

Sajtóközlemény

2016. november 17.

GfK: trenddé alakulni látszik az egészségtudatosság

2016.11.17.

Tisza Andrea
T: +36 30 619 3361
andrea.tisza@ext.gfk.com

Tízből hatan legalább alkalmanként étkezéssel igyekeznek befolyásolni testsúlyukat

A GfK legfrissebb étkezési szokásokat kutató tanulmánya az egészségtudatosságnak a táplálkozási szokásokra vonatkozó vetületét vizsgálja. Az 1989 óta rendszeresen megjelenő elemzésből kitűnik a fogyasztói attitűdök változása, miszerint a korábban trendinek mondott egészségtudatosság valódi trenddé kezd válni. Egyre többen figyelnek – legalább alkalmanként – az ideális testsúly megtartására, illetve elérésére étkezéskor és a táplálkozási gyakorlatban is érvényre jutott a „többször keveset” elv.

Egyre több szó esik arról, hogy növekvő mértékűt Magyarországon a túlsúlyosság, amely számos egészségügyi következménnyel jár. Márpedig a túlsúly legnagyobb részét – a rendszeres testmozgás mellett - a táplálkozási szokásoktól, így – egyebek mellett – az étkezési alkalmak számától, a bevitt élelmiszerek minőségétől és mennyiségétől függ. Az alábbi ábra szemléletesen mutatja, mekkora átalakuláson ment át a magyar fogyasztóknak az **ideális testsúly elérése irányába tanúsított magatartása**:

Ön figyel arra, hogy olyan ételeket fogyasszon, amelyekkel elérheti vagy megtarthatja ideális testsúlyát? (az adatok százalékban kifejezve)

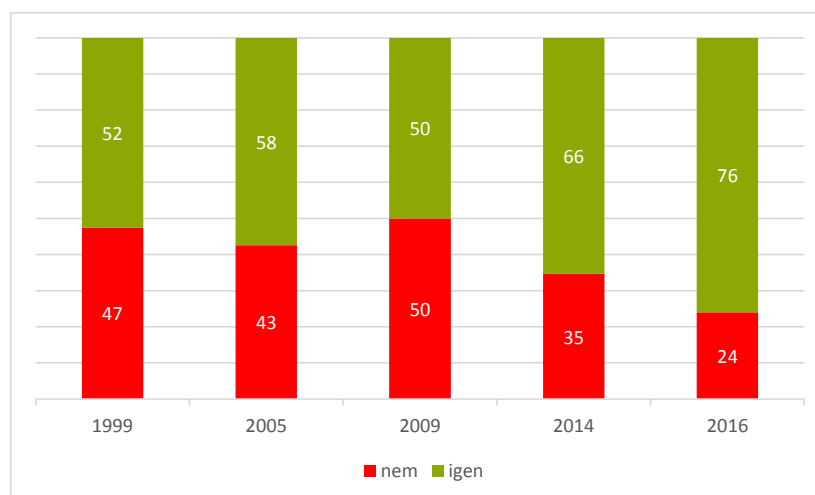


GfK Hungária
Piackutató Intézet
1077 Budapest
Wesselényi u. 16.
A épület, IV. emelet
Magyarország

Levelezési cím:
1391 Budapest 62
Pf. 220

Tel. +36 1 452 3050
Fax +36 1 320 1776
www.gfk.com
www.facebook.com/gfkhungaria

Igazgató
Kozák Ákos PhD



Forrás: Étkezési szokások, 2016

A grafikon tanúsága szerint tehát 25 év alatt megfeleződött azok aránya, akik soha nem figyelnek arra, mit esznek és ezzel elértünk oda, hogy négyből 3 magyar figyel az elfogyasztott ételek testsúlyra gyakorolt hatására.

„Úgy tűnik, mintha 25 év elteltével elindult volna egy lassú, ám biztos változás a táplálkozási szokásokban és talán a túlsúly, talán a táplálkozás által is befolyásolt megbetegedések elkerülése végett a lakosság is a tettek mezejére lépett. Köszönhető ez vélhetően az egyre erősödő egészségkommunikációnak, illetve az internethez való széleskörű hozzáférésnek” – jelzi Csillag-Vella Rita, a GfK cégvezetője. „Az adatokat elemezve azt láthatjuk, hogy az általános étkezési gyakorlatba átment a többször keveset elv, egyre többen fordulnak az egészséges élelmiszerek, így zöldség és gyümölcs, teljes értékű gabonák, halak felé, valamint bekerült a köztudatba az elégséges folyadékbevitel szükségessége” – világít rá a tendenciákra a szakember.

