

Πηγή: ΠΕΛΟΠΟΝΝΗΣΟΣ Σελ.: 40 Ημερομηνία έκδοσης: 16-09-2018
 Κυκλοφορία: 0 Επιφάνεια: 486.43 cm² Αρθρογράφος:
 Θέματα: ΚΑΤΣΩΧΗ ΔΕΣΠΟΙΝΑ



ΕΝΑΣ ΣΤΟΥΣ ΔΥΟ ΠΑΙΡΝΕΙ ΣΥΜΠΛΗΡΩΜΑΤΑ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ

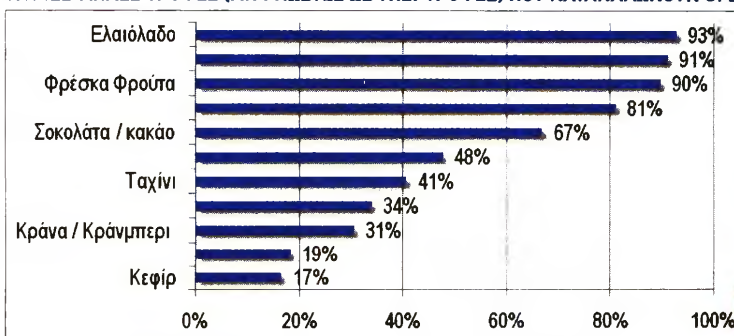
Αναζητώντας το «ελιξίριο» της ζωής

> 1 στους 2 παίρνουν συμπληρωμάτων διατροφής αναζητώντας το «ελιξίριο» που θα τους διασφαλίσει μακροζωία και καλή ποιότητα υγείας.
 > 3 στους 4 από όσους δεν παίρνουν, θέλουν να πάρουν.
 > 1 στους 3 αγοράζει συμπληρώματα διατροφής για λογαριασμό άλλου.
 > Περίπου ένας στους τέσσερις όσων συμμετείχαν στην έρευνα (23%) κρύβει από το γιατρό του το ότι παίρνει συμπληρώματα διατροφής είτε γιατί φοβάται ότι θα τον επικρίνει είτε γιατί δεν εμπιστεύεται την κρίση του!

> Πάνω από 50% δαπανούν μηνιαίως έως και 25 ευρώ ενώ 1 στους 5 διαθέτει πάνω από 50 ευρώ για την αγορά συμπληρωμάτων διατροφής.
 > Οι ιδιότητες του σκευάσματος αλλά και η υγιεινή και η ασφάλεια του χώρου στον οποίο πωλείται επηρεάζουν την απόφαση των καταναλωτών.

Η ΑΚΟΣ και το ΙΕΛΚΑ (Ινστιτούτο Έρευνας Διανομπορίου Καταναλωτικών Αγαθών) στη νέα κοινή έρευνα τους διερευνούν τις αντιλήψεις και τις συμπεριφορές υγιών και ασθενών ενηλίκων, αναφορικά με

ΚΥΡΙΕΣ-ΑΠΛΕΣ ΤΡΟΦΕΣ (ΜΗ ΓΝΩΣΤΕΣ ΩΣ ΥΠΕΡΤΡΟΦΕΣ) ΠΟΥ ΚΑΤΑΝΑΛΩΝΟΥΝ ΟΙ ΕΛΛΗΝΕΣ



τα συμπληρώματα διατροφής και τη χρήση τους: αν κάνουν χρήση συμπληρωμάτων, τι είδους, με ποια συχνότητα, για ποιους λόγους αλλά και αν ενημερώνουν το θεράποντα ιατρό τους για τη λήψη τους. Με αφορμή τη νέα έρευνα η Πρόεδρος της ΑΚΟΣ ογκολόγος/ ακτινοθεραπευτής Δρ. Δέσποινα Κατσώχη επισημαίνει: «Τα τελευταία χρόνια αυξάνεται ο αριθμός των πολιτών είτε είναι υγιείς είτε αντιμετωπίζουν προβλήματα υγείας, οι οποίοι επιλέγουν να κάνουν χρήση συμπληρωμάτων διατροφής προκειμένου να θωρακίσουν τον οργανισμό τους και να λειτουργήσουν προληπτικά απέναντι σε σειρά ασθενειών. Θελήσαμε λοιπόν να αναζητήσουμε γιατί και πώς οδηγούνται σε αυτήν την επιλογή. Αρωγοί και σε αυτήν την έρευνα μας, ειδικοί επιστήμονες οι οποίοι συνεδράμαν στην κατάρτιση του ερωτηματολογίου και στην επεξεργασία των απαντήσεων.»

ΒΑΣΙΚΑ ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ
 Ελαιόλαδο (93%), φρέσκα λαχανικά (91%), φρέσκα φρούτα (90%) και μέλι (81%) πρωταγωνιστούν στις προτιμήσεις των καταναλωτών. Ακο-

λουθούν σοκολάτα/ κακάο (67%), πράσινο τσάι (48%), ταχίνι (41%), ρόδι (34%), κράνα/κράνμπερι (31%), σαφράν/κρόκος (19%) και κεφίρ (17%)
 Στις υπερτροφές, στην κορυφή των προτιμήσεων είναι βασιλικός πολτός (9%) και ιπποφαές (9%) Ακολουθούν κουκούτσι βερίκοκου (5%), σπαθόχορτο (5%), έλαιο κάνναβης (2%), μαύρο κίμνο (2%), φύλλα ελιάς (2%) και γάλα γαϊδούρας (1%)
 Στη συντριπτική τους πλειοψηφία (76%) οι συμμετέχοντες θεωρούν ότι τρέφονται υγιεινά.

Στη συντριπτική τους πλειοψηφία (72%) δεν άλλαξαν διατροφή τον τελευταίο χρόνο επειδή δε χρειάστηκε. Το 10% απαντά ότι δε το πρότεινε ο θεράπων ιατρός του. Όσοι άλλαξαν τη διατροφή τους τον τελευταίο χρόνο, το έπραξαν κυρίως με τη βοήθεια ειδικών: είτε διαιτολόγου/διατροφολόγου (45%) είτε θεράποντα ιατρού (44%). Ένα ποσοστό αναζήτησε οδηγίες στο διαδίκτυο (28%) ή απευθύνθηκε σε εναλλακτικό επιστήμονα (15%). Μικρότερο ποσοστό απευθύνθηκε σε φίλους (10%). Το 57% δεν λαμβάνει φάρμα-

κα σε καθημερινή βάση ενώ το 52% λαμβάνει συμπληρώματα διατροφής. Ένα μεγάλο ποσοστό (72%) απ' όσους δε λαμβάνουν συμπληρώματα διατροφής, ενδιαφέρεται να τα δοκιμάσει.
 Πάνω από τους μισούς δαπανούν έως 25 ευρώ το μήνα για την αγορά συμπληρωμάτων διατροφής. Το 19% δαπανά μηνιαίως από 25 έως 50 ευρώ και 18% από 50 έως 100 ευρώ. Περίπου 7% δαπανά από 100 έως 150 ευρώ το μήνα και μόνο το 2% διαθέτει πάνω από 150 ευρώ το μήνα για την αγορά συμπληρωμάτων διατροφής.