



สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่องการศึกษาความคิดเห็นด้านโภชนาการสำหรับเด็กของผู้ปกครองเด็กวัยอนุบาลที่มีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐาน และเกินเกณฑ์มาตรฐานมีวัตถุประสงค์ ดังนี้

1. เพื่อศึกษาความคิดเห็นของผู้ปกครองในด้านโภชนาการสำหรับเด็กของผู้ปกครองของเด็กวัยอนุบาล
2. เพื่อเปรียบเทียบความคิดเห็นของผู้ปกครองในด้านโภชนาการสำหรับเด็กของผู้ปกครองเด็กวัยอนุบาลที่มีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐาน และเกินเกณฑ์มาตรฐาน ในกรุงเทพมหานคร
3. เพื่อเปรียบเทียบการเลือกอาหารของเด็กวัยอนุบาลที่มีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐาน และเกินเกณฑ์มาตรฐาน ในกรุงเทพมหานคร

ตัวอย่างประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ ผู้ปกครองเด็กวัยอนุบาล ในกรุงเทพมหานคร จำนวน 300 คน เด็กที่มีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐาน จำนวน 36 คน และเด็กที่มีน้ำหนักเกินเกณฑ์มาตรฐาน จำนวน 36 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยมี 3 ฉบับ คือ

1. แบบสอบถามผู้ปกครองเกี่ยวกับความคิดเห็นด้านโภชนาการสำหรับเด็กของผู้ปกครองเด็กวัยอนุบาล โดยผ่านการตรวจแก้ไขจากผู้ทรงคุณวุฒิ 3 ท่าน
2. แบบสัมภาษณ์ผู้ปกครองเด็กวัยอนุบาลเกี่ยวกับความคิดเห็นด้านโภชนาการสำหรับเด็กของผู้ปกครองเด็กวัยอนุบาลที่มีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐาน และเกินเกณฑ์มาตรฐาน ซึ่งผ่านการตรวจแก้ไขจากผู้ทรงคุณวุฒิ 4 ท่าน และนำไปทดลองเพื่อดูความครอบคลุมของเนื้อหา
3. แบบการสังเกตการเลือกอาหารของเด็กวัยอนุบาลที่มีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐาน และเกินเกณฑ์มาตรฐาน ซึ่งผ่านการตรวจแก้ไขจากผู้ทรงคุณวุฒิ 4 ท่าน และนำไปทดลองเพื่อดูความครอบคลุมของเนื้อหา

ผู้วิจัยนำแบบสอบถามและแบบสัมภาษณ์ไปเก็บข้อมูลกับตัวอย่างประชากรจำนวน 381 คน และนำข้อมูลมาวิเคราะห์โดยใช้ค่าสถิติ ดังนี้

1. การแจกแจงความถี่และคำนวณร้อยละของแบบสอบถามข้อมูลพื้นฐานของผู้ปกครองเด็กวัยอนุบาล
2. การหาค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของแบบสอบถามเรื่องความคิดเห็นด้านโภชนาการสำหรับเด็กวัยอนุบาล

3. การทดสอบค่าที (t-test) ของแบบสอบถามเรื่องความคิดเห็นด้านโภชนาการสำหรับเด็กของผู้ปกครองเด็กวัยอนุบาลที่มีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐาน และเกินเกณฑ์มาตรฐาน
4. การทดสอบค่าที (t-test) ของแบบสำรวจการเลือกอาหารของเด็กวัยอนุบาลที่มีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐาน และเกินเกณฑ์มาตรฐาน

