

消费者食品营养知识及食品营养标签使用状况调查——以保定市为例

刘荣多¹,段辉娜² (1. 中华女子学院金融系,北京 100101;2. 燕山大学经济管理学院,河北秦皇岛 066004)

摘要 对保定市消费者食品营养知识、对食品标签的熟悉度、理解以及使用状况进行调查。结果发现,消费者食品营养知识低,虽然消费者对食品营养标签较为熟悉,但是他们对食品标签上的营养信息理解程度很低,购物或者规划餐饭时很少使用食品标签。未来的食品营养教育宣传应当着重加大对食品营养素参考值的解释和宣传,突出食品营养标签在饮食以及在促进身体健康方面的作用,提高消费者信心、降低他们所认为的对食品标签的理解难度。

关键词 食品;营养标签;营养知识;理解;使用
中图分类号 S-9 **文献标识码** A **文章编号** 0517-6611(2015)21-295-02

Consumers' Food Nutrition Knowledge and Their Use of Food Nutrition Labels
LIU Rong-duo¹, DUAN Hui-na² (1. Department of Finance, China Women's University, Beijing 100101; 2. School of Economics and Management, Yanshan University, Qinhuangdao, Hebei 066004)

Abstract This study investigated consumers' food nutrition knowledge, familiarity with food nutrition labels and their understanding and use of food nutrition labels. The results showed that the food nutrition knowledge of consumers in Baoding City was not high. Although they were familiar with food nutrition labels, they did not understand it much and they seldom used it when they went shopping or planned a meal. Suggestions on future food education campaign were given at the last part of this study.

Key words Food; Nutrition labelling; Nutrition knowledge; Understand; Use

近年来,我国慢性病发病率呈现高发趋势。根据国家营养调查结果,我国消费者饮食结构不合理,如脂肪、钠(食盐)、胆固醇的摄入较高,是导致我国慢性病高发的主要原因。为了更好地引导消费者合理健康饮食,我国政府在2007年发布了《食品营养标签管理规范》,2011年公布了《预包装食品营养标签通则》(GB 28050-2011)。从2013年1月1日起,《预包装食品营养标签通则》开始在我国强制实施。食品营养标签向消费者提供食品营养信息和特性说明,是消费者直观了解食品营养组分、特征的有效方式。食品营养标签的实施,旨在对我国消费者饮食产生长期正面的影响,降低慢性病发病率。了解消费者食品营养知识以及食品营养标签的使用状况,有助于制定公众食品营养教育策略、食品标签规则和改善公众健康。笔者以河北省保定市为例,调查消费者的食品营养知识以及消费者对食品营养标签的使用状况。

1 问卷设计与数据来源

问卷主要分为五大部分,包括消费者饮食健康意识,消费者对食品营养标签的熟悉度,消费者食品营养知识(主观和客观营养知识),消费者对食品标签的理解(主观和客观理解)以及消费者对食品标签的使用。其中,消费者饮食健康意识由5个问题组成,参考Ragaert等的研究^[1];消费者主观营养知识由3个问题组成,参考Hoefkens的研究^[2];消费者对食品标签的主观理解由7个问题组成,参考Cowburn等的研究^[3]。这些问题的测量值为1至7,1代表最低程度,7代表最高程度,4为中等程度。信度检验分别用于检验每部分问题的内在信用,如果克隆巴赫 α 系数(Cronach's α)大于0.7,表明此部分的几个问题一致性较好,此部分由这几个问

题的平均值衡量。

消费者对食品标签的熟悉度由“您注意食品包装上的营养标签吗?”这一问题来衡量,回答选项为注意过/没注意过。消费者客观营养知识分为三大部分,共59道题。第一部分包含19道题,参考Grunert等的研究^[4],考查消费者正确饮食的知识。第二部分包含36道题,参考Grunert等^[4]和Nayga^[5]的研究,考查消费者食品营养成分知识。第三部分包含4道题,参考Hoefkens的研究^[2],考查消费者对盐和能量的理解。消费者客观营养知识由3部分问题回答正确率的总和来衡量,即消费者客观营养知识最小值为0,最大值为3。消费者对食品标签的客观理解由3个问题构成,考查消费者对食品标签中营养素参考值(NRV)的理解。消费者对食品营养标签的使用包括3个问题,参考Grunert等的研究^[6],调查当消费者购物时是否寻找食品营养信息,当消费者在家时是否查看所购食品包装上的营养信息以及消费者是否使用食品标签上的营养信息来安排餐饭。

