงานน้อย รวมทั้งการขาดการออกกำลังกายหรือการเล่นกีฬา และการเล่นเกมคอมพิวเตอร์แทนการเล่นกีฬา ทำให้เกิดการสะสมของพลังงานในรูปไขมันตามส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย จากการศึกษาของวรางคณา บุตรศรี (2538, หน้า 64) อ้างใน ลลิตา แจ่มจรัส (2545, หน้า 41) พบว่าสาเหตุที่สำคัญของภาวะโภชนาการเกินและโรคอ้วนในเด็กนักเรียน คือพฤติกรรมการบริโภคที่ไม่ถูกต้องเหมาะสม เนื่องจากพฤติกรรมการบริโภคจะส่งผลโดยตรงต่อปริมาณและคุณค่าของอาหารที่เด็กจะได้รับ หากเด็กได้รับอาหารในปริมาณมากเกินความต้องการของร่างกาย จะส่งผลให้เกิดภาวะโภชนาการเกินได้ และการที่บุคคลจะมีพฤติกรรมเช่นใดนั้นก็ขึ้นอยู่กับ พฤติกรรมความเชื่อ เพราะความเชื่อเป็นส่วนประกอบภายในตัวบุคคล และกระบวนการเรียนรู้ที่สั่งสมมาตั้งแต่เด็กตลอดจนอิทธิพลของครอบครัวและสังคม และปัจจัยสิ่งแวดล้อมภายนอกที่มีผลต่อการเลือกบริโภคอาหาร ได้แก่ ความอุดมสมบูรณ์ของอาหาร ความเคยชิน ความรู้ทางโภชนาการ วัฒนธรรมความเชื่อเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร เศรษฐกิจและสิ่งแวดล้อมในครอบครัว พฤติกรรมการบริโภคอาหาร สื่อโฆษณาและกลุ่มเพื่อน ล้วนมีผลกระทบต่อภาวะโภชนาการของวัยรุ่นทั้งสิ้น (อบเชย วงศ์ทอง, 2541, หน้า 18)

นอกจากนี้ยังมีปัจจัยอีกมากมายที่มีผลต่อการเลือกบริโภคอาหารของคนเรา เช่น กลุ่มเพื่อน การนำดารานักร้องวัยรุ่นมาเป็นผู้นำเสนอสินค้า ประเภทอาหารจานด่วน หรือขนมขบเคี้ยว น้ำอัดลม ทำให้เด็กหรือวัยรุ่น ตอบรับสินค้า เพราะต้องการเป็นคนที่น่าสนใจและทันสมัยทันเหตุการณ์ทันกระแส จึงมีพฤติกรรมการบริโภคตามสื่อและแรงจูงใจที่ผู้ผลิตสร้างขึ้นเพื่อชักชวนลูกค้า

เด็กประถมศึกษาเป็นกลุ่มหนึ่งที่ได้รับผลกระทบจากพฤติกรรมการลอกเลียนแบบการกินอาหารจากชาวตะวันตก โดยได้รับอิทธิพลจากสื่อโฆษณาประชาสัมพันธ์ทุกประเภท รวมทั้งได้รับอิทธิพลจากครูชาวต่างประเทศในสถานศึกษา และที่สำคัญในเรื่องของอาหารเนื่องจากผู้ปกครองนักเรียนมีฐานะและหน้าที่การงานที่ดีเป็นส่วนใหญ่จึงมีความสามารถที่จะบริโภคอาหารได้อย่างเต็มที่ นอกจากนี้ ทางโรงเรียนก็มีอาหารให้นักเรียนเลือกรับประทานมากมาย รวมถึงอาหารที่ให้พลังงานสูง การขาดความรู้และการกลั่นกรองในการเลือก จึงมีแนวโน้มที่จะทำให้เกิดทุพโภชนาการมากขึ้น หรือได้รับสารอาหารเกินความต้องการของร่างกาย อันเป็นปัจจัยหนึ่งที่มีผลต่อการเกิดภาวะโภชนาการเกินและโรคอ้วน โรคความดันโลหิตสูง โรคหัวใจขาดเลือด โรคเมตาบอลิก โรคเบาหวาน โรคระบบทางเดินหายใจ รวมทั้งโรคข้อและกระดูก เป็นผลให้เกิดปัญหาสุขภาพและพัฒนาการด้านสติปัญญาของเด็กในระดับประถมศึกษาได้ ดังเช่น ลัดดา เหมาะสุวรรณ (2548) กล่าวว่าขณะนี้สถานการณ์โรคอ้วนในเด็กกำลังน่าวิตกเป็นอย่างยิ่ง เพราะมีความรุนแรงมากขึ้น พบโรคอ้วนในเด็กที่มีอายุน้อยลง และพบโรคแทรกซ้อนในเด็กที่เป็นโรคอ้วนเพิ่มมากขึ้น