1. สรุปผลการวิจัย

ผู้วิจัยสามารถสรุปผลที่ได้จากการวิจัย ดังต่อไปนี้

1.1 ข้อมูลพื้นฐาน ผู้ปกครองเด็กวัยอนุบาลส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง มีอายุ 31-40 ปี ระดับการศึกษาของผู้ปกครองส่วนใหญ่ คือปริญญาตรี และส่วนใหญ่มีอาชีพรับจ้าง และมีความเกี่ยวข้องกับเด็ก คือ เป็นแม่ของเด็ก ส่วนเพศ อายุ และจำนวนของบุตรนั้นผู้ปกครองส่วนใหญ่จะมีบุตรชายวัย 5 ปีขึ้นไป ศึกษาอยู่ชั้นอนุบาล 3 และเป็นบุตรคนที่ 1 ในจำนวน 2 คนของครอบครัว และอาศัยอยู่กับพ่อแม่ของตนเอง

1.2 การศึกษาความคิดเห็นของผู้ปกครองในด้านโภชนาการเกี่ยวกับข้อควรปฏิบัติในด้านประเภทและปริมาณของอาหารที่เด็กควรได้รับ และข้อที่ไม่ควรปฏิบัติในด้านประเภทและปริมาณของอาหารที่เด็กควรได้รับ ผู้ปกครองส่วนใหญ่เห็นด้วย และไม่เห็นด้วยตามลำดับ ซึ่งสอดคล้องกับการปฏิบัติที่ดีเกี่ยวกับข้อควรปฏิบัติในด้านประเภทและปริมาณของอาหารที่เด็กควรได้รับ

ส่วนความคิดเห็นของผู้ปกครองในด้านความเชื่อที่ไม่ถูกต้องเกี่ยวกับอาหารของเด็กนั้น ผู้ปกครองส่วนใหญ่ไม่เห็นด้วย ซึ่งสอดคล้องกับการปฏิบัติที่ดีด้านโภชนาการของเด็ก ความคิดเห็นเกี่ยวกับลักษณะทางด้านร่างกายของเด็กที่มีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐานและเกินเกณฑ์มาตรฐานอยู่ในระดับไม่เห็นด้วย สอดคล้องกับพัฒนาการที่ถูกต้องของเด็ก

ความคิดเห็นเรื่องการเลือกซื้อและประกอบอาหารที่เหมาะสมอยู่ในระดับเห็นด้วยอย่างยิ่ง และข้อไม่ควรปฏิบัติในด้านนี้อยู่ในระดับไม่เห็นด้วย ซึ่งสอดคล้องกับจำนวนผู้ปกครองส่วนใหญ่ที่ปฏิบัติตนเหมาะสมในการเลือกซื้อและการประกอบอาหารสำหรับเด็ก

ในด้านการปฏิบัติตัวเป็นแบบอย่างการรับประทานอาหารผู้ปกครองปฏิบัติทุกครั้ง ส่วนสิ่งที่ไม่ควรปฏิบัติเป็นแบบอย่างการรับประทานอาหารให้กับเด็กอยู่ในระดับนาน ๆ ครั้ง บ่อยครั้งที่ผู้ปกครองสอนเกี่ยวกับเกี่ยวกับโภชนาการและการรับประทานอาหารให้กับเด็ก

1.3 การเปรียบเทียบความคิดเห็นด้านโภชนาการสำหรับเด็กของผู้ปกครองเด็กวัยอนุบาลที่มีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐานและเกินเกณฑ์มาตรฐานในด้านความคิดเห็นของผู้ปกครอง การปฏิบัติตัวของผู้ปกครอง และองค์ประกอบอื่น ๆ ที่มีผลต่อการปฏิบัติตัวของผู้ปกครองเด็กวัยอนุบาลจากแบบสอบถามไม่แตกต่างกัน

1.4 การเปรียบเทียบการเลือกอาหารคาวและอาหารหวานของเด็กวัยอนุบาลที่มีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐานและเกินเกณฑ์มาตรฐานแตกต่างกันที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนความพึงพอใจในการเลือกผลไม้ของเด็กวัยอนุบาลที่มีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐานและเกินเกณฑ์มาตรฐานไม่แตกต่างกันที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

