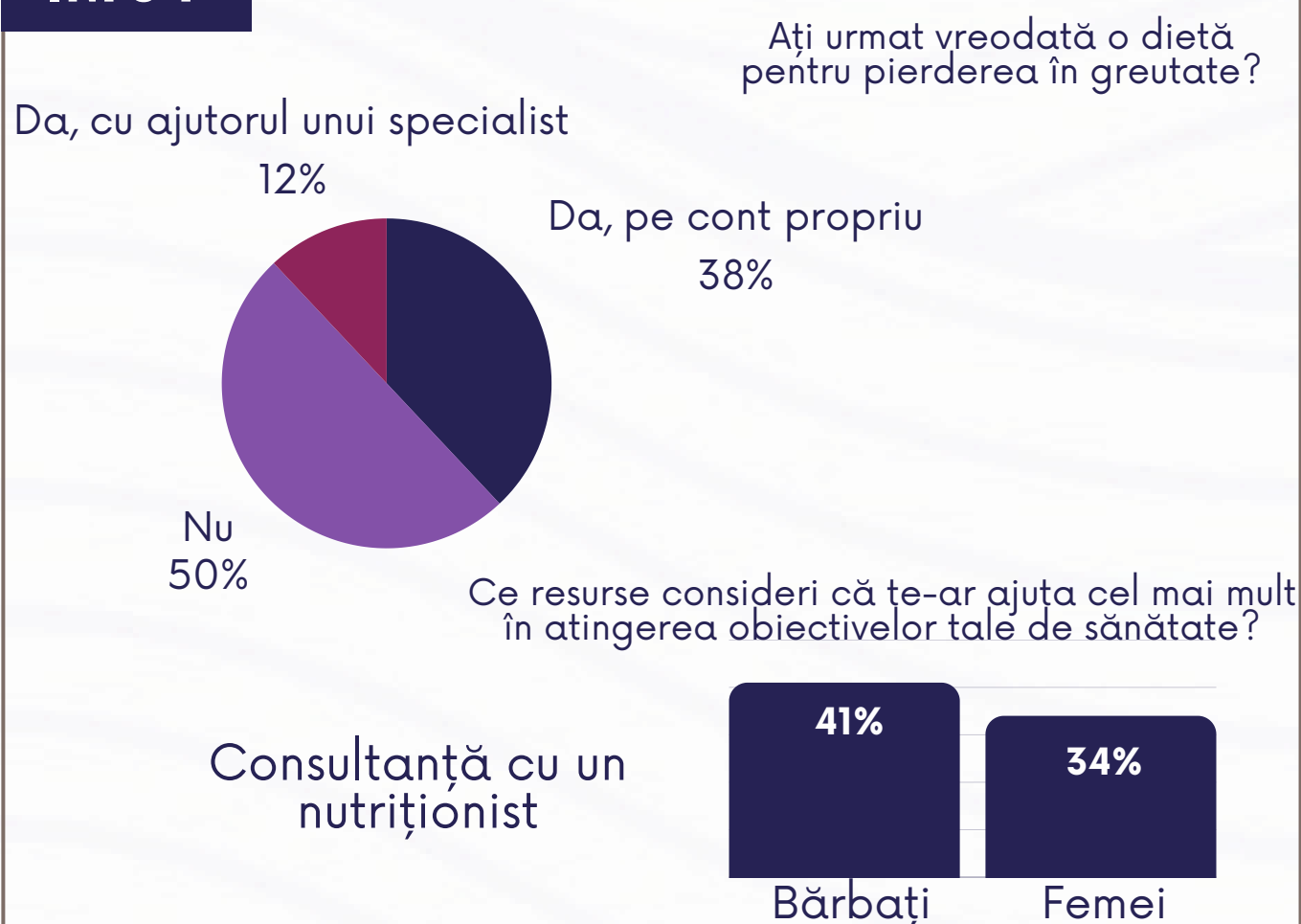


UN SFERT DINTRE ROMÂNI VOR SĂ RENUNȚE LA ZAHĂR OBICEIURILE DE NUTRIȚIE ALE ROMÂNILOR ÎN ANUL 2025

86% dintre români vor să renunțe sau să diminueze consumul de zahăr în 2025

INFO 1



INFO 2

Principalele priorități sunt îmbunătățirea stării generale de sănătate (42%) și pierderea în greutate (30%)

