

สสส. เผยผลสำรวจ Report Card พบเด็กไทยมี กิจกรรมทางกายปานกลาง เหนือหนึ่งค่อนข้างสูง



สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ร่วมกับ The Active Healthy Kids Global Alliance นำเสนอผลการศึกษาโครงการสำรวจกิจกรรมทางกายสำหรับเด็กและเยาวชนไทย (Thailand Report Card on Physical Activity for Children and Youth) และแลกเปลี่ยนผลสำรวจกิจกรรมทางกายในเด็กและเยาวชนกับอีก 38 ประเทศทั่วโลก ตามกระบวนการ Global Matrix 2.0 ในการประชุมนานาชาติด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายและสุขภาพ ครั้งที่ 6 (The 6th International Congress on Physical Activity and Health 2016) หรือ ISPAH 2016 ระหว่างวันที่ 16-19 พฤศจิกายน 2559 ณ ศูนย์การประชุมแห่งชาติสิริกิติ์

โดยมี ศ.ดร. มาร์ค เทรมเบล ผู้อำนวยการศูนย์วิจัยวิถีชีวิตสุขภาพและโรคอ้วน ดร.นพ.ไพโรจน์ เสาน่วม ผู้อำนวยการสำนักส่งเสริมวิถีชีวิตสุขภาพ สสส. และ ผศ.ดร. เกษม นครเขตต์ ผู้อำนวยการศูนย์วิจัยกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ พร้อมด้วย นพ.ณัฐพร วงษ์ศุทธิภากร รองอธิบดี กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข และ นายสนธิ แยมเกษร ที่ปรึกษาด้านนโยบายและแผน สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ ร่วมแถลงข่าว

ดร.นพ.ไพโรจน์ เสาน่วม ผู้อำนวยการสำนักส่งเสริมวิถีชีวิตสุขภาพ สสส. กล่าวว่า การมีกิจกรรมทางกายอย่างเพียงพอจำเป็นต่อประชากรทุกกลุ่มวัย โดยเฉพาะวัยเด็กอายุตั้งแต่ 6-17 ปีที่กำลังมีพัฒนาทางร่างกายพร้อมๆ กับพัฒนาการทางสมอง ที่ผ่านมาพบว่าเด็กไทยยังขาดการมีกิจกรรมทางกายอย่างเพียงพอต่อสุขภาพ และมีพฤติกรรมเนือยนิ่ง (Sedentary) คือการนั่งนิ่งอยู่กับที่ถึงวันละ 13 ชั่วโมง 35 นาที ในขณะที่มีกิจกรรมทางกายในระดับปานกลางถึงหนักตามข้อเสนอระดับสากลไม่ถึงวันละ 60 นาที เป็นสาเหตุหนึ่งของการเกิดภาวะอ้วนในเด็กที่มีแนวโน้มเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง ซึ่งผลการศึกษาโครงการสำรวจกิจกรรมทางกายสำหรับเด็กและเยาวชนไทย หรือ Report Card ที่มีการเผยแพร่เป็นครั้งแรก ในการประชุม ISPAH 2016 เป็นโอกาสสำคัญที่ไทยจะนำผลการสำรวจและข้อเปรียบเทียบนี้มาใช้เพื่อขับเคลื่อนนโยบายและยุทธศาสตร์เพื่อการส่งเสริมกิจกรรมทางกายอย่างเพียงพอต่อการมีสุขภาพสำหรับเด็กและเยาวชนไทยต่อไป

“สสส. โดยแผนกิจกรรมทางกาย มียุทธศาสตร์การทำงานที่สำคัญคือ ผลักดันให้คนไทยมีกิจกรรม ทางกายที่เพียงพอ โดยตั้งเป้าภายในปี 2564 คนไทยอายุ 11 ปีขึ้นไป ควรมีกิจกรรมทางกายอย่างเพียงพอไม่น้อยกว่าร้อยละ 80 ของประชากรในช่วงวัยนี้ และภายในปี 2562 ลดจำนวนผู้มีภาวะน้ำหนักตัวเกิน และโรคอ้วนในเด็กให้น้อยกว่าร้อยละ

ละ 10 โดยมุ่งส่งเสริมให้มีปัจจัยด้านสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการมีกิจกรรมทางกายที่เหมาะสมสำหรับประชาชนทุกช่วงวัย รวมถึงพัฒนางานวิชาการ งานวิจัยด้านกิจกรรมทางกายสู่เวทีนานาชาติ” ผอ.สำนักส่งเสริมวิถีชีวิตสุขภาวะ สสส. กล่าว