1.5 การสัมภาษณ์ผู้ปกครองเด็กวัยอนุบาลเกี่ยวกับความคิดเห็นด้านโภชนาการสำหรับเด็กของผู้ปกครองเด็กวัยอนุบาลที่มีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐาน และเกินเกณฑ์มาตรฐาน สรุปได้ดังนี้

1.5.1 ผู้ปกครองเด็กอนุบาลที่มีน้ำหนักเกินเกณฑ์มาตรฐาน ผู้ปกครองส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง มีอาชีพ แม่บ้าน ซึ่งส่วนใหญ่มีความเกี่ยวข้องกับเด็ก คือเป็นมารดา ส่วนสถานภาพของผู้ปกครองโดยรวมจะอยู่ด้วยกัน ซึ่งเด็กที่อยู่ในความดูแลนั้น มีอายุ 3 ปี เด็กส่วนใหญ่เป็นเพศชาย ซึ่งกำลังศึกษาในชั้นอนุบาล 1 และส่วนใหญ่จะเป็นลูกคนเดียว เด็กมีน้ำหนัก 25-30 กิโลกรัม และส่วนใหญ่สูงประมาณ 118-125 เซนติเมตร เด็กที่มีน้ำหนักเกินเกณฑ์มาตรฐาน รับประทานอาหารทุกอย่างที่แม่จัดให้เมื่อโตขึ้นส่วนใหญ่จะรับประทานอาหารง่ายโดยที่ผู้ปกครองไม่ต้องบังคับและเด็กรับประทานอาหารในปริมาณที่มาก

หลักในการจัดอาหารให้ลูกนั้นส่วนใหญ่จะจัดอาหารตามที่ถูกชอบ อาหารที่จัดให้ลูกรับประทานนั้นส่วนใหญ่จะเป็นอาหารจานเดียวและประกอบง่าย ๆ ส่วนอาหารที่ไม่ให้ลูกรับประทาน คือ อาหารหมักดอง ในการจัดอาหารให้ลูกนั้น ลูกพอใจกับอาหารที่ผู้ปกครองจัดให้ทุกมื้อ การรับประทานอาหารนั้น ลูกรับประทานอาหารในปริมาณที่มากเกินความต้องการของร่างกาย ลูกรับประทานอาหารได้ครบ 5 หมู่ จะเน้นหนักพวกแป้ง และน้ำตาล ถ้าลูกทานแป้งและน้ำตาลในปริมาณมากก็จะให้ลูกเปลี่ยนไปรับประทานพวกผลไม้แทน แต่บางมื้อลูกก็ไม่ยอม

องค์ประกอบที่มีผลในการรับประทานอาหารของลูก คือ ตัวลูกเองที่รับประทานอาหารในปริมาณที่มากเกินความต้องการของร่างกาย และทำให้ลูกอ้วน ตอนนี้อยู่ที่ผู้ปกครองส่วนใหญ่อยากให้ลูกผอม เพราะคิดว่าลูกอ้วนแล้วเป็นปัญหาในการทำกิจกรรมต่าง ๆ

ส่วนวิธีการสอนลูกเกี่ยวกับการเลือกอาหาร และหลีกเลี่ยงอาหารที่ไม่มีประโยชน์นั้น จะพาลูกไปซื้อของกับแม่ และสอนลูกในขณะที่นั้น และถ้าลูกเลือกอาหารที่ไม่เหมาะสมก็จะบอกถึงโทษของอาหารนั้น ๆ และให้ลูกเปลี่ยนอาหารใหม่ ส่วนนิสัยการกินนั้น ผู้ปกครองส่วนใหญ่จะรับประทานอาหารในปริมาณที่มาก ส่วนมารยาทในการรับประทานอาหารผู้ปกครองบางคนจะสอนลูกขณะรับประทานอาหาร

