

Şapte din zece români identifică stilul de viaţă sănătos cu consumul de fructe şi de legume şi aproape jumătate cu alimentele naturale, cât mai puţin procesate, iar femeile apreciază într-o mai mare măsură alimentaţia sănătoasă comparativ cu bărbaţii, potrivit unui studiu realizat de GfK.

Aproape trei sferturi dintre femei spun că este important consumul de fructe şi legume faţă de doar două treimi dintre bărbaţii care cred acelaşi lucru. De asemenea, 52% dintre românce văd beneficiile consumului de alimente proaspete, cât mai puţin procesate sau gătite, în comparaţie cu 46% dintre reprezentanţii sexului masculin, menţionează GfK.

Situaţia pe regiuni ale ţării arată că locuitorii din Banat - Crişana - Maramureş acordă mai multă atenţie alimentaţiei, aproape 80% definesc stilul de viaţă sănătos prin consum de fructe şi de legume şi 57% preferă produsele proaspete, naturale.

La polul opus se află dobrogenii, cu cei mai puţini fani declaraţi ai fructelor şi legumelor - 67% - şi bucureştenii, care nu pun prea mult sănătatea pe seama alimentelor proaspete, cât mai puţin procesate sau gătite - doar 37%. În schimb, 7 din 10 locuitori ai Capitalei consideră că exerciţiile fizice au un aport important asupra sănătăţii, iar 6 din 10 fac mişcare în mod regulat.

GfK a realizat un studiu asemănător în 23 de ţări la nivel global. Astfel, rezultatele arată că românii se aliniază tendinţelor globale în materie de stil de viaţă sănătos la capitolele sport (57% global, faţă de 58% local) şi alimentaţie sănătoasă (59% global, ca şi la nivel local).

Diferenţe apar în ceea ce priveşte odihna care este mai mult preţuită la nivel global, de 66% dintre respondenţi faţă dintre de 37% dintre români.

Studiul a fost realizat de GfK România pe un eşantion de 1.000 de respondenţi din toată ţara, cu vârsta de peste 15 ani, metoda folosită fiind cea a interviurilor faţă în faţă.

** sursa - MEDIAFAX