



RAPORT DE CERCETARE

OBICEIURILE CU RISC CRESCUT CARE AU UN IMPACT DIRECT ASUPRA CALITATII VIETII ROMANILOR

Martie 2023

 **CIPRA**
CENTRUL DE INFORMARE, PREVENIRE RISC ȘI ANALIZĂ

&

reveal
MARKETING
RESEARCH 



REZULTATE DETALIATE

The image features three long, golden-brown baguette loaves arranged horizontally on a dark, textured wooden surface. A semi-transparent blue rectangular box is overlaid on the left side of the loaves, containing the text 'CALITATEA ALIMENTAȚIEI' in a bold, yellow, sans-serif font. The loaves have a characteristic crust with several diagonal slashes along their length. The background wood shows natural grain and some dark spots, suggesting a rustic or artisanal setting.

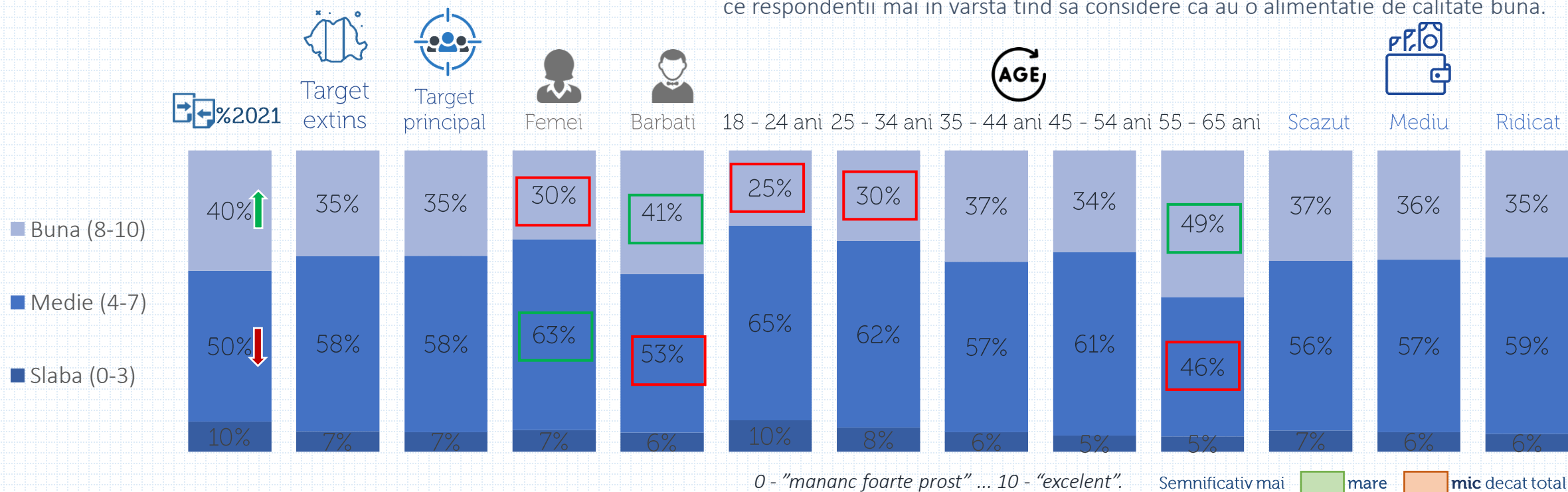
**CALITATEA
ALIMENTAȚIEI**



PERCEPȚIA ROMÂNILOR ASUPRA CALITĂȚII ALIMENTAȚIEI

Q: Cum v-ati descrie calitatea alimentatiei in general?

- Cei mai multi respondenti (58%) considera calitatea alimentatiei ca fiind medie, iar 35% considera ca este buna.
- Barbatii considera in mai mare masura ca au o alimentatie de calitate buna (41%) comparativ cu femeile (30%).
- Tinerii considera in mai mare masura ca au o alimentatie de calitate medie, in timp ce respondentii mai in varsta tind sa considere ca au o alimentatie de calitate buna.



