

對營養資料標籤的 認識、態度及行為調查

調查目的

- 了解市民對營養資料標籤的認識、態度及行為
- 了解市民在營養資料標籤方面的需要，提供有用的資料以策劃有關的宣傳及教育活動

數據收集

- 進行調查時期: 2008年6月至7月
- 成功訪問1213個人士
 - 18至64歲人士
 - 懂廣東話、普通話或英語
- 整體回應率: 70.1%

主要調查結果(1)

公眾認同營養資料標籤
的重要性及好處

主要調查結果(1)

- 85%以上市民同意營養資料標籤
 - ✓ 有助於推廣均衡飲食，
 - ✓ 有助於促進公眾健康，及
 - ✓ 可以鼓勵食物業生產或推出健康的食品
- 80%以上市民同意
 - ✓ 購買預先包裝食物前，閱讀營養資料標籤上的資料是重要的，
 - ✓ 營養資料標籤可以幫助他們決定買哪些食品，及
 - ✓ 營養資料標籤可以幫助他們選擇健康的食物

主要調查結果(1)

- 42%市民對營養聲稱的可信性抱懷疑的態度

主要調查結果(2)

公眾對營養及營養資料標籤有某程度的基本認識，但仍有改善的空間

-共5題題目，46%獲得3分或以上

主要調查結果(2)

- 答對攝取過量的鈉 (一般稱為鹽)與高血壓有關 - 69%
- 能正確比較同樣以「每100克」作參考量的食物所提供的糖分 - 79%

Nutrition Information 營養資料	
Servings Per Package/每包裝所含食用分量數目: 3	
Serving Size/食用分量: 5 pieces (50g) / 5塊 (50克)	
	Per 100g/ 每100克
Carbohydrates/ 碳水化合物	65g/克
- Sugars/ 糖	24g/克

牌子A餅乾的部分營養標籤

Nutrition Information 營養資料	
	Per 100g/ 每100克
Carbohydrates/ 碳水化合物	65g/克
-Sugars/ 糖	38g/克

牌子B餅乾的部分營養標籤

主要調查結果(2)

- 答對飽和脂肪及反式脂肪可引致血液裏的「壞」膽固醇水平升高 - 21%
- 答對有關「食用分量」和「每包裝所含食用分量數目」的理解題目 - 26%

Nutrition Information 營養資料

Servings Per Package/每包裝所含食用分量數目: 3
Serving Size/食用分量: 5 pieces (50g) / 5塊 (50克)

牌子A餅乾的部分營養標籤

主要調查結果(2)

- 正確利用「每100克」和「食用分量」的資料計算出能量數值 - 41%

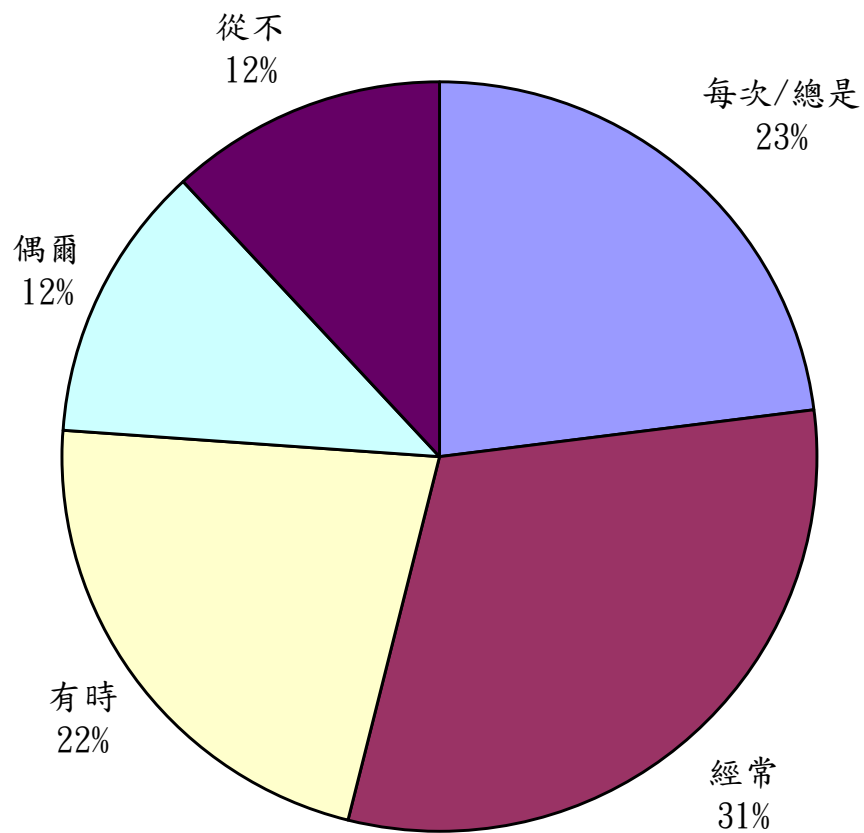
Nutrition Information 營養資料	
Servings Per Package/每包裝所含食用分量數目: 3	
Serving Size/食用分量: 5 pieces (50g) / 5塊 (50克)	
	Per 100g/ 每100克
Energy/能量	444 kcal/千卡