โรคเบาหวาน โรคทางเดินหายใจอุดกั้นเวลนอน นำไปสู่ปัญหา หัวใจล้มเหลวและเสียชีวิตได้ ซึ่งสอดคล้องกับความเห็นของ สังวาลย์ ชมภูจา (2552) ที่กล่าวว่ายังพบปัญหาเกี่ยวกับการหายใจโดยเด็กที่อ้วนมักมีความผิดปกติของการหายใจขณะนอนหลับ บางคนเป็นมากถึงขั้นหยุดหายใจ และส่วนใหญ่เด็กที่อ้วนมากจะมีระดับอิ่มตัวของออกซิเจนในเลือดต่ำกว่าร้อยละ 90 ทำให้มีอาการง่วงซึมในเวลากลางวัน ปวดหัวในตอนเช้า ผลการเรียนรู้และความจำต่ำกว่าเด็กในกลุ่มที่ไม่มีปัญหาและยังพบปัญหาด้านจิตใจ อันเนื่องมาจากความกลัวอ้วน การถูกเพื่อนและผู้ใหญ่ล้อเลียน ไม่เพียงเท่านั้นโรคอ้วนในเด็กยังก่อให้เกิดความสูญเสียแก่ส่วนรวมในหลายด้าน ตั้งแต่ภาระค่าใช้จ่ายในการดูแลสุขภาพของครอบครัวจนถึงการที่ทรัพยากรมนุษย์ของประเทศไม่ได้พัฒนาอย่างเต็มที่ ซึ่งเมื่อเด็กเหล่านี้โตเป็นผู้ใหญ่ก็จะกลายเป็นผู้ใหญ่ที่มีโรคเรื้อรัง ก่อให้เกิดภาระค่าใช้จ่ายทางด้านสุขภาพจำนวนมหาศาล

พฤติกรรมการกินของเด็กในวัยนี้ จะได้รับอิทธิพลจากพ่อแม่และผู้ปกครองที่ปลูกฝังนิสัยในการกิน เช่น เด็กไม่ชอบกินผัก เลือกกินหรือกินอาหารยาก ดังนั้น เมื่อเด็กเหล่านี้ไปโรงเรียนก็จะเลือกกินอาหารที่ตนเองชอบโดยไม่คำนึงถึงประโยชน์หรือผลเสียที่ได้รับ และที่โรงเรียนยังมีร้านค้าอื่น ๆ ล้วนมีส่วนเกี่ยวข้องกับภาวะโภชนาการของเด็กในวัยนี้ทั้งสิ้น จากสภาพดังกล่าว

แสดงให้เห็นพฤติกรรมการบริโภคอาหารเป็นปัญหาที่ควรรับแก้ไขโดยเร่งด่วน เนื่องจากการที่มีภาวะโภชนาการเกินมาตรฐานและโรคอ้วน เป็นสาเหตุหนึ่งของการเสียชีวิตด้วยโรคไม่ติดต่อ ดังนั้นผู้วิจัยมีความสนใจที่จะศึกษาการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการบริโภคอาหารของเด็กที่มีภาวะโภชนาการเกินมาตรฐานในระดับประถมศึกษา โรงเรียนวาริชียงใหม่ เพื่อให้ทราบถึงข้อเท็จจริงในสาเหตุที่ทำให้นักเรียนมีภาวะโภชนาการเกินมาตรฐาน และเป็นแนวทางหนึ่งในการประยุกต์เนื้อหาด้านโภชนาการให้เหมาะสม ตลอดจนเป็นการนำข้อมูลจากการศึกษามาใช้ในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน รวมทั้งจัดทำโครงการส่งเสริมสุขภาพสำหรับนักเรียนที่มีภาวะโภชนาการเกินมาตรฐาน เพื่อให้เด็กนักเรียนมีสุขภาพที่สมบูรณ์ แข็งแรงทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ มีศักยภาพในการพัฒนาประเทศชาติให้ประสบความสำเร็จทัดเทียมนานาประเทศได้อย่างเต็มความภาคภูมิใจ พร้อมทั้งลดปัญหาสาธารณสุขได้ในระดับหนึ่ง

2. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนระดับประถมศึกษาที่มีภาวะโภชนาการเกินมาตรฐาน

3. ขอบเขตของการวิจัย

การศึกษครั้งนี้ มีขอบเขตการศึกษาดังนี้

1. ขอบเขตด้านประชากร

ประชากร ที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ นักเรียนระดับประถมศึกษาที่มีภาวะโภชนาการเกินมาตรฐานใน โรงเรียนวาริชียงใหม่ จำนวน 271 คน

2. ขอบเขตด้านเนื้อหา

การวิจัยครั้งนี้ได้ทำการวิจัยเกี่ยวกับ การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการบริโภคอาหาร โดยที่ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษาได้แก่ ปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ ปัจจัยเสริม และภาวะโภชนาการเกินมาตรฐาน (โรคอ้วน)