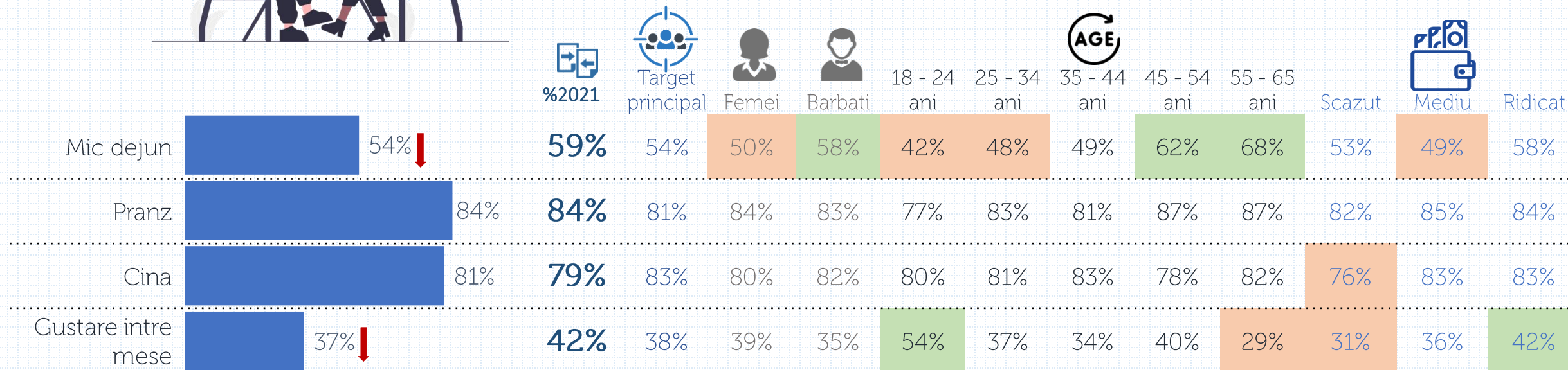


MESELE ZILEI

Q: Pe care dintre urmatoarele mese le luati intr-o zi obisnuita?



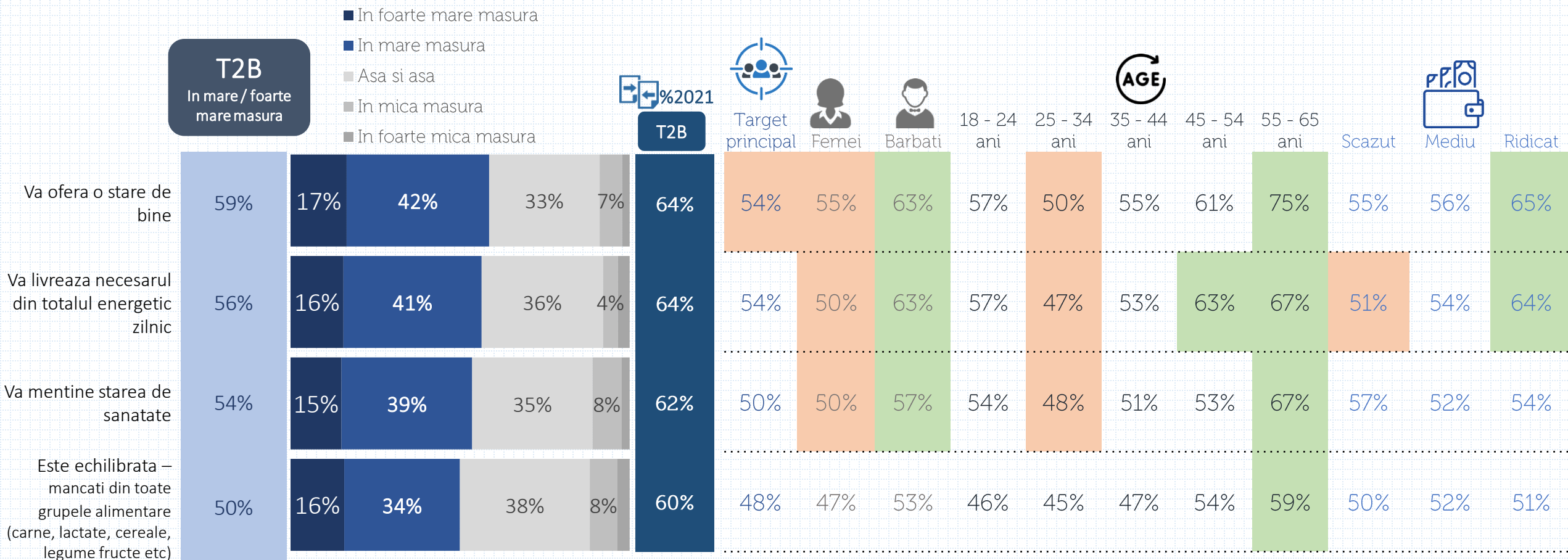
- Aproape jumatate din respondenti (54%) iau micul dejun.
- Un procent mai mic din tinerii intre 18-24 ani (42%), cei intre 25-34 ani (48%) si persoanele de sex feminin (50%) sunt obisnuiti sa ia micul dejun.
- La persoanele mai in varsta (62%-68%) si barbati (58%) procentul celor care iau micul dejun este mai ridicat.





CALITATEA ȘI BENEFICIILE ALIMENTAȚIEI

Q: In ce masura considerati ca mancarea pe care o consumati...?

