



«Продуктовые привычки россиян»

Результаты опроса населения

*Всероссийский опрос проведен 17 сентября 2020 методом телефонного опроса,
число регионов опроса – не менее 80,
целевая аудитория – население РФ старше 18 лет,
объем выборки опроса – 1 600 респондентов*



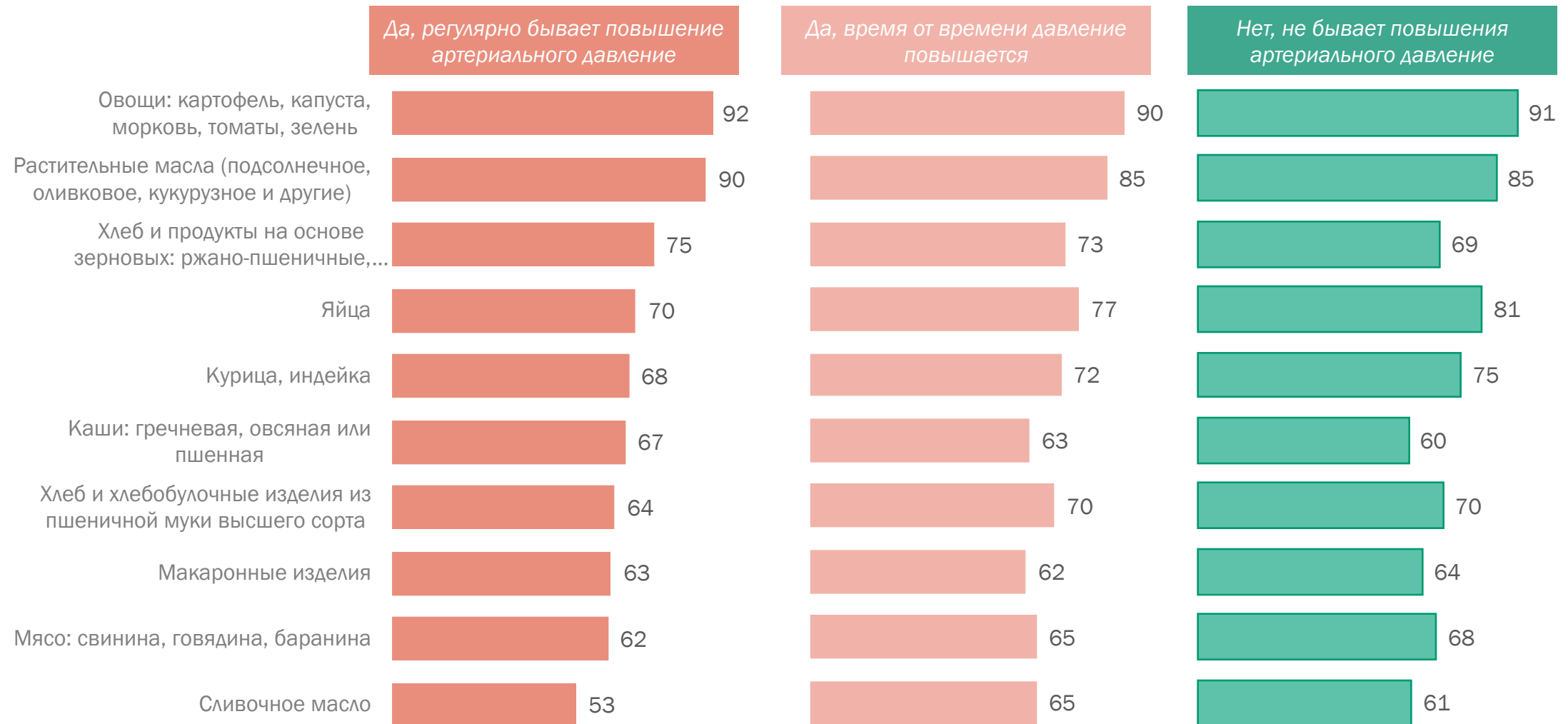
В пятерку продуктов, которые население употребляет каждый день или через день, входят овощи (90%), растительные масла (86%), яйца (77%), курица, индейка (72%) и хлеб (71%). Реже всего респонденты регулярно употребляют фаст-фуд и чипсы (9%).