การเป็นแบบอย่างสำหรับลูกนั้น ส่วนใหญ่ผู้ปกครองจะเป็นแบบอย่างในเรื่องการรับประทานและการเลือกอาหารรับประทาน ส่วนสิ่งที่เป็นกังวลมากที่สุดเกี่ยวกับตัวลูกคือ ปริมาณอาหารที่ลูกรับประทาน และ การรับประทานอาหารที่เกินความจำเป็นของร่างกาย

วิธีการแก้ปัญหา คือ จัดอาหารให้เหมาะสมกับปริมาณที่ร่างกายต้องการ รายการอาหารที่รับประทานเป็นประจำ คือ ข้าวมันไก่ ข้าวหมู KFC แมคโดนัลด์ ข้าวไข่เจียว

1.5.2 ส่วนผู้ปกครองเด็กอนุบาลที่มีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐานนั้น

ผู้ปกครองส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง มีอาชีพ แม่บ้าน ซึ่งส่วนใหญ่มีความเกี่ยวข้องกับเด็ก คือเป็น มารดา ส่วนสถานภาพของผู้ปกครองโดยรวมจะอยู่ด้วยกัน ซึ่งเด็กที่อยู่ในความดูแลนั้น มีอายุ 3 ปี เด็กส่วนใหญ่เป็นเพศชาย ซึ่งกำลังศึกษาในชั้นอนุบาล 1 และส่วนใหญ่จะเป็นลูกคนเดียว เด็กมีน้ำหนัก 14 - 19 กิโลกรัม และส่วนใหญ่สูงประมาณ 115 - 119 เซนติเมตร การรับประทาน อาหารของเด็กที่มีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐานนั้น ตอนแรกเกิดเด็กจะรับประทานนมกระป๋อง แต่จะทานได้น้อย เด็กจะไม่ค่อยสบายป่วย และไม่ชอบทานข้าว เด็กส่วนใหญ่จะรับประทาน อาหารแต่ละชนิดยาก และรับประทานได้ในปริมาณที่น้อย ซึ่งต้องบังคับให้ลูกรับประทานเกือบทุก มื้อ

หลักในการจัดอาหารให้ลูกนั้นจะเน้นอาหารหลัก 5 หมู่ สาเหตุที่ให้ลูกรับประทาน อาหารชนิดนั้น เพราะเป็นอาหารที่มีประโยชน์สะดวกในการจัดหา และซื้อมาทำเองที่บ้าน อาหาร ที่ไม่ให้ลูกรับประทาน คือ ของกรุบกรอบ อาหารทอด น้ำอัดลม และอาหารหมักดอง อาหารที่จัดให้ ลูกนั้นบางครั้งลูกพอใจกับอาหารที่จัดให้และต้องบังคับให้รับประทาน ลูกรับประทานอาหารได้ น้อยมากและรับประทานอาหารไม่ครบ 5 หมู่ วิธีการแก้ปัญหา คือส่วนใหญ่จะเปลี่ยนอาหารให้ลูก รับประทาน

องค์ประกอบที่มีผลต่อการรับประทานอาหารของลูกคือ ตัวลูกเอง เพราะลูกไม่ ค่อยรับประทานอาหาร และแม่ไม่ค่อยมีเวลาในการทำอาหารให้กับลูก ผู้ปกครองเด็กที่มีน้ำหนัก ต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐานต้องการให้ลูกอ้วนขึ้นมา แต่ไม่มาก เพราะจะได้ไม่เหน็ดเหนื่อย และทำ กิจกรรมได้อย่างดี ความผอมของเด็กมีผลทั้งในระยะสั้น และระยะยาว

