

ผลสำรวจชี้ 'อาหารขยะ' ทำไอคิวต่ำ

ปารีส - นักวิจัยอังกฤษอ้างผลสำรวจเด็กที่รับประทานอาหารแปรรูปเป็นประจำ อาจมีไอคิวต่ำ

นิตยสารโรคระบาดวิทยาและสุขภาพชุมชน จัดพิมพ์โดยสมาคมเวชศาสตร์อังกฤษ (บีเอ็มเอ) รายงานผลการสำรวจโดยนักวิจัยอังกฤษว่า เด็กๆ ที่รับประทานอาหารแปรรูปเป็นประจำ อาจมีระดับสติปัญญา (ไอคิว) ต่ำเล็กน้อย

นักวิจัยติดตามสังเกตสุขภาพและความเป็นอยู่ของประชากรประมาณ 14,000 คน ที่เกิดในอังกฤษตะวันตก ระหว่างปี 2534-2535 โดยตรวจสอบทุกช่วงอายุ 3 ขวบ 4 ขวบ 7 ขวบ และ 8 ขวบครึ่ง

ผู้ปกครองของเด็กๆ ได้รับการขอร้องให้ตอบแบบสอบถามเรื่องต่างๆ รวมถึงลักษณะอาหารและเครื่องดื่มที่เด็กๆ รับประทาน ซึ่งผลที่ได้แสดงถึงการบริโภค 3 รูปแบบหลัก คือ การบริโภคอาหารแปรรูปที่มีไขมันและน้ำตาลสูง การบริโภคเนื้อและผักตามปกติ และการบริโภคเพื่อสุขภาพที่เน้นผักและผลไม้

เมื่อเด็กๆ ในกลุ่มตัวอย่างอายุครบ 8 ขวบครึ่ง ก็เข้ารับการทดสอบวัดไอคิว ผลปรากฏว่า เด็กที่รับประทานอาหารแตกต่างกันมีไอคิวแตกต่างกัน โดย 20% ของเด็กที่รับประทานอาหารแปรรูป มีไอคิวเฉลี่ย 101 ขณะที่ 20% ของเด็กที่รับประทานอาหารเพื่อสุขภาพ มีไอคิวเฉลี่ย 106

นางสาวพอลลีน เอ็มเมตต์ แห่งวิทยาลัยเวชศาสตร์ชุมชนและสังคม มหาวิทยาลัยบริสตอล ผู้ร่วมวิจัย กล่าวว่า แม้ผลทดสอบไอคิวมีความแตกต่างกันเพียงเล็กน้อย แต่ก็มีผลต่อการเรียนและการใช้ชีวิตของเด็ก

ความสัมพันธ์ระหว่างไอคิวและโภชนาการเป็นประเด็นที่มีการถกเถียงอย่างมาก เนื่องจากอาจมีปัจจัยอื่นๆ เกี่ยวข้อง เช่น เศรษฐกิจ และภูมิหลังทางสังคม โดยครอบครัวชนชั้นกลางอาจกระตือรือร้นในการรับประทานอาหารเพื่อสุขภาพ หรือผลักดันให้เด็กๆ รับประทานอาหารที่มีคุณค่า ขณะที่ครอบครัวยากจนอาจทำเช่นนั้นไม่ได้