Az adatok azt tükrözik, hogy a táplálkozási szokásokban megjelent a többször keveset elv. Ennek az elvnek a mentén a napi étkezések száma átlagosan háromról négyre nőtt 1989 és 2016 között. A folyamat háttérében az áll, hogy emelkedett a naponta négyszer vagy többször étkezők aránya, így a 25 évvel ezelőtti helyzethez képest 28 százalékkal többen legalább alkalmanként tízóraiznak, 34 százalékkal többen pedig legalább alkalmanként uzsonnáznak.

Az egyes élelmiszerkategóriák fogyasztásában is szemmel látható változások következtek be a 2007 és 2016 között eltelt 10 éves időszakban.

Így például **mérséklődött az édességfogyasztás gyakorisága**: 18 százalékkal kevesebben esznek naponta, hetente, vagy éppen hetente többször tortákat és süteményeket, 15 százalékkal csökkent az édes kekszeket és rágcsálnivalókat ugyanilyen rendszerességgel fogyasztók aránya. A csokoládéval magukat gyakran kényeztetők aránya is 10 százalékkal mérséklődött.

Ezzel szemben a **zöldséget, gyümölcsöt és salátákat naponta fogyasztók köre bővült**: a zöldség esetében 22 százalékról 38 százalékra, a gyümölcs esetében 36-ról 46 százalékra.

A **kenyér- és péksütemény-fogyasztás** pedig eltolódni látszik a teljes kiőrlésű gabonákból készült, egykor „reform” jelzővel illetett termékek irányába. A fehér kenyeret naponta vagy hetente többször fogyasztók aránya a 2007. évi 76 százalékról 61 százalékra csökkent, mindeközben a barna kenyeret előnyben részesítők köre 34 százalékról 50 százalékra bővült. A 2007-ben rögzített 15 százalékkal szemben idén immár 29 százalék nyilatkozott úgy, hogy naponta vagy hetente többször is eszik müzlit vagy gabonapelyhet. Megváltozott az egyes kenyértípusok iránti

kereslet is azok teljes kenyérforgalomból való részesedésük változása alapján: rozskenyérből 66 százalékkal, míg teljes kiőrlésű kenyérből 94 százalékkal vásároltak többet a háztartások 2016-ban 2007-hez képest.

Ha nem is sokkal, de nőtt a **halat legalább hetente fogyasztók aránya**: míg 2007-ben a megkérdezettek 17, addig 2016-ban már 22 százaléka számolt be arról, hogy hetente legalább egyszer hal kerül az asztalra. A szárnyasokat, marhát és sertést fogyasztók arányában számottevő változás nem következett be.

Az **elégséges folyadékbevitel** fontossága is átkerülni látszik a köztudatba. Egy érdekes arányszám: míg a Magyar Ásványvíz, Gyümölcsle és Üdítőital Szövetség adatai szerint 1979-ben az egy főre jutó ásványvízfogyasztás mindösszesen 2 liter/év volt, addig 2016-ban már 126 l/év. A csapvíz-fogyasztók aránya 2007 és 2016 között 60-ról 74 százalékra, az ásványvizet naponta vagy hetente többször fogyasztók aránya pedig 70-ről 76 százalékra nőtt. Ásványvízből is előtérbe kerültek a mentes vizek, míg a szénsavas vizek fogyasztókat veszítettek.

A GfK-ról

A GfK megbízható forrásként, releváns piaci és fogyasztói információkkal segíti ügyfeleit sikeres üzleti döntéseik meghozatalában. 80 évnyi tudományos tapasztalatunk meghatározza több mint 13 000 elkötelezett szakértőnk mindennapi munkáját. Globális megoldásaink, valamint helyi piaci ismeretünkön alapuló insightjaink képezik szolgáltatásunk alapját világszerte több mint 100 országban. Innovatív technológiáink és kutatási megoldásaink alkalmazásával adatainkat insightokká alakítjuk, így biztosítva ügyfeleink számára, hogy versenyelőnyhöz jussanak, és széleskörű ismeretekkel rendelkezzenek a fogyasztó viselkedéséről és döntéseiről. További információért kérjük, látogassa meg a www.gfk.com/hu oldalt.