วิธีการสอนในเรื่องการเลือกอาหารและอาหารที่ควรหลีกเลี่ยงนั้น จะสอนลูกโดย ใช้หนังสือนิทานที่มีเนื้อหาเกี่ยวกับการเลือกอาหาร และโทษของอาหาร ส่วนนิสัยการกินนั้น หัด ให้ลูกทำอาหารเองลูกจะได้ทานอาหารที่ตนเองทำ มารยาทในการกินนั้นไม่ค่อยมีปัญหาเพราะลูก จะรับประทานอาหารช้า ซึ่งจะสอนขณะรับประทานทานอาหารด้วย เรื่องที่เป็นแบบอย่างให้กับลูก นั้น คือเรื่องการเลือกอาหาร และการบริโภคอาหาร ส่วนสิ่งที่เป็นกังวลมากที่สุดเกี่ยวกับตัวลูก คือ ปริมาณอาหารที่ลูกรับประทาน วิธีการแก้ปัญหาคือ ให้ลูกเลือกรับประทานอาหารเอง และ ผู้ปกครองคอยดูอาหารที่ลูกเลือกว่าเหมาะสมหรือไม่ ส่วนรายการอาหารที่จัดให้ลูกรับประทานใน 1 สัปดาห์ ได้แก่ แกงจืด ผัดผัก ปลาหนึ่ง หมูทอด หมูปิ้ง หมูหยอง

2 อภิปรายผลการวิจัย

จากผลการวิจัยดังกล่าวสามารถอภิปรายผลได้ดังนี้

2.1 ผลการศึกษาความคิดเห็นด้านโภชนาการสำหรับเด็กของผู้ปกครองเด็กวัยอนุบาลที่มีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐาน และเกินเกณฑ์มาตรฐานในด้านการเลือกอาหารของผู้ปกครอง การปฏิบัติตัวของผู้ปกครอง และองค์ประกอบอื่น ๆ ที่มีผลต่อการปฏิบัติตัวของผู้ปกครองเด็กวัยอนุบาลพบว่าข้อมูลจากแบบสอบถามไม่แตกต่างกันกล่าวคือผู้ปกครองส่วนใหญ่มีความรู้ความเข้าใจและตระหนักเกี่ยวกับการเลือกอาหารให้กับลูก ปัจจุบันกระทรวงสาธารณสุขก็มีการณรงค์ และให้ความรู้แก่ประชาชนและผู้ปกครองของเด็กวัยอนุบาลซึ่งจะเห็นได้จากการที่ทางกระทรวงสาธารณสุขได้เผยแพร่หนังสือ วารสารเกี่ยวกับโภชนาการและการเลี้ยงลูกต่าง ๆ มากมาย จึงทำให้ผู้ปกครองเด็กที่มีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐานและเกินเกณฑ์มาตรฐานมีความตระหนักในเรื่องโภชนาการมากขึ้น แต่ในขณะที่เดียวกันความเชื่อในเรื่องของอาหารนั้นบางครั้งผู้ปกครองยังมีความเชื่อที่ผิด และยังปฏิบัติตามความเชื่อที่ตนได้รับมาจากรุ่นก่อน ๆ เช่น อาหารที่จัดให้เด็กควร จะเน้นเนื้อ นม ไข่มากที่สุด ซึ่งในความเป็นจริงแล้วเด็กควรจะได้รับอาหารครบทั้ง 5 หมู่ ดังที่พนมพร ศิริภาพ (2537) กล่าวว่า ความต้องการอาหารของเด็กวัยอนุบาลว่า อาหารเป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่งในการสร้างความเจริญเติบโต และส่งเสริมให้มีพัฒนาการในด้านต่าง ๆ อย่างปกติ อาหารแต่ละชนิดมีคุณค่าทางโภชนาการแตกต่างกัน ดังนั้นเราจึงจำเป็นที่จะต้องรับประทานอาหารให้ครบ 5 หมู่