Скажите, пожалуйста, какие продукты из предложенного списка Вы лично употребляете в пищу каждый день или через день? (закрытый вопрос, любое число ответов, % от всех опрошенных)



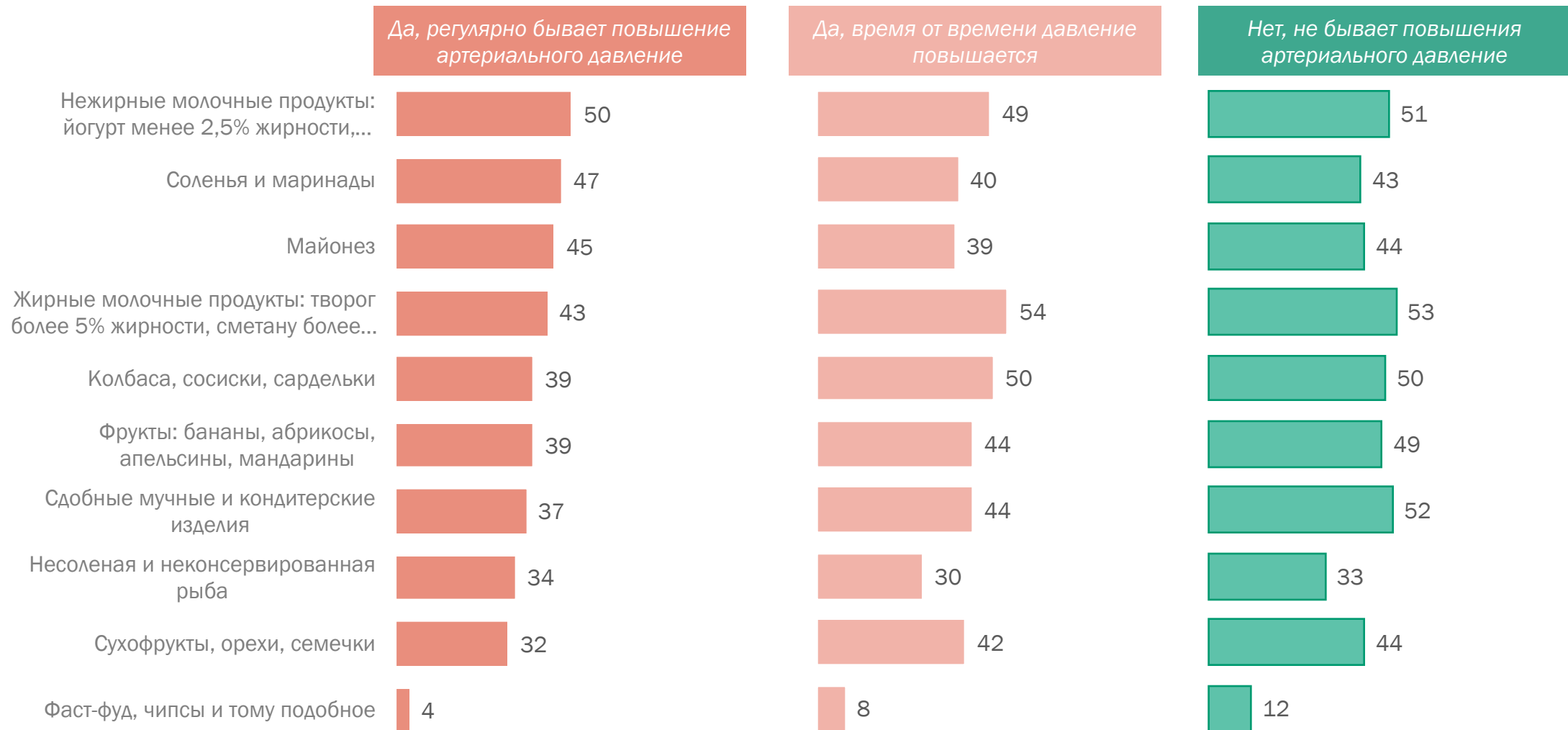
Респонденты, имеющие регулярное повышение артериального давления, имеют некоторые отличия в потреблении продуктов питания, чем респонденты с нормальным артериальным давлением: несколько реже употребляют в пищу яйца, хлеб, курицу, сливочное масло. Чаще употребляют в пищу каши.