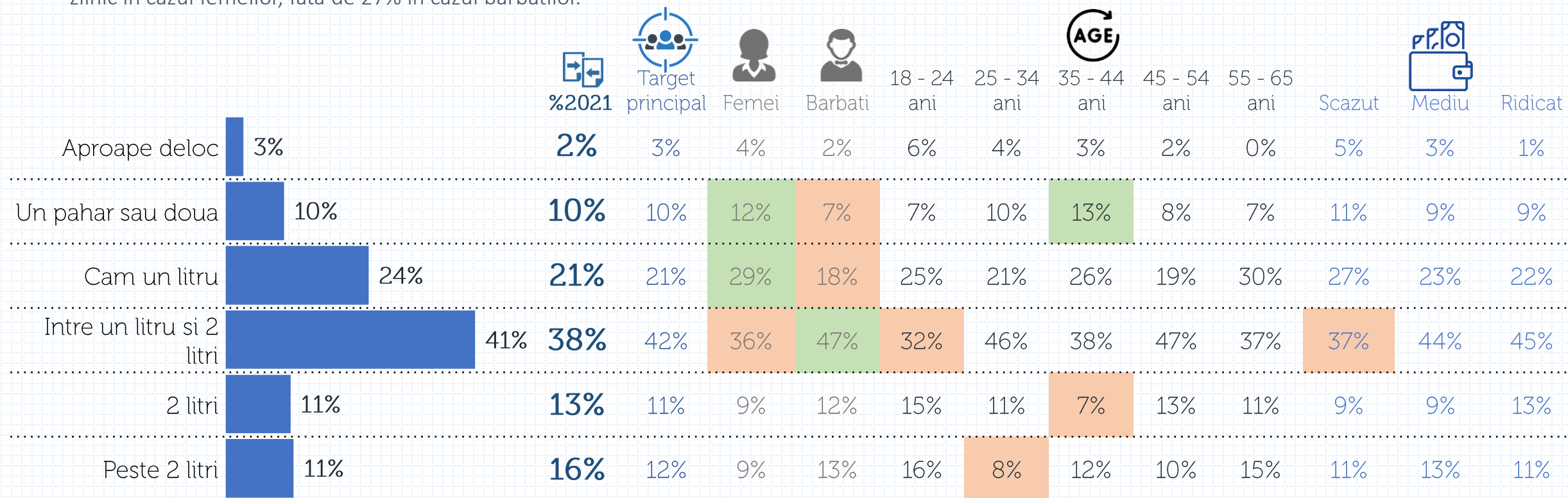




CONSUM ZILNIC DE APA

Q: Cata apa consumati intr-o zi obisnuita?

- Cei mai multi respondenti (41%) beau zilnic intre 1 si 2 litri de apa.
- Comparativ cu barbatii, femeile beau mai putina apa zilnic: 45% un litru sau mai putin zilnic in cazul femeilor, fata de 27% in cazul barbatilor.

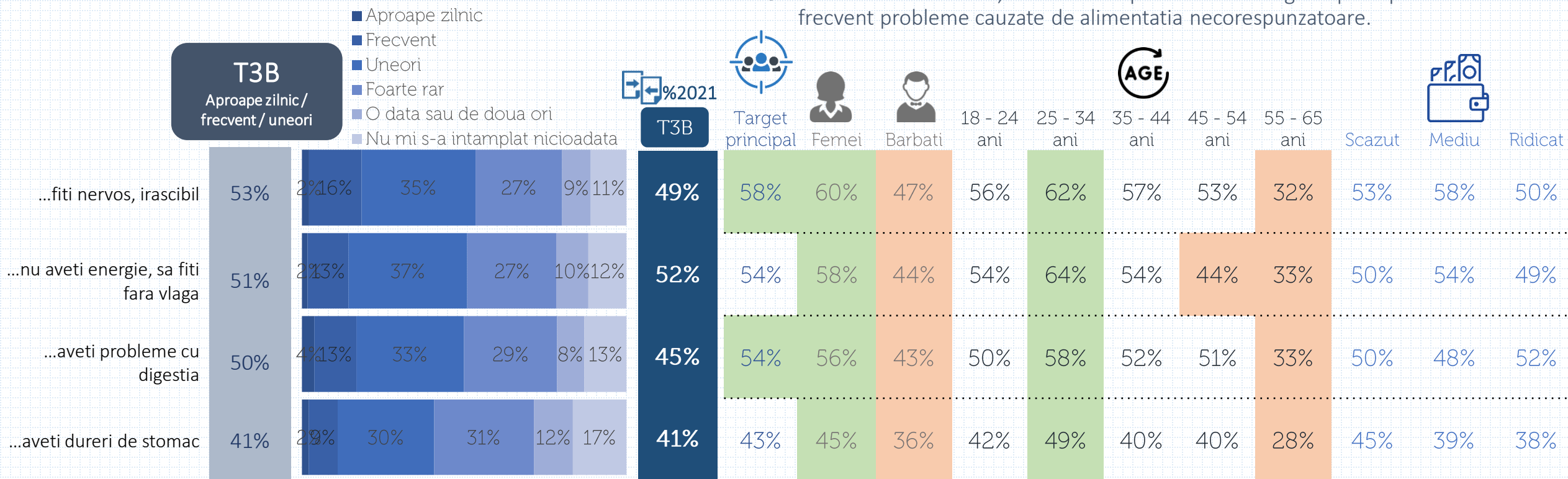




CONSECINȚE ALE ALIMENTAȚIEI NESĂNĂTOASE

Q: Cat de des vi se intampla, din cauza lipsei alimentatiei necorespunzatoare...?