2.2 ข้อมูลจากแบบสอบถาม ในเรื่องการปฏิบัติตัวของผู้ปกครอง ในด้านการเป็นแบบอย่างและการสอนเกี่ยวกับโภชนาการโดยรวมอยู่ในระดับปฏิบัติอย่างเหมาะสมในการเลือกซื้อและประกอบอาหาร การปฏิบัติตนเป็นแบบอย่างเกี่ยวกับการสอนและโภชนาการแต่เมื่อพิจารณาจากการสัมภาษณ์ พบว่าผู้ปกครองของเด็กที่มีน้ำหนักเกินเกณฑ์มาตรฐานจัดอาหารที่มีไขมันอยู่ในปริมาณสูง เช่น ข้าวมันไก่ ข้าวขาหมู ไก่ทอด และแฮมเบอร์เกอร์ให้เด็กรับประทาน ส่วนหนึ่งเพราะเด็กชอบรสชาติของอาหารเหล่านั้น ในขณะที่ผู้ปกครองเด็กที่มีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐาน จัดอาหารประเภทต้มและนึ่ง เช่น แกงจืด ปลาึ่ง หมูหยอง โดยสังเกตได้ว่าผู้ปกครองของเด็กกลุ่มนี้มีค่านึงถึงคุณค่าของสารอาหารมากกว่ารสชาติของอาหารอันอาจมีผลต่อความอยากอาหารของเด็กได้และการให้เด็กรับประทานอาหารเหล่านี้เป็นประจำอาจเป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้เด็กทั้งสองกลุ่มมีน้ำหนักไม่เป็นไปตามเกณฑ์มาตรฐาน นอกจากนี้ผู้ปกครองของเด็กที่มีน้ำหนักต่ำกว่ามาตรฐานบางส่วน ใช้วิธีบังคับให้ลูกรับประทานอาหารให้หมด ซึ่ง

ขัดแย้งกับ สุขศรี บุรณะกนิษฐ (2530) ที่กล่าวว่า การจัดการให้เด็กรับประทานนั้น ผู้ปกครองอย่าบังคับให้เด็กรับประทาน

เมื่อพิจารณาอาหารที่ผู้ปกครองไม่ให้ลูกรับประทาน ผู้ปกครองของเด็กที่มีน้ำหนักเกินเกณฑ์มาตรฐานไม่ให้ลูกรับประทานของกรอบกรอบ ของทอด น้ำอัดลมและอาหารหมักดอง เห็นได้ว่า ผู้ปกครองของเด็กที่มีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐานมีอาหารที่จำกัดไม่ให้เด็กรับประทานมากกว่า ในขณะที่ผู้ปกครองของเด็กที่มีน้ำหนักเกินเกณฑ์จำกัดประเภทอาหารที่ไม่ให้เด็กรับประทานน้อยมาก เป็นข้อสังเกตว่า อาจสะท้อนถึงความเชื่อและการปฏิบัติของผู้ปกครองที่แตกต่างกัน

2.3 ผลจากแบบสอบถามพบว่าผู้ปกครองเห็นด้วยว่าสภาพสังคมปัจจุบันทำให้ไม่สามารถประกอบอาหารให้กับลูกถึงแม้การซื้ออาหารสดมาประกอบอาหารจะไม่ใช่เรื่องยาก และยังเห็นด้วยว่าร้านอาหารสะอาด ถูกหลักอนามัยเป็นสิ่งที่ทำให้ผู้ปกครองไปรับประทานบ่อย ๆ สอดคล้องกับข้อมูลจากการสัมภาษณ์ที่ผู้ปกครองระบุว่าไม่ค่อยมีเวลาทำอาหารให้กับลูก ดังนั้นผู้ปกครองส่วนใหญ่ซึ่งยังเน้นอาหารประเภทโปรตีนว่าเป็นอาหารจำเป็นที่สุดสำหรับเด็ก ประกอบกับร้านอาหารที่มีหลากหลายสาขาและมีลักษณะถูกสุขอนามัยในด้านความสะอาดแต่อาหารอาจขาดคุณภาพด้านโภชนาการจึงอาจเป็นอีกปัจจัยหนึ่งที่ส่งผลต่อน้ำหนักและการเจริญเติบโตของเด็ก