Скажите, пожалуйста, какие продукты из предложенного списка Вы лично употребляете в пищу каждый день или через день? (закрытый вопрос, любое число ответов, в %)



Респонденты, имеющие регулярное повышение артериального давления, имеют некоторые отличия в потреблении продуктов питания, чем респонденты с нормальным артериальным давлением: реже употребляют в пищу жирные молочные продукты, колбасные изделия, фрукты, сдобные мучные изделия и фаст-фуд.

Скажите, пожалуйста, какие продукты из предложенного списка Вы лично употребляете в пищу каждый день или через день? (закрытый вопрос, любое число ответов, в %)



Присутствует некоторая региональная специфика в потреблении в пищу некоторых продуктов, обусловленная местной культурой и традициями. Жители СЗФО, несколько реже употребляют в пищу майонез, а жители СКФО чаще употребляют в пищу фрукты и реже колбасные изделия, сдобу и майонез.

Скажите, пожалуйста, какие продукты из предложенного списка Вы лично употребляете в пищу каждый день или через день? (закрытый вопрос, любое число ответов, в %)

	Россия	ЦФО	СЗФО	ЮФО	СКФО	ПФО	УФО	СФО	ДФО
Овощи: картофель, капуста, морковь, томаты, зелень	90	88	91	91	90	90	96	93	78
Растительные масла (подсолнечное, оливковое, кукурузное)	86	84	89	84	78	87	90	90	80
Яйца	77	77	78	71	74	80	84	76	70
Курица, индейка	72	74	77	<u>78</u>	57	73	80	65	62
Хлеб и продукты на основе зерновых: ржано-пшеничные, цельнозерновые и тому подобное	71	70	72	68	60	74	73	69	80
Хлеб и хлебобулочные изделия из пшеничной муки высшего сорта	69	66	66	68	76	71	<u>75</u>	67	68
Мясо: свинина, говядина, баранина	66	64	63	62	71	65	71	64	75
Макаронные изделия	63	61	63	59	55	66	71	66	67
Каши: гречневая, овсяная или пшенная	62	59	60	61	62	66	56	68	59
Сливочное масло	61	61	65	60	53	65	61	55	60
Жирные молочные продукты: творог более 5% жирности, сметану более 15%, сыр более 30%	52	51	51	50	48	55	54	55	44
Нежирные молочные продукты: йогурт менее 2,5% жирности, нежирные творог, сметана	49	49	53	52	46	48	<u>58</u>	48	41
Колбаса, сосиски, сардельки	48	50	49	44	<u>32</u>	51	56	49	46
Сдобные мучные и кондитерские изделия	47	47	53	43	<u>35</u>	47	<u>57</u>	43	47
Фрукты: бананы, абрикосы, апельсины, мандарины	46	46	45	45	<u>53</u>	<u>40</u>	54	49	38
Майонез	42	41	<u>34</u>	39	<u>27</u>	<u>52</u>	45	47	42
Соления и маринады	42	35	37	48	40	44	50	45	51
Сухофрукты, орехи, семечки	42	40	35	47	45	45	48	38	39
Несоленая и неконсервированная рыба	31	32	31	32	29	29	<u>42</u>	28	33
Фаст-фуд, чипсы и тому подобное	9	12	7	8	10	8	14	8	4

Присутствуют некоторые различия в рейтинге продуктов питания жителей различных регионов. Например, в СКФО и УФО в ТОП5 продуктов входит хлеб и продукты на основе зерновых, в то время, как в целом по России он занимает 7 место в списке продуктов.

Скажите, пожалуйста, какие продукты из предложенного списка Вы лично употребляете в пищу каждый день или через день? (закрытый вопрос, любое число ответов, рейтинг наиболее популярных продуктов питания, ранг)

