

เด็กดูทีวีนานเสี่ยงเป็นโรคอ้วนสูง

วัยเด็กหากดูโทรทัศน์มากเกินไปมีความเสี่ยงเกิดภาวะน้ำหนักมาก และเกิดภาวะโรคอ้วนได้ในเวลาต่อมา ผู้ปกครองควรดูแลอย่างใกล้ชิด



ทีมนักวิจัยจากมหาวิทยาลัยเวอร์จิเนีย นำโดยนายแพทย์มาร์ค เดอบัวร์ แพทย์กุมารเวชศาสตร์ เผยแพร่ผลการสำรวจวิจัยในเด็กระดับอนุบาล ต่อเนื่องไปจนถึงวัยเรียนในสหรัฐอเมริกา 12,650 คน พบการเชื่อมโยงระหว่างปริมาณการดูโทรทัศน์ของเด็กกับความเสี่ยงที่จะเกิดภาวะน้ำหนักมากเกินไป และภาวะโรคอ้วนในเวลาต่อมา

ทีมวิจัยพบว่าเด็กๆ ในวัยอนุบาลที่ดูโทรทัศน์ต่อวันเกินกว่า 1 ชั่วโมงขึ้นไป มีโอกาสที่จะมีภาวะน้ำหนักมากเกินไป (โอเวอร์เวท-คือเด็กที่มีดัชนีมวลกายระหว่าง 25-30 กิโลกรัมต่อตารางเมตร) สูงกว่าเด็กในวัยเดียวกันที่ดูโทรทัศน์น้อยกว่าถึง 52 เปอร์เซ็นต์ นอกจากนี้ยังพบว่าเด็กที่ใช้เวลาดูโทรทัศน์อย่างน้อย 1 ชั่วโมงต่อวัน เสี่ยงต่อการเป็นโรคอ้วน (เด็กที่มีดัชนีมวลกายสูงเกิน 30 กิโลกรัมต่อตารางเมตรขึ้นไป) มากถึง 70 เปอร์เซ็นต์ เมื่อเทียบกับเด็กวัยเดียวกันที่ดูโทรทัศน์น้อยกว่า

การศึกษาดังกล่าวเริ่มต้นด้วยเด็กๆ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง 12,650 คน ในปี 2011 ซึ่งต่อมาเข้ารับการศึกษาในระบบโรงเรียนของทางการในสหรัฐอเมริกา โดยทีมวิจัยวัดส่วนสูงและน้ำหนักของแต่ละคนไว้เพื่อใช้คำนวณหาดัชนีมวลกาย โดยสอบถามผู้ปกครองถึงปริมาณการดูโทรทัศน์ของเด็กแต่

ละคนกำกับไว้ด้วย ทำให้พบข้อมูลที่น่าทึ่งดังกล่าว หลังจากเด็กกลุ่มนี้เข้าเรียน 1 ปี ทีมวิจัยวัดส่วนสูงและน้ำหนักใหม่อีกครั้ง รวมทั้งขอข้อมูลการดูโทรทัศน์ของเด็กใหม่จากพ่อแม่ จำนวนของเด็กกลุ่มตัวอย่างลดลงเหลือ 10,853 คน ทีมวิจัยพบข้อมูลที่สอดคล้องกับข้อมูลที่ได้จากการสำรวจครั้งก่อน กล่าวคือ เมื่อเทียบกับเด็กที่ดูโทรทัศน์น้อยกว่าแล้ว เด็กที่ดูโทรทัศน์เกิน 1 ชั่วโมง มีโอกาสที่จะเกิดภาวะน้ำหนักเกิน 39 เปอร์เซ็นต์ และมีโอกาสที่จะเป็นโรคอ้วนถึง 86 เปอร์เซ็นต์ ในช่วงระยะเวลาระหว่างวัยอนุบาลกับวัยเรียนเกรด 1

เด็กในสหรัฐอเมริกาดูโทรทัศน์เฉลี่ย 3.3 ชั่วโมงต่อวัน ในขณะที่สถาบันกุมารเวชศาสตร์อเมริกันให้คำแนะนำต่อผู้ปกครองว่าเด็กควรดูโทรทัศน์ไม่เกิน 2 ชั่วโมงต่อวัน นายแพทย์เดอบัวร์เตรียมนำเสนอผลการวิจัยครั้งนี้ต่อสถาบันกุมารเวชศาสตร์อเมริกัน เพื่อปรับเปลี่ยนคำแนะนำต่อไป

ที่มา: หนังสือพิมพ์มติชน
ภาพประกอบจากอินเทอร์เน็ต
ส่วนสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม
องค์การบริหารส่วนตำบลโนนค่า
4 กุมภาพันธ์ 2557