2.4 จากการสัมภาษณ์ผู้ปกครองพบว่าเด็กที่มีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐานรับประทานอาหารยากและรับประทานได้ในปริมาณน้อยตั้งแต่วัยทารก ในขณะที่เด็กที่มีน้ำหนักเกินเกณฑ์มาตรฐานรับประทานอาหารได้หลากหลายประเภทและทานได้ในปริมาณมาก ความแตกต่างของเด็กสองกลุ่มนี้อาจมีสาเหตุจากพื้นอารมณ์ (temperament) ของเด็กที่แตกต่างกัน ดังงานวิจัยของ Thomas และ Chess (อ้างถึงใน Oliver : 2002) ซึ่งแบ่งพื้นอารมณ์ของเด็กเป็น 3 ประเภท คือ เด็กเลี้ยงง่าย (easy or flexible children) เป็นเด็กที่ปรับตัวเข้ากับสิ่งต่างๆ ได้ง่าย ไม่หงุดหงิดง่ายมีตารางการรับประทานอาหารและการนอนหลับที่คาดเดาได้ อารมณ์ดี ในขณะที่เด็กเลี้ยงยาก (difficult or feisty children) มีลักษณะหงุดหงิดง่าย ตารางการหลับนอนและการรับประทานอาหารไม่สม่ำเสมอ และไม่ชอบการเปลี่ยนแปลงหรือสิ่งใหม่เช่นเดียวกับเด็กที่ต้องการเวลาในการปรับตัว (slow to warm up or cautious children) พื้นนิสัยนี้มีมาโดยกำเนิด และเป็นองค์ประกอบที่ส่งผลต่อการปฏิบัติตนของผู้ปกครองกับเด็ก เช่น เด็กเลี้ยงยากที่ปฏิเสธอาหารใหม่ ๆ เสมออาจทำให้ผู้ปกครองไม่กล้าที่จะเสนออาหารที่หลากหลายให้กับเด็กหรือเด็กเลี้ยงง่ายเมื่อผู้ปกครองนำอาหารใหม่ ๆ มาให้เด็กรับประทาน เด็กจะรับประทานอาหารได้ง่ายโดยที่ผู้ปกครองไม่ต้องบังคับทำให้ผู้ปกครองเสนออาหารที่หลากหลายให้กับเด็กจนสร้างเป็นนิสัยในการรับประทานอาหารของเด็กในที่สุด

2.5 จากการสัมภาษณ์ ผู้วิจัยสังเกตเห็นว่าผู้ปกครองเด็กที่มีน้ำหนักเกินเกณฑ์มาตรฐานมากกว่าครึ่งหนึ่ง ประเมินจากสายตาได้ว่ามีน้ำหนักเกินเกณฑ์ ซึ่งสาเหตุของการมีน้ำหนักเกินเกณฑ์มาตรฐานของผู้ปกครองน่าจะมีหลากหลายประการทั้งด้านการกินอยู่และองค์ประกอบอื่นๆ หากเป็นเรื่องของการกินอยู่ก็น่าจะส่งผลต่อการเป็นแบบอย่างที่ดีของผู้ปกครอง สอดคล้องกับผลการวิจัยของ ปาหนัน บุญหลง (2523) ที่กล่าวว่า เด็กสร้างนิสัยเรื่องการรับประทานสืบต่อจากพ่อแม่ สิ่งที่พ่อแม่ชอบไม่ชอบ เด็กก็จะรับประทานหรือไม่รับประทาน อย่างนั้นแสดงเป็นนิสัยต่อมา ซึ่งจากการสังเกตการเลือกอาหารของเด็กทั้งสองกลุ่ม เห็นได้ถึงความแตกต่างของประเภทอาหารที่เด็กแต่ละกลุ่มเลือก โดยเด็กที่มีน้ำหนักเกินเกณฑ์มาตรฐานจะเลือกอาหารที่มีไขมันสูง ในขณะที่เด็กที่มีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐานจะเลือกอาหารที่ดีต่อสุขภาพมากกว่า สอดคล้องกับผลการสัมภาษณ์ของผู้ปกครองหากแต่เมื่อพิจารณาจากการตอบแบบสอบถามไม่พบความแตกต่างของความเชื่อและการปฏิบัติกับพ่อแม่ของเด็กที่มีน้ำหนักต่ำกว่ามาตรฐานทั้งนี้อาจเป็นตัวบ่งชี้ว่าลักษณะคำถามของแบบสอบถามอาจไม่ครอบคลุมพอ จึงทำให้การปฏิบัติบางอย่างของผู้ปกครองทั้งสองกลุ่มที่น่าจะแตกต่างกันกลับมีผลที่ไม่แตกต่างกัน อย่างไรก็ตาม สาเหตุของความอ้วน นอกจากมีผลจากลักษณะการรับประทานอาหารแล้วยังมีองค์ประกอบด้านพันธุกรรมเข้ามาเกี่ยวข้องด้วย