	Россия	ЦФО	СЗФО	ЮФО	СКФО	ПФО	УФО	СФО	ДФО
Овощи: картофель, капуста, морковь, томаты, зелень	1	1	1	1	1	1	1	1	3
Растительные масла (подсолнечное, оливковое, кукурузное)	2	2	2	2	2	2	2	2	1
Яйца	3	3	3	4	4	3	3	3	5
Курица, индейка	4	4	4	3	8	5	4	8	8
Хлеб и продукты на основе зерновых: ржано-пшеничные, цельнозерновые и тому подобное	5	5	5	5	7	4	6	4	2
Хлеб и хлебобулочные изделия из пшеничной муки высшего сорта	6	6	6	6	3	6	5	6	6
Мясо: свинина, говядина, баранина	7	7	8	7	5	9	8	9	4
Макаронные изделия	8	8	9	10	9	8	7	7	7
Каши: гречневая, овсяная или пшенная	9	10	10	8	6	7	12	5	10
Сливочное масло	10	9	7	9	10	10	9	10	9
Жирные молочные продукты: творог более 5% жирности, сметану более 15%, сыр более 30%	11	11	13	12	12	11	14	11	14
Нежирные молочные продукты: йогурт менее 2,5% жирности, нежирные творог, сметана	12	13	11	11	13	14	10	14	16
Колбаса, сосиски, сардельки	13	12	14	16	17	13	13	12	13
Сдобные мучные и кондитерские изделия	14	14	12	17	16	15	11	17	12
Фрукты: бананы, абрикосы, апельсины, мандарины	15	15	15	15	11	18	15	13	18
Майонез	16	16	18	18	19	12	18	15	15
Соленья и маринады	17	18	16	13	15	17	16	16	11
Сухофрукты, орехи, семечки	18	17	17	14	14	16	17	18	17
Несоленая и неконсервированная рыба	19	19	19	19	18	19	19	19	19
Фаст-фуд, чипсы и тому подобное	20	20	20	20	20	20	20	20	20

Наиболее популярные продукты питания

Наименее популярные продукты питания

Популярными напитками, употребляемыми регулярно населением, являются: чай (87%), кофе (61%), негазированная вода (58%). Респонденты с повышенным артериальным давлением реже пьют кофе, негазированную и газированную минеральную воду и готовые соки, При этом они чаще пьют кисломолочные продукты.

Какие напитки Вы лично пьёте каждый день или через день?

(закрытый вопрос, любое число ответов, % от всех опрошенных)



Бывает ли у Вас повышение артериального давление, выше Вашей нормы, или нет? (закрытый вопрос, один ответ, в %)



Употребление напитков имеет слабовыраженную специфику по регионам. Например, жители СКФО декларируют, что несколько чаще пьют газированную минеральную воду, кефир и другие кисломолочные продукты.

Какие напитки Вы лично пьёте каждый день или через день?

(закрытый вопрос, любое число ответов, в %)

	Россия	ЦФО	СЗФО	ЮФО	СКФО	ПФО	УФО	СФО	ДФО
Чай (зеленый, черный, травяной и другие)	87	83	86	84	86	92	90	88	90
Кофе и кофейные напитки	61	62	66	56	55	63	63	64	49
Негазированная вода (минеральная, питьевая)	58	55	66	58	<u>50</u>	60	61	52	64
Молоко	51	49	48	50	48	50	<u>62</u>	49	54
Кефир и другие кисломолочные напитки	37	33	32	40	<u>47</u>	34	41	40	37
Готовые соки, нектары, лимонады	25	20	22	30	31	23	26	31	28
Газированная минеральная вода	24	22	16	29	38	19	<u>35</u>	28	22
Алкоголь и алкогольные напитки	7	6	12	9	4	5	9	7	13

Присутствуют некоторые различия в рейтинге напитков у жителей различных регионов. Например, в ЮФО и ДВФО молоко находится на втором месте, в то время как в России в целом, занимает 3 место.