- Circa jumatate din respondenti declara ca, cel putin uneori, se simt nervosi / irascibili (53%), fara energie (51%), au probleme cu digestia (50%) sau dureri de stomac (41%), efecte cauzate de alimentatia necorespunzatoare.
- Tinerii intre 25-34 ani, femeile si respondentii din targetul principal declara mai frecvent probleme cauzate de alimentatia necorespunzatoare.



Semnificativ mai ■ mare ■ mic decat total

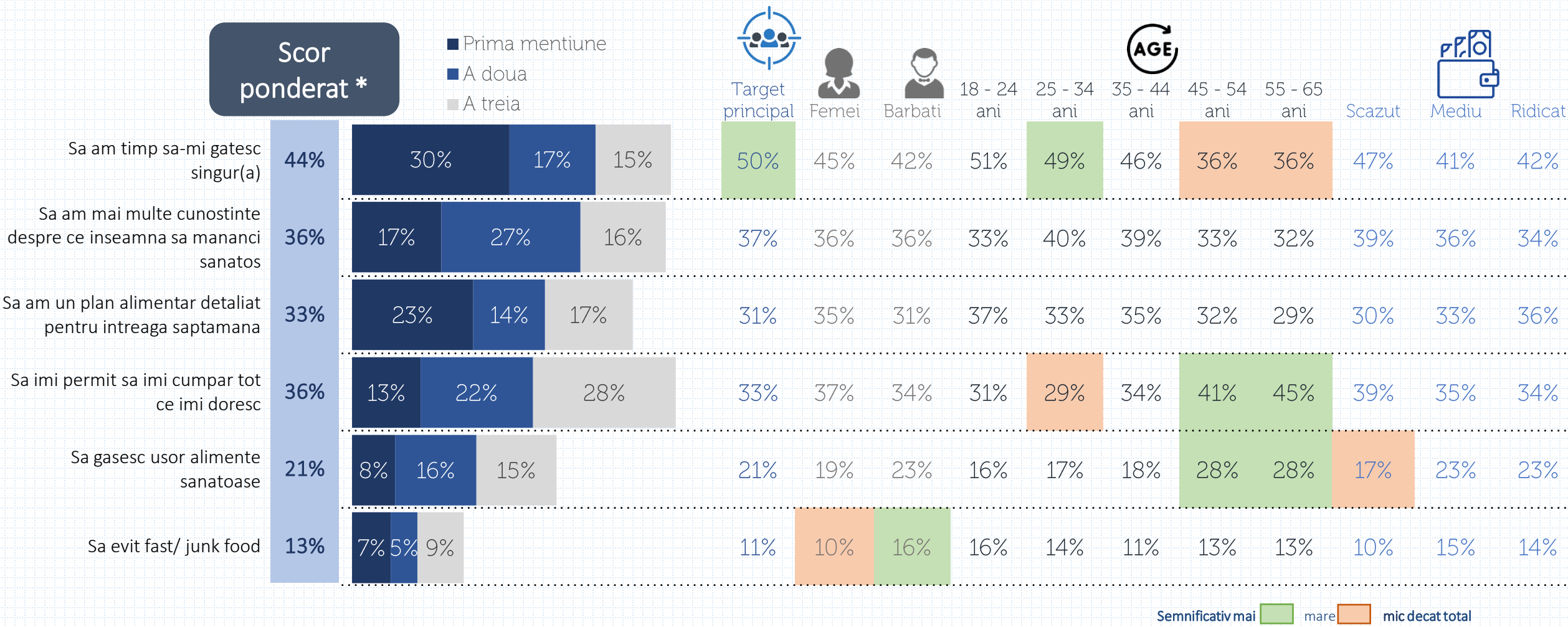
Baza: N=1003, toti respondentii

*** Scor ponderat =**
 Prima mentiune +
 0.5 * A doua +
 0.33 * A treia



ÎMBUNĂȚIREA ALIMENTAȚIEI

Q: Care dintre următoarele aspecte considerați ca v-ar ajuta să vă alimentați mai bine? (TOP 3)



