

บทที่ 4

ผลการศึกษา

การศึกษานี้เป็นการศึกษาถึงคุณลักษณะที่เกี่ยวข้องกับภาวะโภชนาการ ในเด็กนักเรียนที่มีภาวะโภชนาการเกิน สังกัดโรงเรียนในเขตเทศบาลเมืองลำพูน จังหวัดลำพูน ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2551 กลุ่มประชากรที่ศึกษาจำนวน 81 คนรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามระหว่างเดือนมิถุนายน ถึง เดือนกรกฎาคม 2551 ผลการศึกษานำเสนอในรูปแบบตารางประกอบคำบรรยาย โดยแบ่งเป็น 5 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของเด็กนักเรียนที่มีภาวะโภชนาการเกิน

จำนวนนักเรียนทั้งหมด 1,016 คน มีภาวะโภชนาการเกินจำนวน 81 คน ร้อยละ 7.97 พบว่ามีภาวะอ้วน จำนวน 53 คน ร้อยละ 65.43 ภาวะเริ่มอ้วน จำนวน 6 คน ร้อยละ 7.40 และภาวะท้วม จำนวน 22 คน ร้อยละ 27.66 เด็กนักเรียนที่มีภาวะโภชนาการเกินเป็นเพศชาย ร้อยละ 59.3 เพศหญิง ร้อยละ 40.7 เป็นกลุ่มอายุ 11 ปี มากที่สุด ร้อยละ 38.3 รองลงมาคือกลุ่มอายุ 12 ปี ร้อยละ 29.6 ดังแสดงในตาราง 1

ตารางที่ 1 จำนวนและร้อยละของเด็กนักเรียน จำแนกตามข้อมูลทั่วไป

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน (N = 81)	ร้อยละ
เพศ		
ชาย	48	59.3
หญิง	33	40.7
อายุ (ปี)		
9	5	6.2
10	21	25.9
11	31	38.3
12	24	29.6

ส่วนที่ 2 ข้อมูลด้านโภชนาการ

เด็กนักเรียนที่มีภาวะโภชนาการเกิน กินอาหารมือเช้าแบบมีกับข้าวหลายอย่างมากที่สุด ร้อยละ 23.5 รองลงมากินอาหารประเภทข้าวราดแกงร้อยละ 22.2 กินอาหารมือเที่ยงประเภทข้าวราดแกงมากที่สุด ร้อยละ 44.4 รองลงมา คืออาหารจานเดียว ร้อยละ 29.6 กินอาหารมือเย็นประเภทข้าวพร้อมกับข้าวหลายอย่างมากที่สุด ร้อยละ 67.9 รองลงมาคือประเภทข้าวราดแกงร้อยละ 12.3 ดังแสดงในตาราง 2

ตารางที่ 2 จำนวนและร้อยละของเด็กนักเรียน จำแนกตามพฤติกรรมการบริโภค

พฤติกรรมการบริโภค	จำนวน (N = 81)	ร้อยละ
ลักษณะการกินอาหารมือเช้า		
ข้าวพร้อมกับข้าวหลายอย่าง	19	23.5
ข้าวราดแกง	18	22.2
หมูบึ่ง ข้าวเหนียว ไก่ทอด	17	21.0
ไม่กินอาหารมือเช้า	12	14.8
ขนมปัง ไข่ดาว ไข่กรอก	8	9.9
อื่นๆ (นม, ข้าวต้ม, ข้าวมัน, โจ๊ก)	7	8.6
ลักษณะการกินอาหารมือเที่ยง		
ข้าวราดแกง	36	44.4
อาหารจานเดียว	24	29.6
ก๋วยเตี๋ยว ขนมจีน	18	22.2
ข้าวเหนียว ไก่ทอด หมูทอด หมูบึ่ง	3	3.7
ลักษณะการกินอาหารมือเย็น		
ข้าวพร้อมกับข้าวหลายอย่าง	55	67.9
ข้าวราดแกง	10	12.3
อาหารจานเดียวเช่นข้าวขาหมู ข้าวมันไก่	9	12.3
อื่นๆ(ก๋วยเตี๋ยว,นม,ขนมปัง,มาม่า,สลัด)	4	11.1
ข้าวเหนียว ไก่ทอด หมูทอด หมูบึ่ง	3	3.7