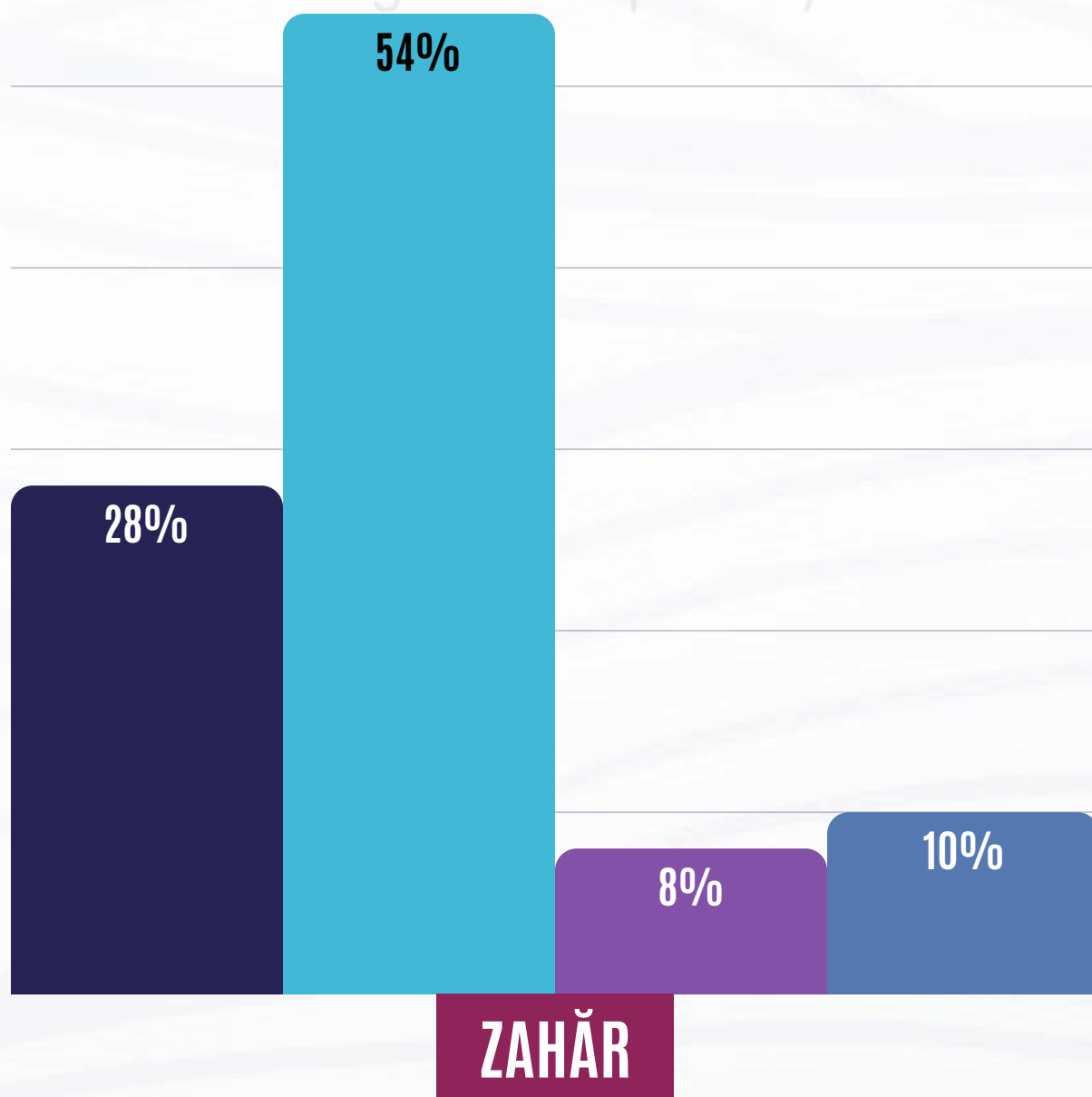
INFO 3

Motivele principale: stare de bine fizică și mentală (54%), prevenirea problemelor de sănătate (38%).