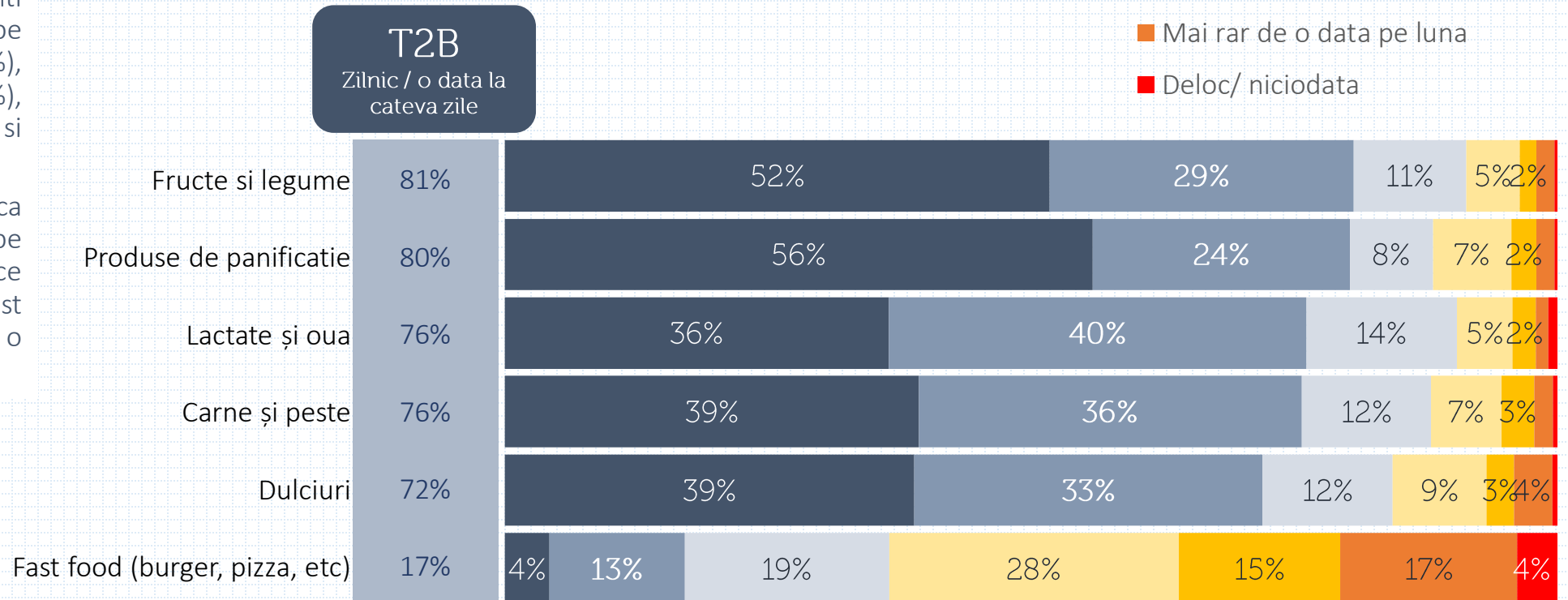


TIPURI DE ALIMENTE CONSUMATE. FRECVENȚA (1)

Q: Cat de des obisnuiti sa consumati urmatoarele categorii de alimente?

- Zilnic sau aproape zilnic
- O data la cateva zile
- O data pe saptamana
- De 2-3 ori pe luna
- O data pe luna
- Mai rar de o data pe luna
- Deloc/ niciodata

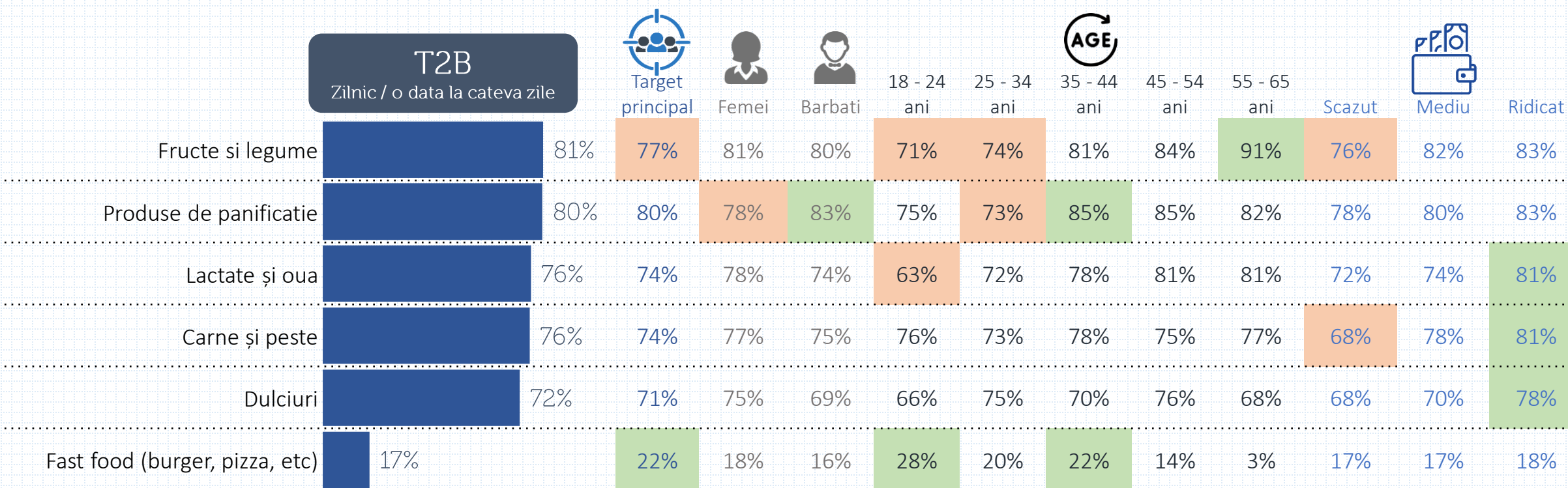
- Cei mai multi respondenti mananca zilnic sau aproape zilnic fructe si legume (81%), produse de panificatie (80%), oua si lactate (76), carne si peste (76%) si dulciuri (72%)
- Doar 17% declara ca mananca zilnic sau aproape zilnic fast-food, in timp ce 36% spun ca mananca acest tip de mancare cel mult o data pe luna.