ลักษณะการกินอาหารว่างระหว่าง 3 มื้อหลัก ของเด็กนักเรียนที่มีภาวะโภชนาการเกิน กินขนมกรุบกรอบมากที่สุด ร้อยละ 44.4 รองลงมาคือไม่กินเลยและดื่มน้ำหวาน น้ำผลไม้ร้อยละ 23.5 และ 22.2 ตามลำดับ อาหารที่เด็กนักเรียนเลือกกิน 3 ลำดับแรก มากที่สุด คืออาหารเช่นแกง ต้ม ผัด ร้อยละ 44.4 รองลงมาคือก๋วยเตี๋ยว ขนมจีน และไก่ทอด เค เอฟ ซี ร้อยละ 40.7 และ 39.5 ตามลำดับ ดังแสดงในตารางที่ 3

ตารางที่ 3 จำนวนและร้อยละ เด็กนักเรียน จำแนกตามพฤติกรรมการบริโภค

พฤติกรรมการบริโภคอาหาร	จำนวน (N = 81)	ร้อยละ
อาหารว่างที่กินระหว่าง 3 มื้อหลัก		
ขนมกรุบกรอบ	36	44.4
ไม่กินเลย	19	23.5
น้ำหวาน น้ำผลไม้	18	22.2
ขนมไทย	5	6.2
อื่นๆ (นม,ขนมปัง,ผลไม้,ไอศกรีม)	2	2.5
น้ำอัดลม	1	1.2
* อาหารที่เลือกกิน 3 ลำดับแรก		
1. อาหาร (ประเภทแกง ผัด ต้ม)	32	44.4
2. ก๋วยเตี๋ยว ขนมเส้น	33	40.7
3. ไก่ทอด เช่น เค เอฟ ซี	32	39.5
* ตอบได้หลายข้อ		

นอกเหนือจากอาหาร 3 มื้อหลักที่กินเป็นประจำแล้ว เด็กนักเรียนที่มีภาวะโภชนาการเกิน ชอบกินขนมกรุบกรอบมากที่สุด ร้อยละ 24.7 รองลงมาคือ อาหารมื่อว่าง ร้อยละ 16.0 และความถี่ในการกินขนมกรุบกรอบ กินเกือบทุกวันมากที่สุดร้อยละ 14.70 และนมที่เด็กนักเรียน ดื่มประจำมากที่สุดคือนมเปรี้ยว ร้อยละ 32.1 รองลงมาคือนมวัวรสจืด ร้อยละ 27.2 ดังแสดงในตารางที่ 4 และ

ตารางที่ 4 จำนวนและร้อยละของเด็กนักเรียน จำแนกตามรายการอาหารที่บริโภคและความถี่ในการบริโภค

รายการอาหารที่บริโภค	จำนวน (N=81)	ร้อยละ	ความถี่ในการบริโภค			
			เกือบทุกวัน (คน)(%)	ทุกสัปดาห์ (คน)(%)	ทุกเดือน (คน)(%)	นานๆครั้ง (คน)(%)
ขนมกรุบกรอบ	20	24.7	14(70.0)	2(10.0)	0	4(20.0)
อาหารมึ่อย่าง	13	16.0	0	3(23.1)	1(7.7)	9(69.2)
*อื่นๆ	11	13.6	4(30.0)	1(10.0)	1(10.0)	5(50.0)
ขนมหวาน	10	12.3	5(50.0)	3(30.0)	0	2(20.0)
อาหารจานด่วน	10	12.3	1(10.0)	2(20.0)	1(10.0)	6(60.0)
น้ำอัดลม	7	8.6	1(14.3)	2(28.6)	0	4(57.5)
พิซซ่า	6	7.4	2(33.3)	0	0	4(66.7)
ชาเขียว	4	4.9	1(25.0)	1(25.0)	1(25.0)	1(25.0)