3 ข้อเสนอแนะ

จากการวิจัยเรื่องการศึกษาเปรียบเทียบความคิดเห็นด้านโภชนาการสำหรับเด็กของผู้ปกครองเด็กวัยอนุบาลที่มีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐานและเกินเกณฑ์มาตรฐานในกรุงเทพมหานคร ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะ ดังนี้

3.1 ข้อเสนอแนะสำหรับครู ทางโรงเรียนมีส่วนสำคัญในการดูแลเด็กในเรื่องโภชนาการเพราะเด็กต้องรับประทานอาหารที่โรงเรียนทุกวัน ดังนั้นโรงเรียนควรมอบหมายและส่งเสริมให้ความรู้เกี่ยวกับผู้ปกครองเกี่ยวกับเทคนิควิธีการในการสอนและการปฏิบัติเกี่ยวกับโภชนาการให้กับเด็กเพื่อที่เด็กจะได้รับประทานอาหารที่ดีและมีสุขภาพที่ดี

3.2 ข้อเสนอแนะสำหรับรัฐบาลเป็นที่ทราบกันอยู่แล้วว่าปัจจุบันนี้ผู้ปกครองส่วนใหญ่ไม่ค่อยมีเวลาในการจัดอาหารให้กับเด็ก ส่วนใหญ่จะซื้ออาหารสำเร็จให้เด็กรับประทาน ดังนั้นรัฐบาลควรจะดูแลให้ร้านค้าต่าง ๆ มีมาตรฐาน คำนึงถึงความสะอาด ปลอดภัย และถูกต้องตามหลักโภชนาการ เพื่อที่เด็กที่รับประทานอาหารนั้นจะได้มีภาวะโภชนาการที่ดี และทำให้ไม่เป็นปัญหาของประเทศชาติ

3.3 ผู้บริหารของโรงเรียนควรมีมาตรการที่ป้องกันการขายของบริเวณโรงเรียน

และตรวจสอบร้านอาหารที่มาขายของบริเวณโรงเรียน

4. ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

4.1 ควรมีการวิจัยเกี่ยวกับการเปรียบเทียบการเลือกอาหารของเด็กวัยอนุบาลในโรงเรียนอนุบาลสังกัดสำนักงานการศึกษาเอกชนในแต่ละเขตการศึกษา ในกรุงเทพมหานคร เพื่อที่จะได้นำข้อมูลที่ได้มาปรับปรุงและแก้ไขเกี่ยวกับภาวะโภชนาการของเด็ก

4.2 ควรทำแบบสอบถามเกี่ยวกับความคิดเห็นในด้านโภชนาการให้กับผู้ประกอบการร้านค้าต่าง ๆ จะได้ทราบถึงความคิดเห็นในอีกแง่มุมหนึ่งจากผู้ที่ปฏิบัติหน้าที่ในด้านนี้โดยตรง