

# โรคขาดอาหารระบาด

## นักวิชาการเผยเด็กไทยมีปัญหา'เกิน-ขาด'สารอาหาร (อ่านต่อหน้า 12)

### ต่อจากหน้า 1

## โรคขาดอาหาร

กรณีผลการวิจัยของมหาวิทยาลัยคอร์เนลล์ สหรัฐอเมริกา พบแนวโน้มการบริโภคอาหารทั่วโลก มีแนวโน้มไปในทิศทางแย่ อาจถึงระดับวิกฤต ทั่วโลกมีคนขาดสารอาหารเกือบ 2,000 ล้านคน ส่วนภาวะขาดสารอาหารของคนไทย เป็นเพราะอยากผอมอยากสวย มีแนวโน้มที่เพิ่มขึ้นในกลุ่มวัยรุ่นและนักเรียนนั้น

เมื่อวันที่ 30 ธันวาคม นายสมพงษ์ จิตระดับ ผู้อำนวยการศูนย์วิชาการและเครือข่ายวิชาการด้านเด็ก เยาวชน และครอบครัว คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย และที่ปรึกษาคณะกรรมการบริหารกองทุนเพื่อความเสมอภาคทางการศึกษา (กสศ.) เปิดเผยว่า เด็กไทยมีความเหลื่อมล้ำทางด้านอาหารทั้งที่เป็น 1 ใน 7 ประเทศของโลกที่ข้าวปลาดูมสมบูรณ์ เป็นประเทศอยู่ข้าวอู่น้ำ แต่กลับมีเด็กส่วนหนึ่งที่มีปัญหาขาดสารอาหาร มีทั้งเด็กที่ขาดและเกินทางด้านอาหารซึ่งตกลงมาก โดยเด็กในเมืองจะเป็นกลุ่มเกิน เป็นกลุ่มที่มีปัญหาอ้วน เนื่องจากกินขนมกรุบกรอบ น้ำอัดลม ลูกชิ้นปิ้งที่เป็นสิ้ๆ ซึ่งมักขายอยู่หน้าโรงเรียน แคมเล่นมือถือและไม่ออกกำลังกาย กลุ่มนี้จึงเสี่ยงต่อการเป็นโรคเอ็นซีดี หรือโรคที่ไม่ติดต่อ ซึ่งเป็นโรคที่เกิดจากนิสัยหรือพฤติกรรมดำเนินชีวิต โดยจากข้อมูล พบว่าเด็กไทยมีปัญหารอค้วนถึง 10% หรือเด็ก 10 คน จะเป็นโรคอ้วน 1 คน

นายสมพงษ์กล่าวต่อว่า ขณะที่เด็กในชนบทจะเป็นกลุ่มขาด หรือกลุ่มเด็กขาดสารอาหารหรือเด็กผอม โดยจากข้อมูลของ กสศ. พบว่าเด็กในชนบทไม่ได้กินอาหารเช้า หรือได้กินแต่แค่บางมื้อและมือเที่ยงต้องไปกินที่โรงเรียน และครูต้องกินอาหารกลางวันให้เด็กกลับไปกินมือเย็นที่บ้านด้วย โดยพบว่าเด็กกลุ่มนี้มีถึง 4-6 แสนคน และในกลุ่มดังกล่าว มีเด็กที่จนมากในระดับที่ครอบครัว

มีรายรับแค่ประมาณ 3,000 บาทต่อเดือน ส่วนการแก้นั้น ขณะนี้ กสศ.พยายามที่จะเสนอให้เพิ่มเงินอาหารกลางวันของเด็กนักเรียนจาก 20 บาท เป็น 25 บาท แต่ฝ่ายที่เกี่ยวข้องบอกว่า ไม่ได้ และสำหรับนักเรียนกลุ่มที่ยากจนในระดับวิกฤตจำนวน 4 แสนคนนั้น กำลังเสนอค่าอาหารเช้าให้ 4 บาท/คน/วัน ซึ่งส่วนตัวยังมองว่า 4 บาทไม่พอ ควรต้องเพิ่มเป็น 10 บาท/คน/วัน แต่ฝ่ายที่เกี่ยวข้องบอกว่า 10 บาท ไม่น่าเป็นไปได้ ก็เลยจะเสนอต่อรัฐบาลให้พิจารณาจัดสรรเงินค่าอาหารเช้า

แก่เด็กไทยกลุ่มที่ยากจนที่สุดซึ่งมีจำนวน 4 แสนคนนี้ จำนวน 4 บาท/คน/วัน โดยคาดว่าจะเสนอได้ในปีงบประมาณ 2563

“เราขาดองค์ความรู้เรื่องโภชนาการหรือการทานอาหารให้ได้สารอาหารครบทั้ง 5 หมู่ ที่ผ่านมารัฐบาลศึกษาสอนเรื่องอาหาร 5 หมู่ แต่ผมว่าแค่นั้นไม่เพียงพอ เราควรต้องสอนเด็กโดยหยิบยกสภาพปัญหาที่อยู่รอบตัวมาศึกษากัน ควรสอนให้เด็กตั้งคำถามว่าอาหารที่อยู่รอบโรงเรียนเป็นอาหารอะไรบ้าง มีประโยชน์หรือไม่ อย่างไร โดยเฉพาะอาหารประเภทขนมกรุบกรอบ น้ำอัดลม และลูกชิ้นเสียบไม้ที่เป็นสิ้ๆ ที่ขายอยู่หน้าโรงเรียน ซึ่งเป็นบ่อเกิดของโรคมะเร็ง เราไม่ค่อยตระหนักนักว่าอาหารเหล่านี้เป็นภัยต่อเด็ก นั่นเพราะเราขาดองค์ความรู้ในเรื่องหลักโภชนาการ ถึงได้เกิดปัญหาทั้งขาดและเกิน ปัญหาอาหารเกินไปอยู่ในกลุ่มเด็กในเมือง ส่วนปัญหาขาดอาหาร ก็ไปอยู่ในเด็กชนบทที่ครอบครัวยากจนเสียจนไม่มีอะไรจะกินแม้แต่อาหารมือเช้า ซึ่งอาหารเช้างี้อาจมีความสำคัญมากต่อพัฒนาการของเด็ก โดยเฉพาะการเรียนหนังสือ ถ้าเด็กกินไม่อิ่ม ก็เรียนหนังสือไม่รู้เรื่องแล้ว” นายสมพงษ์กล่าว