* น้ำหวาน, น้ำผลไม้, ผลไม้, โอวัลติน

ตารางที่ 5 จำนวนและร้อยละของเด็กนักเรียน จำแนกตามชนิดนมที่ดื่ม

ชนิดนมที่ดื่ม	จำนวน (N = 81)	ร้อยละ
นมเปรี้ยว	26	32.1
นมวัวรสจืด	22	27.2
นมวัวรสหวาน	14	17.3
นมถั่วเหลือง	7	8.6
นมพร้อมมันเนย	5	6.2
ไม่ดื่มเลย	4	4.9
อื่นๆ(นมช็อคโกแล็ต, โอวัลติน)	3	3.7

เด็กนักเรียนที่มีภาวะโภชนาการเกินกินอาหารมึ่เย็นมากที่สุด ร้อยละ 59.8 รองลงมาคือ มึ่กลางวันและมึ่เช้า ร้อยละ 19.8 และ 18.5 ตามลำดับ จำนวนมึ่ที่กินมากที่สุดคือ 3 มึ่ต่อวัน ร้อยละ 79.0 รองลงมา 4 มึ่ต่อวัน ร้อยละ 11.1 และปริมาณผักที่เด็กนักเรียนกิน ประมาณ 1 ฝรั่งต่อวันมากที่สุด ร้อยละ 48.1 รองลงมา ปริมาณ 2-3 ฝรั่งต่อวัน ร้อยละ 38.3 กิจกรรมเวลาว่างที่เด็ก

นักเรียนทำหลังเลิกเรียนมากที่สุดคือเรียนพิเศษ ร้อยละ 42.0 รองลงมาคือทำการบ้าน ร้อยละ 30.9
 ดังแสดงในตาราง 6 และ 7

ตารางที่ 6 จำนวนและร้อยละของเด็กนักเรียนจำแนกตามพฤติกรรมการบริโภค

พฤติกรรมการบริโภคอาหาร	จำนวน (N = 81)	ร้อยละ
มื้ออาหารที่กินมากที่สุด		
มื้อเย็น	48	59.2
มื้อกลางวัน	16	19.8
มื้อเช้า	15	18.5
อื่นๆ (ทุกมื้อ)	2	2.5
จำนวนมื้อที่กินต่อวัน		
3 มื้อ	64	79.0
4 มื้อ	9	11.1
2 มื้อ	4	4.9
1 มื้อ	2	2.5
5 มื้อ	2	2.5
ปริมาณผักที่กิน		
ประมาณ 1 ถ้วยมือต่อวัน	39	48.7
ประมาณ 2-3 ถ้วยมือต่อวัน	31	38.3
ประมาณ 4-5 ถ้วยมือต่อวัน	6	7.4
ไม่กินผัก	3	3.7
อื่นๆ	2	2.5

ตารางที่ 7 จำนวนและร้อยละของเด็กนักเรียนจำแนกตามกิจกรรมที่ทำ

กิจกรรมที่ทำ	จำนวน (N = 81)	ร้อยละ
กิจกรรมหลังเลิกเรียน		
เรียนพิเศษ	34	42.0
ทำการบ้าน	25	30.9
ดูทีวี	11	13.6
เล่นกับเพื่อนๆ	10	12.3
อื่นๆ (เล่นคอมพิวเตอร์)	1	1.2