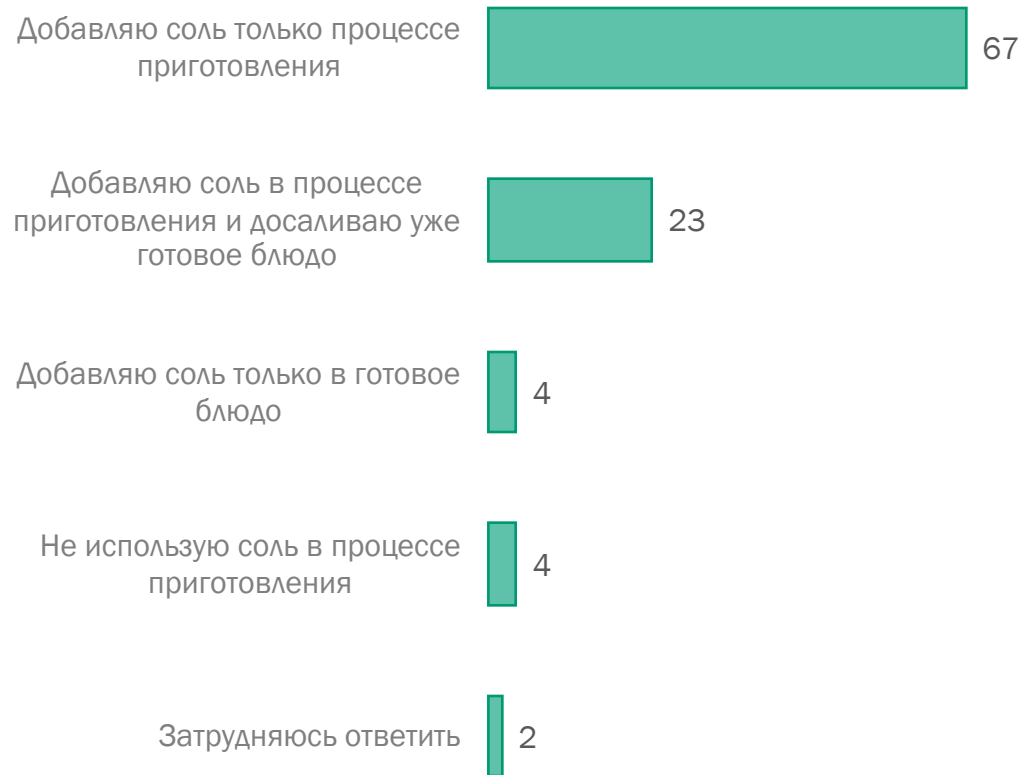
Какие напитки Вы лично пьёте каждый день или через день?

(закрытый вопрос, любое число ответов, рейтинг наиболее популярных продуктов питания, ранг)

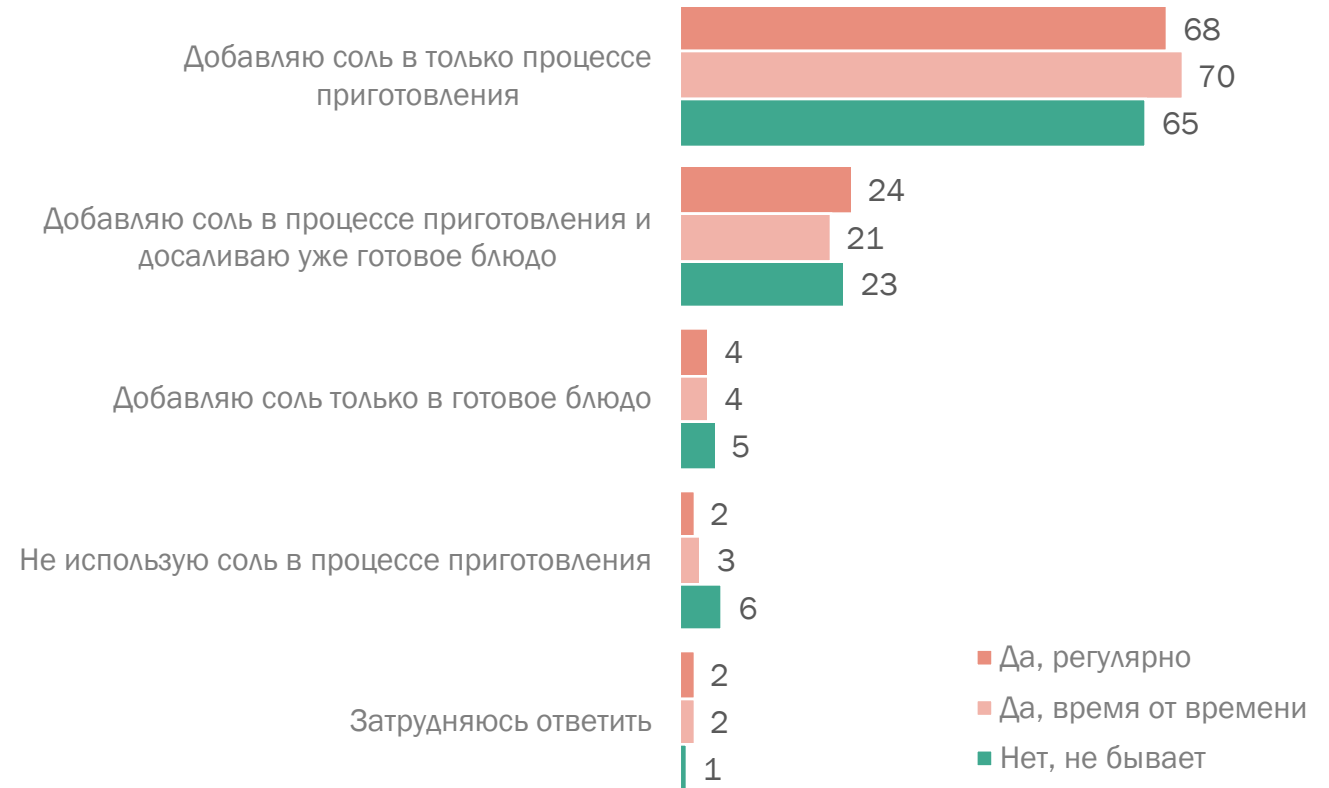
	Россия	ЦФО	СЗФО	ЮФО	СКФО	ПФО	УФО	СФО	ДВФО	
Чай (зеленый, черный, травяной и другие)	1	1	1	1	1	1	1	1	1	Наиболее популярные напитки
Негазированная вода (минеральная, питьевая)	2	2	2	3	2	2	2	2	4	
Молоко	3	3	3	2	3	3	4	3	2	
Кофе и кофейные напитки	4	4	4	4	4	4	3	4	3	
Кефир и другие кисломолочные напитки	5	5	5	5	5	5	5	5	5	Наименее популярные напитки
Готовые соки, нектары, лимонады	6	7	6	6	7	6	7	6	6	
Газированная минеральная вода	7	6	7	7	6	7	6	7	7	
Алкоголь и алкогольные напитки	8	8	8	8	8	8	8	8	8	