TIPURI DE ALIMENTE CONSUMATE. FRECVENȚA (2)

Q: Cat de des obisnuiti sa consumati urmatoarele categorii de alimente?

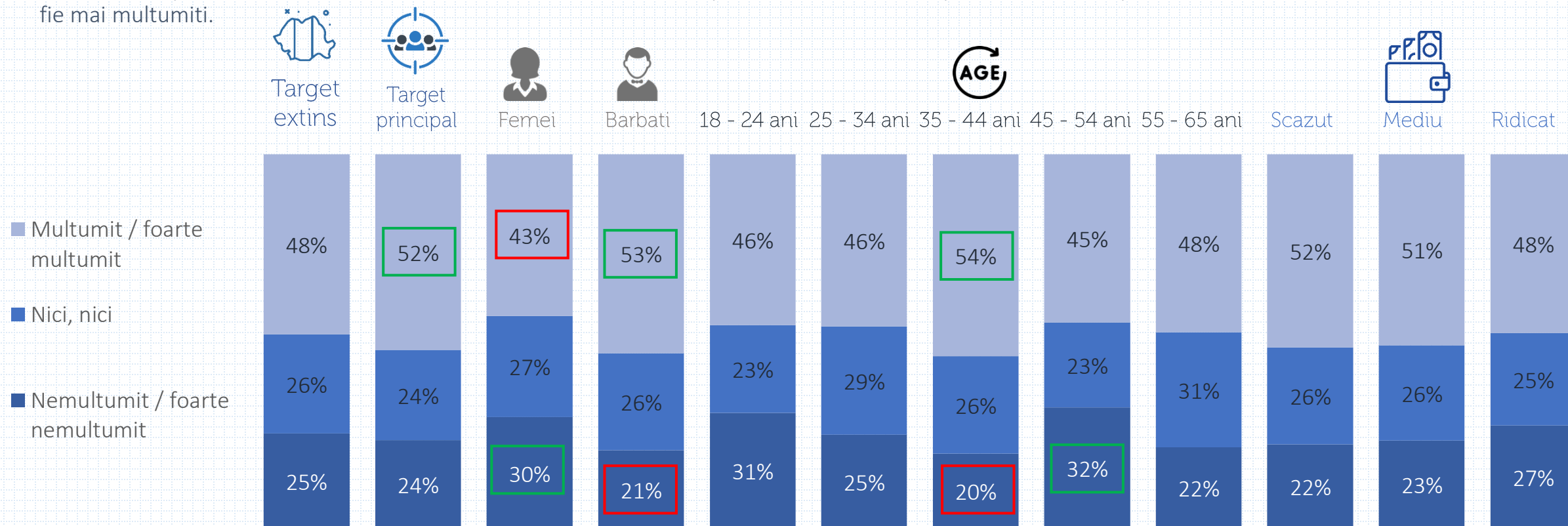




SATISFAȚIA FAȚĂ DE GREUTATEA CORPORALĂ

Q: Cat de multumit(a) suntetii de greutatea dvs. actuala?

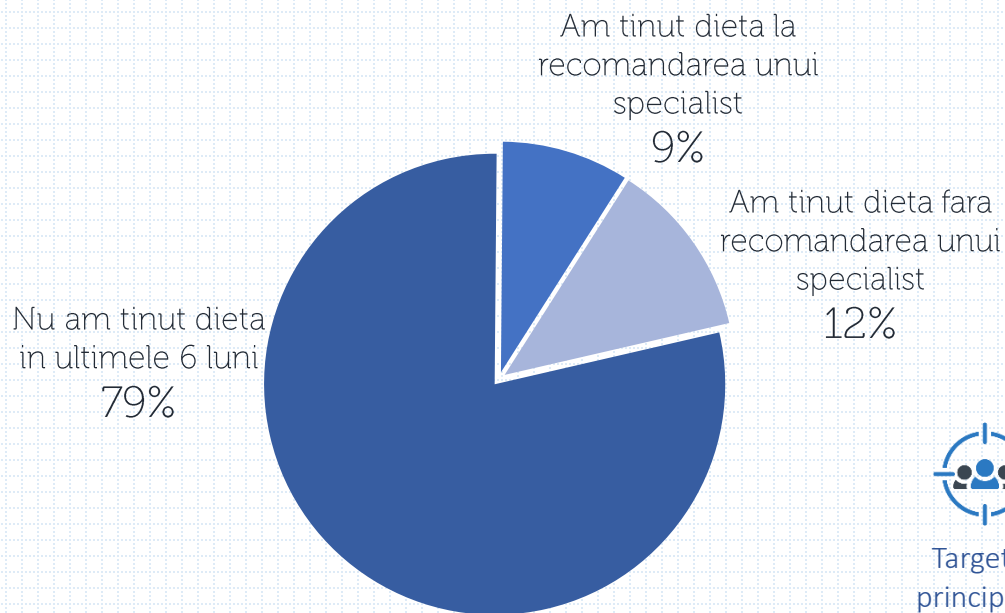
- Aproape jumătate (48%) dintre respondenti sunt multumiti de greutatea lor corporala, iar 25% sunt nemultumiti. 26% sunt la mijlocul scalei – nici multumiti, nici nemultumiti.
- Femeile si respondentii intre 45-54 de ani sunt mai nemultumiti comparativ cu media, in timp ce barbatii si respondentii cu varsta 35-44 de ani tind sa fie mai multumiti.