ศ.ดร. มาร์ค เทรมเบล ผู้อำนวยการศูนย์วิจัยวิถีชีวิตสุขภาพและโรคอ้วน ผู้ริเริ่มโครงการ Report Card จากประเทศแคนาดา กล่าวว่า ปัญหาการขาดกิจกรรมทางกายไม่ได้เกิดเฉพาะแต่ในประเทศไทยเท่านั้น แต่เป็นปัญหาของทั้งโลก นำมาสู่การคิดริเริ่มกระบวนการสำรวจและสังเคราะห์ข้อมูลสถานการณ์การมีกิจกรรมทางกาย ภายใต้โครงการวิจัย Report Card ครั้งแรกที่ประเทศแคนาดา ในปี 2548 จากโครงการนี้ส่งผลให้เกิดพลังขับเคลื่อนในเชิงนโยบายเพื่อการส่งเสริมกิจกรรมทางกายสำหรับเด็กและเยาวชนในประเทศแคนาดาอย่างมาก ต่อมาโครงการวิจัย Report Card นี้ได้นำไปดำเนินการสำรวจในอีก 15 ประเทศ และร่วมนำเสนอในเวทีประชุมวิชาการนานาชาติด้านกิจกรรมทางกายเมื่อปี 2557 ที่เมืองโตรอนโต แคนาดา จากนั้นประเทศไทย โดย สสส.จึงรับโครงการนี้มาดำเนินการสำรวจในประเทศไทย และนำเข้าสู่การแลกเปลี่ยนเปรียบเทียบผลการสำรวจกับอีก 38 ประเทศทั่วโลกในการประชุมนานาชาติด้านกิจกรรมทางกาย ISPAH 2016 นี้

ด้าน ผศ.ดร. เกษม นครเขตต์ ผู้อำนวยการศูนย์วิจัยกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ โดยการสนับสนุนของ สสส. เปิดเผยถึงรายงานผลการสำรวจสถานการณ์การมีกิจกรรมทางกายในเด็กและเยาวชนไทย ปี 2559 ว่าจากการสำรวจกลุ่มตัวอย่างเด็กนักเรียนอายุ 6-17 ปี จำนวน 16,788 คน จาก 336 โรงเรียน ใน 27 จังหวัด 9 ภูมิภาคทั่วประเทศ และกรุงเทพมหานคร สรุปได้ว่า ค่าเฉลี่ยการมีกิจกรรมทางกาย ของเด็กไทยอยู่ระดับปานกลาง หรืออยู่ระดับเกรด C แต่มีพฤติกรรมเนือยนิ่งค่อนข้างสูง ซึ่งการสำรวจครั้งนี้ พิจารณาจากตัวชี้วัด 9 ด้าน โดยคณะกรรมการผู้ทรงคุณวุฒิ ประกอบด้วยผู้เชี่ยวชาญจากมหาวิทยาลัยหลักของไทยทั่วประเทศและองค์กรภาครัฐ ดังนี้ 1. ด้านการมีกิจกรรมทางกายทั่วไปในแต่ละวัน ประเมินจากการมีกิจกรรมทางกายรวมแล้วมากกว่า 60 นาทีต่อวัน ในช่วงเวลา 1 สัปดาห์ อยู่ระดับเกรด D- 2. ด้านการมีโอกาสร่วมเป็นผู้เล่นในกิจกรรมการแข่งขันกีฬา อยู่ระดับเกรด C 3. ด้านการเล่นที่ได้ออกแรง (เล่นกลางแจ้ง) อยู่ระดับเกรด F 4. ด้านพฤติกรรมเนือยนิ่ง (นั่งนิ่งเป็นเวลานาน ๆ) อยู่ระดับเกรด D- 5. ด้านการเดินทางที่ได้ใช้ร่างกาย (การเดิน ขี่จักรยาน) อยู่ระดับเกรด B 6. ด้านการสนับสนุนจากครอบครัวและเพื่อน อยู่ระดับเกรด B 7. ด้านนโยบายโรงเรียนที่สนับสนุนให้มีกิจกรรมทางกาย อยู่ระดับเกรด C 8. ด้านการสนับสนุนของชุมชนและการจัดสภาพแวดล้อมที่เอื้อให้เด็กได้เล่นกีฬา/ออกกำลังกาย อยู่ระดับเกรด C 9. ด้านยุทธศาสตร์และการลงทุนภาครัฐ เพื่อส่งเสริมกิจกรรมทางกายสำหรับเด็กและเยาวชนอยู่ระดับเกรด C

ทั้งนี้ ผลที่ได้จากโครงการสำรวจ Report Card จะเป็นฐานข้อมูลสำคัญที่สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (สพฐ.) กระทรวงศึกษาธิการ (ศธ.) กระทรวงสาธารณสุข (สธ.) กระทรวงมหาดไทย และกระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา ซึ่งร่วมเป็นภาคียุทธศาสตร์กับ สสส.มาโดยตลอด จะนำไปใช้เพื่อเป็นข้อมูลพื้นฐานในการกำหนดนโยบายและยุทธศาสตร์การส่งเสริมกิจกรรมทางกายอย่างเพียงพอสำหรับเด็กและเยาวชนไทยให้มีสุขภาพกาย สุขภาพจิต สุขภาพทางสังคม และสติปัญญา พร้อมทั้งจะเป็นผู้รับภาระในการพัฒนาสังคมและประเทศชาติในอนาคต

อย่างเต็มศักยภาพต่อไป