Большинство населения добавляет соль в процессе приготовления блюд (67%). 23% населения солят блюдо в процессе приготовления и досаливают уже готовое блюдо. По декларируемому поведению при готовке блюд не обнаружено значимых отличий между населением имеющим повышенное артериальное давление и без него.

Используете ли Вы лично или нет поваренную соль в процессе приготовления пищи? Если да, то как чаще всего Вы поступаете? (закрытый вопрос, один ответ, % от всех опрошенных)



Бывает ли у Вас повышение артериального давления, выше Вашей нормы, или нет? (закрытый вопрос, один ответ, в %)



Используете ли Вы лично или нет поваренную соль в процессе приготовления пищи? Если да, то как чаще всего Вы поступаете? (закрытый вопрос, один ответ, в %)

	Россия	ЦФО	СЗФО	ЮФО	СКФО	ПФО	УФО	СФО	ДВФО
Добавляю соль только процессе приготовления	67	65	69	62	64	67	66	73	79
Добавляю соль в процессе приготовления и досаливаю уже готовое блюдо	23	21	21	31	23	24	24	24	15
Добавляю соль только в готовое блюдо	4	7	1	4	7	5	3	1	2
Не использую соль в процессе приготовления	4	6	5	0	6	3	7	2	4
Затрудняюсь ответить	2	2	4	3	1	2	0	0	0

Наиболее популярный способ приготовления пищи – «отваривание» (66%). Также достаточно популярно у населения – «жарение» (43%) и «тушение» (37%). Респонденты с повышенным артериальным давлением чаще используют «отваривание» и реже «жарение», «запекание».

Какой способ приготовления пищи Вы лично чаще всего используете? Вы можете выбрать до двух ответов? (закрытый вопрос, до двух ответов, % от всех опрошенных)



Бывает ли у Вас повышение артериального давления, выше Вашей нормы, или нет? (закрытый вопрос, один ответ, в %)



Присутствует небольшая региональная специфика в способах приготовления пищи. Так в СКФО реже используют «запекание».