牌子A餅乾的部分營養標籤

主要調查結果(3)

超過一半(54%)公眾每次/經常
於第一次購買預先包裝食物前
閱讀營養資料標籤

第一次購買某種食物時閱讀營養資料標籤的習慣



營養資料標籤上受關注的營養素

最受關注的項目(首三項)

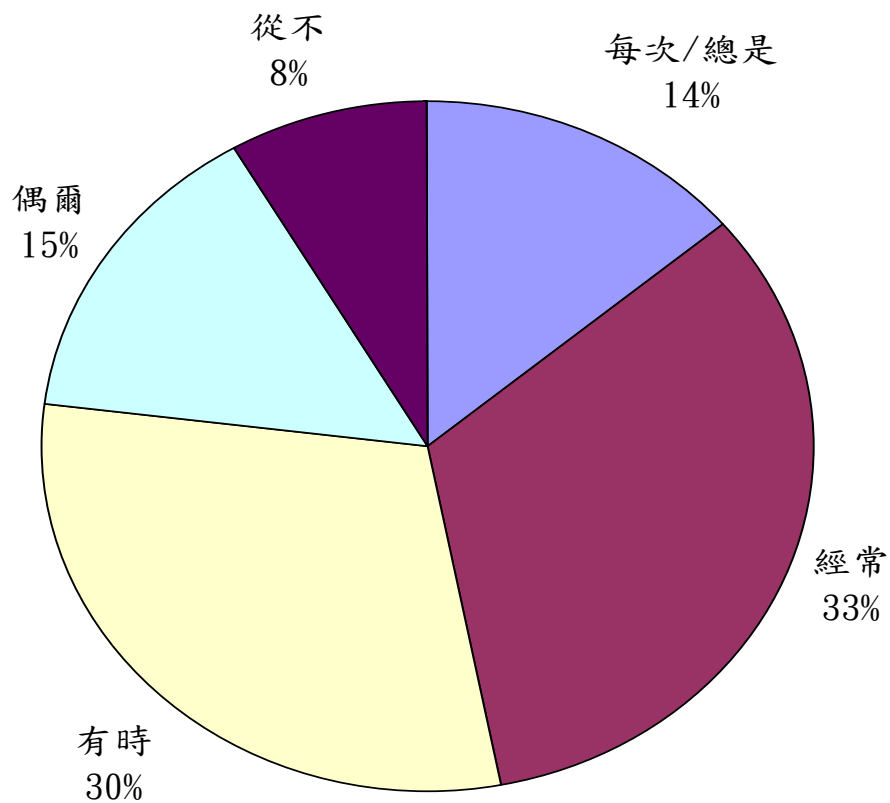
1. 糖
2. 總脂肪
3. 卡路里 / 能量



最不受關注的項目(首兩項)

1. 反式脂肪
2. 飽和脂肪

購買預先包裝食物時選擇低脂食物的習慣



總結

- 大部分市民認同營養資料標籤的重要性及好處，但接近一半市民對營養聲稱的可信性抱懷疑的態度
- 市民對營養及營養資料標籤有某程度的基本認識，但仍有改善的空間
 - 「食用分量」、「每包裝所含食用分量數目」
- 超過一半市民每次/經常於第一次購買預先包裝食物前閱讀營養資料標籤
 - 最不受關注的營養素為反式脂肪及飽和脂肪
 - 接近一半市民每次/經常選購低脂的預先包裝食物