ส่วนที่ 3 ข้อมูลคุณลักษณะที่เกี่ยวข้องกับภาวะโภชนาการ

3.1 ด้านความรู้โภชนาการ

นักเรียนส่วนใหญ่ มีความรู้ด้านโภชนาการในระดับดี ร้อยละ 77.8 รองลงมา มีความรู้ระดับปานกลางร้อยละ 22.2 ในการตอบคำถามความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่าข้อคำถามที่นักเรียนตอบถูกน้อย มีจำนวน 4 ข้อ คือคำถามเกี่ยวกับ “อาหารประเภทใดมีน้ำตาลสูง” โดยมีจำนวนนักเรียนตอบถูกจำนวน 31 คน คิดเป็นร้อยละ 38.3 ข้อคำถามเกี่ยวกับ “อาหารกลุ่มพืชผักให้ประโยชน์กับร่างกายอย่างไร” โดยมีจำนวนนักเรียนที่ตอบถูก 34 คน คิดเป็นร้อยละ 42.0 ข้อคำถามเกี่ยวกับ “กลุ่มอาหารประเภทคาร์โบไฮเดรตอยู่ในกลุ่มอาหารประเภทใดบ้าง” โดยมีจำนวนนักเรียนที่ตอบถูก 42 คน คิดเป็นร้อยละ 51.9 และ ข้อคำถามเกี่ยวกับ “ข้อใดต่อไปนี้เป็นข้อที่ต้องเกี่ยวข้องกับกลุ่มอาหารประเภทโปรตีน” โดยมีจำนวนนักเรียนที่ตอบถูก 46 คน คิดเป็นร้อยละ 56.8 ดังแสดงในตาราง ที่ 8 และ 9

ตารางที่ 8 จำนวนและร้อยละของเด็กนักเรียน จำแนกตามระดับความรู้ด้านโภชนาการ

ระดับความรู้	จำนวน (N=81)	ร้อยละ
มีความรู้ต่ำ	0	0
มีความรู้ปานกลาง	18	22.2
มีความรู้ดี	63	77.8

ตารางที่ 9 จำนวนและร้อยละของเด็กนักเรียน จำแนกตามความรู้ด้านโภชนาการ

ข้อคำถาม	ตอบถูก (N = 81)	
	จำนวน	ร้อยละ
1.อาหารประเภทไขมันสูง	78	96.3
2. การกินอาหารไขมันมากเกินไปจะทำให้ร่างกายเป็นอย่างไร	77	95.1
3.การกินอาหารประเภทแป้งมากเกินไปทำให้ร่างกายเป็นอย่างไร	72	88.9
4.ข้อใดถูกต้องเกี่ยวกับการกินขนมหวาน คือน้ำหวานหรือชอบเติมน้ำตาลในอาหาร	70	86.4
5.อาหารประเภทไขมันน้ำตาลสูง	50	61.7
6.อาหารประเภทคาร์โบไฮเดรตมีประโยชน์ต่อร่างกายอย่างไร	49	60.5
7.ข้อใดต่อไปนี้ถูกต้อง เกี่ยวกับกลุ่มอาหารประเภทโปรตีน	46	56.8
8.กลุ่มอาหารประเภทคาร์โบไฮเดรตอยู่ในอาหารประเภทใดบ้าง	42	51.9
9.อาหารกลุ่มพืชผักให้ประโยชน์กับร่างกายอย่างไร	34	42.0
10.กลุ่มอาหารประเภทไขมันให้ประโยชน์ต่อร่างกายอย่างไร	31	38.3

3.2 ทักษะคิดต่อภาวะโภชนาการเกินและความเชื่อเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร