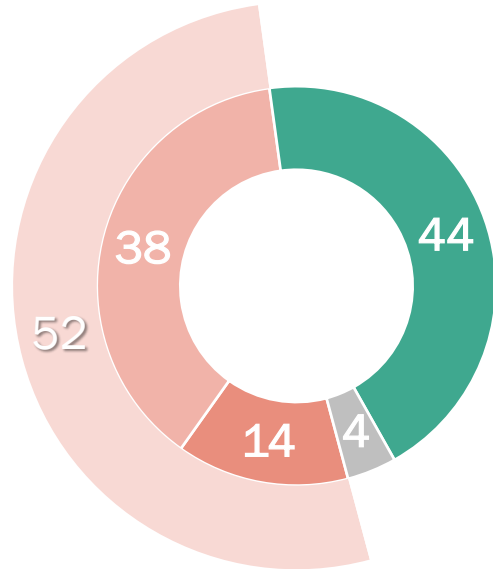
Какой способ приготовления пищи Вы лично чаще всего используете? Вы можете выбрать до двух ответов? (закрытый вопрос, до двух ответов, в %)

	Россия	ЦФО	СЗФО	ЮФО	СКФО	ПФО	УФО	СФО	ДФО
Отваривание	66	64	68	65	65	67	73	63	74
Жарение	43	44	46	39	39	43	42	46	50
Тушение	37	37	37	38	34	40	30	39	32
Запекание	22	25	22	23	11	20	27	24	15
Приготовление на пару	11	9	9	18	10	9	10	9	16
Другое	2	1	1	0	4	3	0	3	0
Ничего из перечисленного	1	1	0	2	4	1	1	1	3
Затрудняюсь ответить	0	0	1	0	0	1	0	0	1

Половина опрошенных заявила, что у них бывает повышенное артериальное давление (52%). Из них у 14% повышенное давление бывает регулярно, а у 38% - время от времени. Чаще повышение артериального давления отмечают лица в возрасте старше 60 лет, а реже – молодежь и имеющие хорошее материальное положение.

Бывает ли у Вас повышение артериального давление, выше Вашей нормы, или нет?

(закрытый вопрос, один ответ, % от всех опрошенных)



- Да, регулярно
- Да, время от времени давление повышается
- Нет, не бывает
- Затрудняюсь ответить

Пол		Возраст				
Мужской	Женский	18-24 года	25-34 года	35-44 года	45-59 лет	60 лет и старше
10	18	6	2	9	18	25
34	41	20	25	35	44	51
49	40	72	69	51	35	21

Образование				Субъективная оценка материального положения		
Неполное среднее	Среднее (школа или ПТУ)	Среднее специальное (техникум)	Незаконченное высшее, высшее	Очень хорошее, хорошее	Среднее	Очень плохое, плохое
14	14	20	10	11	13	19
35	39	41	36	35	38	40
46	44	37	50	51	45	35

Не обнаружено статистически значимых отличий между регионами в самооценке частоты случаев повышенного артериального давления при текущем объеме выборки исследования

Бывает ли у Вас повышение артериального давление, выше Вашей нормы, или нет?

(закрытый вопрос, один ответ, % от всех опрошенных)

	Россия	ЦФО	СЗФО	ЮФО	СКФО	ПФО	УФО	СФО	ДФО
Да, регулярно	14	15	11	11	10	13	21	14	16
Да, время от времени давление повышается	38	38	35	45	36	37	32	41	43
Нет, не бывает	44	41	49	40	54	46	45	43	39
Затрудняюсь ответить	4	6	5	4	1	3	2	2	1