DIETA ALIMENTARĂ

Q: Dvs. ati tinut vreo dieta in ultimele 6 luni? Daca da, atunci cand ati tinut dieta, a fost recomandata de un specialist (medic, nutritionist, antrenor, etc)?



- 21% dintre respondenti au tinut o dieta in ultimele 6 luni, 9% la recomandarea unui specialist.
- In cazul femeilor, procentul celor care au tinut o dieta este de 24%, si de 16% pentru cele care au apelat la sfatul unui specialist.



Target principal



Femei



Barbati



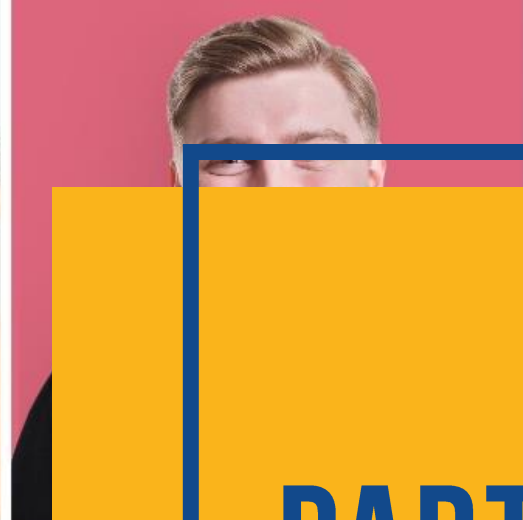
AGE



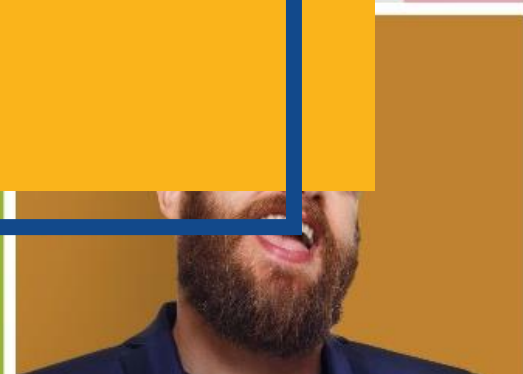
Mediu

Ridicat

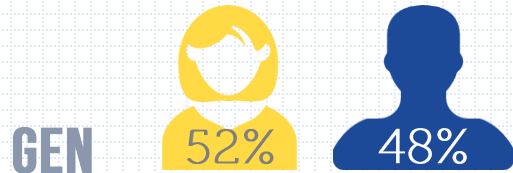
	Target principal	Femei	Barbati	18 - 24 ani	25 - 34 ani	35 - 44 ani	45 - 54 ani	55 - 65 ani	Scazut	Mediu	Ridicat
Am tinut dieta la recomandarea unui specialist	10%	8%	10%	7%	11%	11%	7%	7%	13%	9%	7%
Am tinut dieta fara recomandarea unui specialist	12%	16%	9%	15%	14%	13%	9%	12%	11%	13%	14%
Nu am tinut dieta in ultimele 6 luni	78%	77%	81%	79%	76%	77%	84%	81%	77%	78%	79%