ด้านทัศนคติของนักเรียนที่มีต่อภาวะโภชนาการเกิน เมื่อพิจารณารายชื่อพบว่า นักเรียนที่มีภาวะโภชนาการเกิน มีทัศนคติทางด้านลบต่อภาวะโภชนาการเกิน จำนวน 4 ข้อ คือข้อ 3 เป็นทัศนคติเกี่ยวกับ “คนอ้วนเป็นคนขี้โรค” โดยมีจำนวนนักเรียนตอบว่าใช่ถึง 59 คน คิดเป็นร้อยละ 72.8 ข้อ 4 เป็นทัศนคติเกี่ยวกับ “คนอ้วนมักเป็นตัวตลกในสายตาคนอื่น” โดยมีจำนวนนักเรียนตอบว่าใช่ถึง 59 คน คิดเป็นร้อยละ 72.8 ข้อ 5 เป็นทัศนคติเกี่ยวกับ “คนอ้วนคือคนที่อยู่ดีกินดี” โดยมีจำนวนนักเรียนตอบว่าใช่จำนวนมากถึง 58 คน คิดเป็นร้อยละ 71.6 และ ข้อ 6 เป็นทัศนคติเกี่ยวกับ “คนอ้วนเป็นคนที่หุงคหังคและออรมน์เสียง่าย” โดยมีจำนวนนักเรียนตอบว่าใช่ 47 คน คิดเป็นร้อยละ 58.0 ดังแสดงในตารางที่ 10

ตารางที่ 10 จำนวนและร้อยละของเด็กนักเรียน จำแนกตามทัศนคติต่อภาวะโภชนาการเกิน

รายการ	ใช่	
	จำนวน	ร้อยละ
(N = 81)		
<u>ด้านทัศนคติ</u>		
1.คนอ้วนมักทำอะไรเชื่องช้า	70	86.4
2.คนอ้วนเสี่ยงต่อการหกล้มง่ายกว่าคนอื่น	64	79.0
3.คนอ้วนเป็นคนขี้โรค	59	72.8
4.คนอ้วนมักเป็นตัวตลกในสายตาคนอื่น	59	72.8
5.คนอ้วนคือคนที่อยู่ดีกินดี	58	71.6
6.คนอ้วนเป็นคนที่หุงคหังคและออรมน์เสียง่าย	47	58.0
<u>ง่าย</u>		
7.คนอ้วนคือคนที่มีออรมน์ดี	36	44.4
8.คนอ้วนคือคนที่มีร่างกายแข็งแรง	18	22.2

ด้านความเชื่อเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร พบว่า เด็กนักเรียนยังมีความเชื่อที่ไม่ถูกต้องเกี่ยวกับเรื่องการบริโภคอาหาร ได้แก่ ข้อ 6 เป็นความเชื่อเกี่ยวกับ “การกินอาหารให้อิ่มเต็มที่ทุกมื้อจะได้รับสารอาหารครบแน่นอน ” โดยมีจำนวนนักเรียนตอบว่าใช่ 32 คน คิดเป็นร้อยละ 39.5

ข้อ 7 เป็นความเชื่อเกี่ยวกับ “ถ้างดกินอาหารมือเย็นจะทำให้มีรูปร่างที่สวยงามได้อย่างแน่นอน” โดยมีจำนวนนักเรียนตอบว่าใช่ 29 คน คิดเป็นร้อยละ 35.8 ข้อ 8 เป็นความเชื่อเกี่ยวกับ “การดื่มน้ำอัดลมเป็นประจำไม่ทำให้อ้วน” โดยมีจำนวนนักเรียนตอบว่าใช่ 18 คน คิดเป็นร้อยละ 22.2 และ ข้อ 9 เป็นความเชื่อเกี่ยวกับ “การรงคกินอาหารมือเช้า ลดน้ำหนักได้” โดยมีจำนวนนักเรียนตอบว่าใช่ 11 คน คิดเป็นร้อยละ 13.6 ดังแสดงในตาราง 11