- В пятерку продуктов, которые население употребляет каждый день или через день, входят овощи (90%), растительные масла (86%), яйца (77%), курица, индейка (72%) и хлеб (71%). Реже всего респонденты регулярно употребляют фаст-фуд и чипсы (9%).
 - Респонденты, имеющие регулярное повышение артериального давления, имеют некоторые отличия в потреблении продуктов питания, чем респонденты с нормальным артериальным давлением: несколько реже употребляют в пищу яйца, хлеб, курицу, сливочное масло. Чаще употребляют в пищу каши. Также они реже употребляют в пищу жирные молочные продукты, колбасные изделия, фрукты, сдобные мучные изделия и фаст-фуд. Присутствует некоторая региональная специфика в потреблении в пищу некоторых продуктов, обусловленная местной культурой и традициями. Жители СЗФО, несколько реже употребляют в пищу майонез, а жители СКФО чаще употребляют в пищу фрукты и реже колбасные изделия, сдобу и майонез.
- Популярными напитками, употребляемыми регулярно населением, являются: чай (87%), кофе (61%), негазированная вода (58%). Респонденты с повышенным артериальным давлением реже пьют кофе, негазированную и газированную минеральную воду и готовые соки, При этом они чаще пьют кисломолочные продукты.
 - Употребление напитков имеет слабовыраженную специфику по регионам. Например, жители СКФО декларируют, что несколько чаще пьют газированную минеральную воду, кефир и другие кисломолочные продукты.
- Большинство населения добавляет соль в процессе приготовления блюд (67%). 23% населения солят блюдо в процессе приготовления и досаливают уже готовое блюдо. По декларируемому поведению при готовке блюд не обнаружено значимых отличий между населением имеющим повышенное артериальное давление и без него. Практически отсутствует региональная специфика в практике употребления соли при приготовлении блюд.
- Наиболее популярный способ приготовления пищи – «отваривание» (66%). Также достаточно популярно у населения – «жарение» (43%) и «тушение» (37%). Респонденты с повышенным артериальным давлением чаще используют «отваривание» и реже «жарение», «запекание». Присутствует небольшая региональная специфика в способах приготовления пищи. Так в СКФО реже используют «запекание».
- Половина опрошенных заявила, что у них бывает повышенное артериальное давление (52%). Из них у 14% повышенное давление бывает регулярно, а у 38% - время от времени. Чаще повышение артериального давления отмечают лица в возрасте старше 60 лет, а реже – молодежь и имеющие хорошее материальное положение. Не обнаружено статистически значимых отличий между регионами в самооценке частоты случаев повышенного артериального давления при текущем объеме выборки исследования.



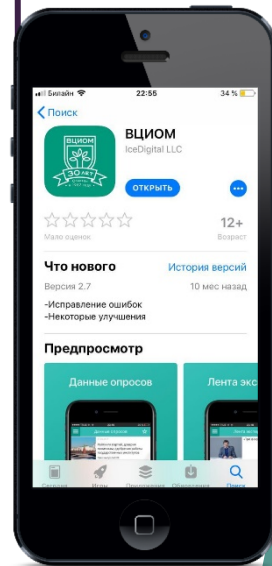
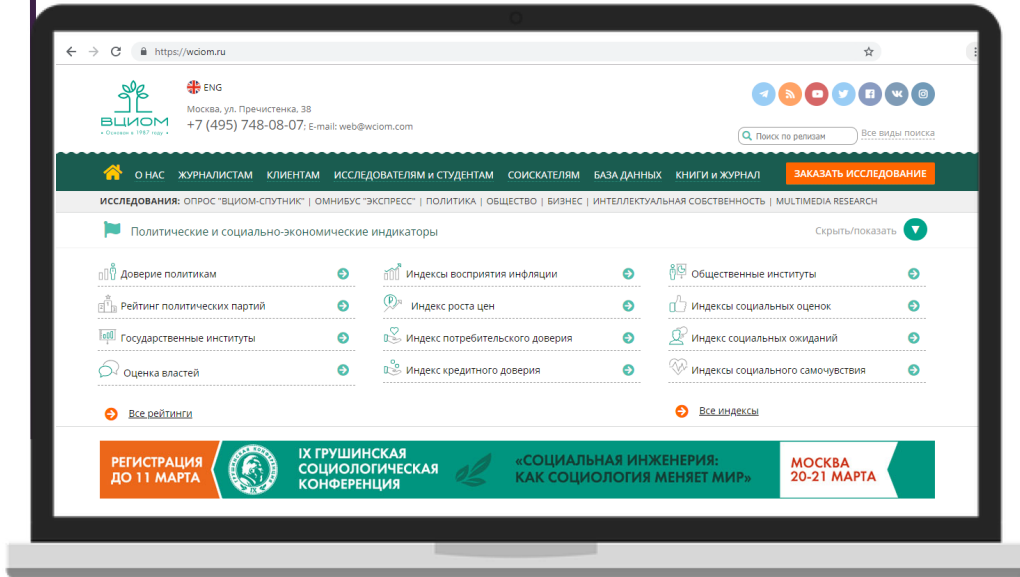
ВЦИОМ

на расстоянии одного клика

WCIOM.RU

Google play

App Store



ЗНАТЬ, ЧТОБЫ ПОБЕЖДАТЬ!