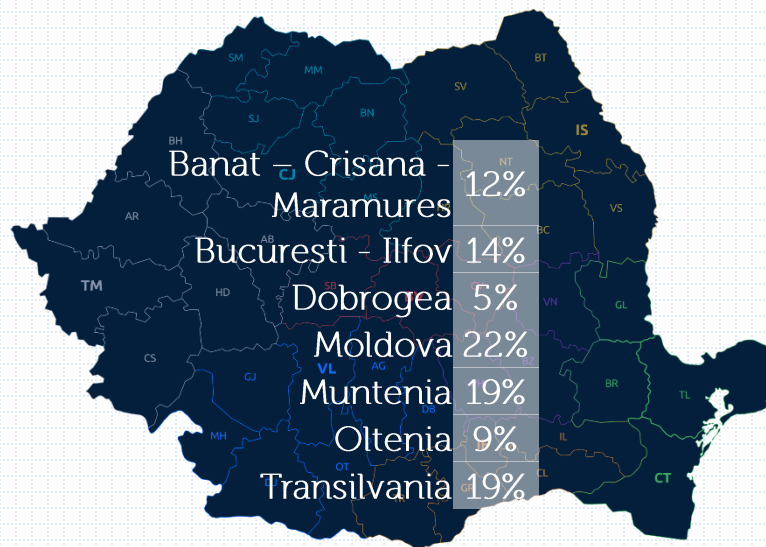
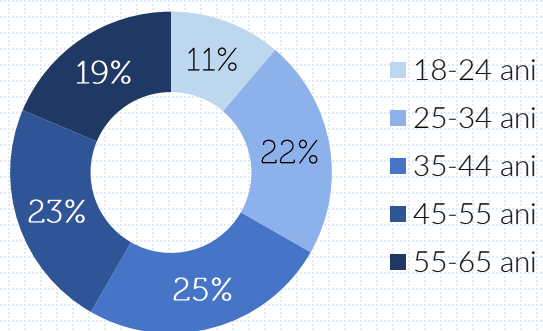
**PARTICULARITAȚI
ALE
EȘANTIONULUI**



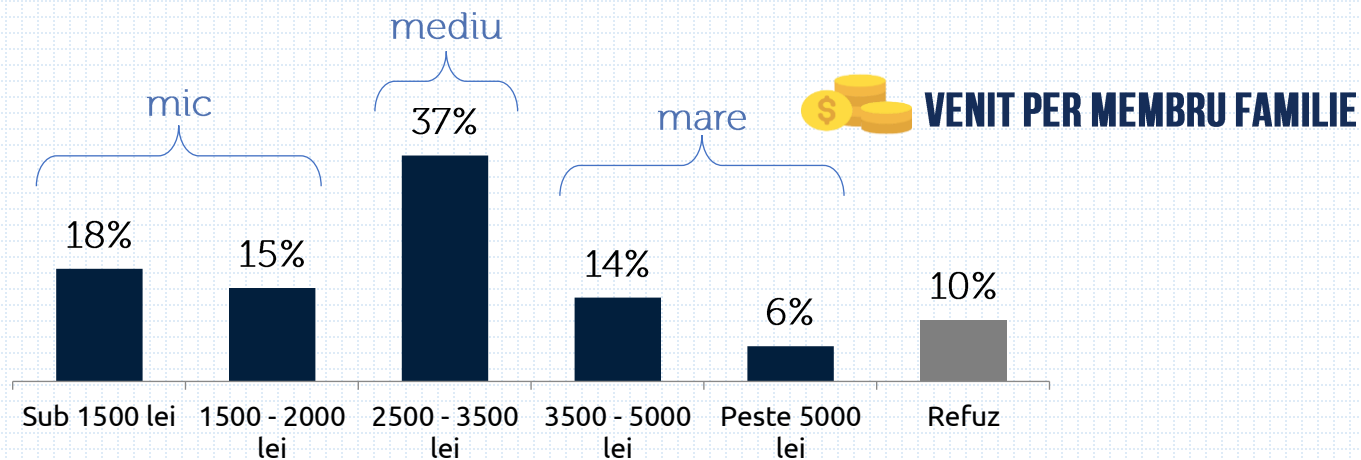
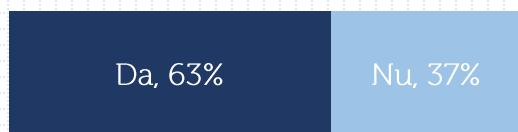
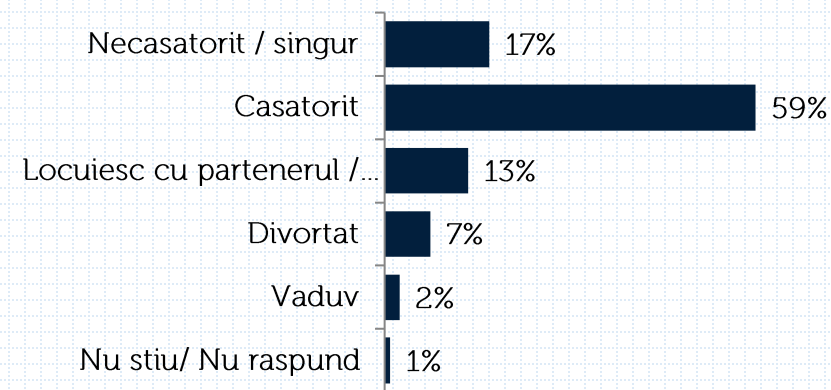
**BAZĂ RESPONDENȚI: TOTAL EȘANTION
N = 1007 RESPONDENȚI**



AGE VÂRSTA



STARE CIVILĂ



WWW.CIPRA.RO