ตารางที่ 11 จำนวนและร้อยละของเด็กนักเรียน จำแนกตามความเชื่อการบริโภคอาหาร

รายการ	ใช่	
	จำนวน	ร้อยละ
(N = 81)		
<u>ด้านความเชื่อ</u>		
1.การกินของหวาน และทอดเป็นประจำ ทำให้อ้วนได้ง่าย	78	96.3
2.การออกกำลังกายทำให้ลดน้ำหนักได้	78	96.3
3.การกินขนมกรุบกรอบ ขบเคี้ยว ทำให้อ้วนได้	74	91.1
4.การดื่มนมหวานเป็นประจำ อาจทำให้อ้วนได้	68	84.0
5.การกินผลไม้ที่มีรสหวานปริมาณมากเกินไปทำให้อ้วนได้	64	79.0
6.การกินอาหารให้อิ่มเต็มที่ทุกมื้อจะได้รับสารอาหารครบแน่นอน	32	39.5
7.ถ้างดกินอาหารมือเย็นจะทำให้มีรูปร่างที่สวยงามได้อย่างแน่นอน	29	35.8
8.การดื่มน้ำอัดลมเป็นประจำไม่ทำให้อ้วน	18	22.2
9.การรงคกินอาหารมือเช้า ลดน้ำหนักได้	11	13.6

ส่วนที่ 4 ด้านปัจจัยเอื้อ

พบว่ารายได้ของครอบครัวรวมกันอยู่ระหว่าง 5,001- 10,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 35.8 รองลงมาคือ 10,001-15,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 26.3 ส่วนเงินที่ผู้ปกครองให้นักเรียนไปใช้จ่ายที่โรงเรียนส่วนใหญ่อยู่ระหว่าง 21-40 บาทต่อวัน คิดเป็นร้อยละ 53.1 รองลงมาคือ จำนวน น้อยกว่า 20 บาทต่อวัน คิดเป็นร้อยละ 45.7 โดยเงินส่วนที่เหลือ นักเรียนเก็บไว้ คิดเป็นร้อยละ 59.3 รองลงมาคือนักเรียนจะนำไปซื้อขนมกรุบกรอบ คิดเป็นร้อยละ 27.2 ดังแสดงในตารางที่ 12

ตารางที่ 12 จำนวนและร้อยละของนักเรียน จำแนกตามรายได้และรายจ่าย

รายได้ – รายจ่าย	จำนวน (N = 81)	ร้อยละ
รายได้ของครอบครัวรวมกัน		
ต่ำกว่า 5,000 – บาท	16	19.8
5,001 – 10,000 บาท	29	35.8
10,001 – 15,000 บาท	21	25.9
มากกว่า 15,000 บาทขึ้นไป	15	18.5
รายรับนักเรียน		
น้อยกว่า 20 บาทต่อวัน	37	45.7
จำนวน 21-40 บาทต่อวัน	43	53.1
จำนวน 41-60 บาทต่อวัน	1	1.2
การใช้เงินส่วนที่เหลือจากค่าอาหาร		
เก็บไว้	48	59.3
ซื้อขนมกรุบกรอบ	22	27.2
* อื่นๆ	17	21.0
ซื้อน้ำอัดลม	11	13.6
ซื้อลูกอม หมากฝรั่ง	5	6.2

* อื่นๆ (ขนมปัง แขนงวิช น้ำหวาน ไอศกรีม น้ำป่น ไข่กรอก ซื้ออาหารกินตอนเย็น)

เมื่อพิจารณารายชื่อพบว่า แหล่งขายอาหารที่สามารถหาซื้อได้ง่าย ทำให้มีผลต่อภาวะโภชนาการ จำนวน 3 ชื่อ ได้แก่ ชื่อที่ 2 ซึ่งกล่าวว่า “ร้านขายน้ำอัดลม น้ำหวาน หาซื้อได้ง่าย” โดยมีจำนวนนักเรียนตอบว่าใช่ 70 คน คิดเป็นร้อยละ 86.4 ชื่อที่ 6 ซึ่งกล่าวว่า “ร้านขายไอศกรีม

หาซื้อได้ง่าย” โดยมีจำนวนนักเรียนตอบว่าใช่ 69 คน คิดเป็นร้อยละ 85.2 ข้อที่ 7 ซึ่งกล่าวว่า “ร้านขายขนมขบเคี้ยว ขนมกรุบกรอบ ลูกกวาด หาซื้อได้ง่าย” โดยมีจำนวนนักเรียนตอบว่าใช่ จำนวน 68 คน คิดเป็นร้อยละ 84.0 ดังแสดงในตารางที่ 13