4. นิยามศัพท์เฉพาะ

การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการบริโภคอาหาร หมายถึง การปฏิบัติหรือการแสดงออกที่ทำอยู่เป็นประจำในการรับประทานอาหาร ซึ่งการแสดงออกนั้นอาจเป็นการแสดงออกทั้งด้านการกระทำและทางด้านการคิด หากพฤติกรรมการบริโภคอาหารสามารถปฏิบัติได้ถูกต้องตามหลักโภชนาการ ย่อมทำให้นักเรียนมีภาวะโภชนาการที่ดี ในทางตรงข้ามหากปฏิบัติไม่ถูกต้อง ย่อมส่งผลเสียต่อร่างกายและจิตใจของนักเรียนนั้น ๆ รวมทั้งผู้อื่น

ภาวะโภชนาการ หมายถึง สภาวะสุขภาพของร่างกายที่เกิดจากการรับประทานอาหารและการใช้ประโยชน์จากสารอาหารในร่างกาย ซึ่งการที่จะมีภาวะโภชนาการที่เหมาะสมได้นั้นขึ้นอยู่กับ การรับประทานอาหารที่เหมาะสม คือมีสารอาหารครบถ้วน ถูกส่วน และเพียงพอกับความ ต้องการของร่างกาย

ภาวะโภชนาการเกินกว่ามาตรฐาน คือ สภาพที่ร่างกายได้รับสารอาหารมากเกินไป ความต้องการหรือได้รับสารอาหารไม่สมดุล เกิดการสะสมสารบางอย่างไว้จนเกิดโรคแก่ร่างกาย คิดจากผู้มีน้ำหนักและส่วนสูง ซึ่งเมื่อเทียบกับค่ามาตรฐาน

การประเมินภาวะโภชนาการ หมายถึง การคาดคะเนว่าภาวะโภชนาการของบุคคลใด บุคคลหนึ่งหรือชุมชนหนึ่งเป็นอย่างไร

ปัจจัยที่มีผลต่อภาวะโภชนาการเกินมาตรฐาน หมายถึง องค์ประกอบหรือสิ่งกระตุ้น ที่มีผลทำให้เกิดพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่ก่อให้เกิดปัญหาโภชนาการเกินมาตรฐานในการวิจัย ครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ประยุกต์กรอบแนวคิดในการวิเคราะห์และวางแผนในการะบวนการปรับเปลี่ยน พฤติกรรม (PRECEDE Framework) โดยนำเอาขั้นตอนที่ 3, 4 และ 5 มาเป็นแนวทางการศึกษา ดังรายละเอียดของกรอบแนวคิดในการวิจัย

ปัจจัยนำ หมายถึง ปัจจัยที่ช่วยสร้างแรงจูงใจให้เกิดขึ้นในตัวนักเรียน ในการ กระทำพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ในที่นี้ได้แก่ ความรู้ด้านการบริโภคอาหาร ทศนคติต่อภาวะ โภชนาการเกินมาตรฐาน ความเชื่อเกี่ยวกับการบริโภคอาหารและลักษณะด้านประชากร

ปัจจัยเอื้อ หมายถึง ปัจจัยเอื้ออำนวยที่อยู่ภายนอกตัวนักเรียน ที่ช่วยให้นักเรียน ที่มีแรงจูงใจในตัวนักเรียนเองอยู่แล้วกระทำการพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ในที่นี้ได้แก่ แหล่ง ขายอาหาร รายได้ของครอบครัว รายได้ของนักเรียน อำนาจในการซื้ออาหาร

ปัจจัยเสริม หมายถึง ปัจจัยภายนอกตัวนักเรียน เป็นปัจจัยสิ่งแวดล้อมที่มีผล กระตุ้นหรือผลักดันให้นักเรียนมีพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ได้แก่ การรับรู้จากสื่อมวลชนต่าง ๆ พฤติกรรมของเพื่อน พฤติกรรมของผู้ปกครอง พฤติกรรมของครู รวมไปถึงลักษณะด้านประชากร โดยทั่วไปของผู้ปกครอง

นักเรียน หมายถึง นักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาที่มีภาวะโภชนาการเกินมาตรฐาน ในโรงเรียนวาริชียงใหม่

5. ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย

1. เป็นแนวทางสำหรับครูผู้สอน ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการบริโภคอาหารของ นักเรียนระดับประถมศึกษา ที่มีภาวะ โภชนาการเกินมาตรฐาน

2. เป็นแนวทางสำหรับครูผู้สอน ในการเสริมเนื้อหาการเรียนการสอนในด้านสาเหตุและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการเกิดปัญหาภาวะโภชนาการเกินมาตรฐานของนักเรียน และปรับวิธีและแนวทางการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนให้สอดคล้องกับการใช้ชีวิตประจำวันของนักเรียน
3. เป็นข้อมูลที่จะนำไปเป็นแนวทางในการให้โภชนศึกษาแก่นักเรียนระดับประถมศึกษาของครูและประชาชนทั่วไป
4. เป็นแนวทางในการแก้ปัญหาทุพโภชนาการ ปรับปรุงและส่งเสริมภาวะโภชนาการที่ดีในโรงเรียน
5. เป็นข้อมูลสำหรับการวางแผนจัดบริการด้านโภชนาการสำหรับเด็กในชุมชน