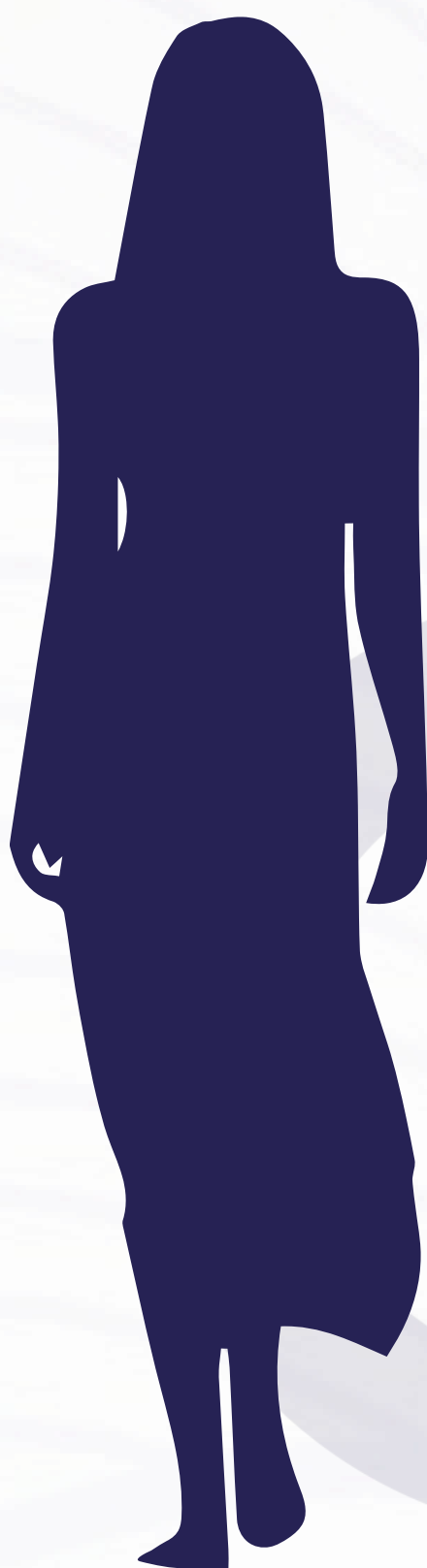
În 2025 vă propuneți să renunțați la....

Da Nu doresc să renunț de tot, doar să reduc

Nu Nu fumez/nu consum alcool/Nu consum zahăr



PROFILAREA PE GENURI PRIVIND OBICEIURILE SĂNĂTOASE ÎN ANUL 2025



FEMEIA PREOCUPATĂ DE SĂNĂTATE ȘI ECHILIBRU ÎN ALIMENTAȚIE

- Ø ADOPTĂ UN STIL DE VIAȚĂ SĂNĂTOS, ÎȘI DOREȘTE MENȚINEREA GREUTĂȚII OPTIME, CREȘTEREA ENERGIEI ZILNICE;
- Ø ATENTĂ LA NUTRIȚIE, URMEAZĂ DIETE ECHILIBRATE;
- Ø MAI PREOCUPATĂ DE GREUTATE DECÂT BĂRBAȚII;
- Ø DEȘI ESTE DESCHISĂ LA AJUTORUL UNUI SPECIALIST ȘI CONSIDERĂ NUTRIȚIONIȘTII O RESURSĂ UTILĂ, IA ÎN CALCUL ȘI SPRIJINUL FAMILIEI ȘI AL GRUPURILOR DE SUPORT.
- Ø MOTIVAȚIE: SĂ SE SIMTĂ BINE FIZIC ȘI MENTAL, SĂ PREVINĂ PROBLEMELE DE SĂNĂTATE, LUAREA ÎN GREUTATE ȘI SĂ FIE UN EXEMPLU PENTRU FAMILIE

cult research
agile.empathy



BĂRBATUL PREOCUPAT DE SĂNĂTATE ȘI ASPECT

- Ø ÎNCEARCĂ SĂ MENȚINĂ UN ECHILIBRU ALIMENTAR
- Ø OBIECTIVE: CREȘTEREA NIVELULUI DE ENERGIE, ÎMBUNĂTĂȚIREA SĂNĂTĂȚII ȘI A CONDIȚIEI FIZICE
- Ø COMPORTAMENT ALIMENTAR: MAI PUȚIN PREOCUPAT DE NUTRIȚIE DECÂT FEMEILE, DAR ARE ÎNCREDERE MAI MARE ÎN SPECIALIȘTI ȘI SUNT MAI INTERESAȚI DE BMI.
- Ø MOTIVAȚIE: ÎMBUNĂTĂȚIREA SĂNĂTĂȚII, MENȚINEREA UNUI STIL DE VIAȚĂ ECHILIBRAT