ตารางที่ 13 จำนวนและร้อยละของเด็กนักเรียน จำแนกตามร้านขายอาหารที่หาซื้อได้ง่าย

ร้านขายอาหารที่หาซื้อได้ง่าย	ใช่	
	จำนวน	ร้อยละ
	(N = 81)	
1.ร้านขายน้ำอัดลม น้ำหวาน	70	86.4
2.ร้านขายไอศกรีม	69	85.2
3.ร้านขายขนมขบเคี้ยว ขนมกรุบกรอบ ลูกกวาด	68	84.0
4.ร้านขาย เกี้ยวทอด เต้าหู้ทอด ลูกชิ้นทอด สอทอด ปาท่องโก๋ ไข่กรอกทอด	51	63.0
5.ร้านขายขนมไทย เช่นบัวลอย ก๋วยเตี๋ยวชวชิ ทองหยิบ ทองหยอด ฝอยทอง	50	61.7
6.ร้านอาหารจานด่วนเช่น เค เอฟ ซี พิซซา	35	43.2
7.ร้านขายนมเค็ก โคนัท	31	38.3

ส่วนที่ 5 ด้านปัจจัยเสริม

ในด้านปัจจัยเสริม ซึ่งแบ่งเป็น 3 ด้านดังนี้ ด้านพฤติกรรมของเพื่อนเมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า เพื่อนชวนแวะทานอาหารจานด่วนหลังเลิกเรียนถึงร้อยละ 86.4 เพื่อนมักชวนดื่ม น้ำอัดลม น้ำหวาน ร้อยละ 54.3 ด้านพฤติกรรมผู้ปกครองเมื่อพิจารณารายข้อพบว่า ผู้ปกครองชอบซื้อพิซซามารับประทานที่บ้านและพาไปกินที่ร้านถึงร้อยละ 91.4 ชอบซื้อน้ำอัดลมไว้ในตู้เย็น ร้อยละ 76.5 ด้านพฤติกรรมครู เมื่อพิจารณารายข้อพบว่า คุณครูบอกให้นักเรียนออกกำลังกายถึงร้อยละ 90.1 คุณครูบอกให้นักเรียนรับประทานผลไม้แทนขนมหวาน ร้อยละ 74.1 คุณครูให้กำลังใจเพื่อนที่เลิกดื่มน้ำหวาน น้ำอัดลม ร้อยละ 60.5 ดังแสดงในตารางที่ 14

ตารางที่ 14 จำนวนและร้อยละของเด็กนักเรียน จำแนกตามข้อมูลด้านพฤติกรรม

ข้อมูลด้านพฤติกรรม	ใช่	
	จำนวน	ร้อยละ
	(N = 81)	
ด้านพฤติกรรมของเพื่อน		
1. เพื่อนมักชวนฉัน แวะทานอาหารจานด่วน เช่น พิซซ่า แซมเบอร์เกอร์ หลังเลิกเรียน	70	86.4
2. เพื่อนมักชวนฉันดื่มน้ำอัดลม น้ำหวาน	44	54.3
3. เพื่อนชวนฉันรับประทานขนมกรุบกรอบ	23	28.4
คบเคี้ยว		
ด้านพฤติกรรมของผู้ปกครอง		
1. ผู้ปกครอง ชอบซื้อพิซซ่ามารับประทานที่บ้าน หรือ พาไปกินที่ร้าน	74	91.4
2. ผู้ปกครอง ชอบซื้อน้ำอัดลมไว้ในตู้เย็น	62	76.5
3. ผู้ปกครอง ชอบเตรียมอาหารอร่อยๆ ให้กินเสมอ	27	33.3
ด้านพฤติกรรมของครู		
1. คุณครู บอกให้ฉันออกกำลังกาย	73	90.1
2. คุณครู บอกให้ฉันรับประทานผลไม้แทนขนมหวาน	60	74.1
3. คุณครู ให้กำลังใจเพื่อนที่เลิกดื่มน้ำอัดลม	49	60.5