研究数据取自2012年3月一项在河北省保定市进行的问卷调查。调查主要通过向保定某中学学生家长发放问卷的方式进行,共发放问卷约700份,回收问卷500份,有效问卷372份。

2 调查结果与分析

如表1所示,调查样本是一个以女性为主,年龄为中年(Mean=42.5,SD=3.23),学历相对较低,月均收入基本在3000元以下的群体。在调查期间,约有61%的被调查者处于低盐或低糖饮食状态,37%为低能量饮食,54.4%为低脂肪饮食,31.4%处于素食饮食状态。有62.5%的被调查者体重正常,有约25%的被调查者偏重,有约7.8%的被调查者为肥胖人群,有4%的被调查者体重偏轻。

一般来说,被调查者具有饮食健康意识(Cronbach's α = 0.74; Mean = 5.05, SD = 1.11),即他们意识到食品在保持身体健康方面扮演重要角色。被调查者认为和3年前相比他

基金项目 中华女子学院青年课题项目(KG10-04006)。
作者简介 刘荣多(1977-),女,河北保定人,讲师,博士,从事食品消费研究。
收稿日期 2015-05-22

们现在吃的更健康,自己基本能掌控自己的健康,基本知道哪种食品有利于身体健康,认为自己的身体健康取决于所吃的食品。大多数被调查者(78.8%)表示他们注意过食品包装上的营养标签。

关于主观营养知识,被调查者认为他们不太具有食品营养知识(Cronbach's $\alpha = 0.74$; Mean = 4.19, SD = 1.23)。他们表示自己不太了解食品营养,不太清楚如何衡量一个食品的营养含量,也不了解哪种食品包含身体所需要的营养。关于客观营养知识,被调查者平均客观营养知识得分为1.67,标准差为0.43。具体来说,在第一部分关于正确饮食的问题中,绝大部分被调查者知道应当多吃水果和蔬菜(90.3%)。约有一半的被调查者知道应当增加奶制品的消费,减少高脂肪高糖高盐食品的消费,维持目前淀粉类食品的消费,但是只有不到40%的被调查者知道应当提高富含蛋白质的食品如鱼及豆类的消费。对于营养成分的摄入,大部分被调查者知道应该增加全麦的消费,约有一半的被调查者知道应当减少对脂肪、能量、盐和糖的摄入而增加对纤维的摄入。大部分的被调查者(约70%)不知道反式脂肪、omega-3 脂肪酸、单不饱和脂肪酸和多不饱和脂肪的含义。有相当一部分被调查者不知道钠的含义以及不知道应当减少钠的摄入。在第二部分食品所含营养成分相关知识中,一半以上的被调查者能正确回答所列食品脂肪含量高低,只有极少数人知道可乐和小麦的脂肪含量低。对于食品胆固醇含量,一半以上的被调查者不知道脱脂奶、全脂酸奶、可乐、巧克力和食用油的胆固醇含量或不能给出正确答案。对于食品中糖的含量,约有一半的被调查者能正确回答小麦、大豆、红肉、蔬菜、可乐、巧克力和脱脂奶含糖的高低,但是只有较少的被调查者知道大米和全脂酸奶含糖量低。在所列6组食品中,大部分消费者(约70%)能在每组中正确选出胆固醇含量高和糖含量高的食品。在第三部分关于盐和能量的知识中,只有不到一半的被调查者知道一个成年人每天应当摄入食盐的最大量,只有约30%的被调查者知道一个儿童需要的热量比一个成年人高。

表1 样本社会人口学特征分布($n = 372$)

指标	分组	占比//%	指标	分组	占比//%
性别	男	28.8	年龄	<40 岁	26.9
	女	71.2		40~50 岁	72.0
收入	<3 000 元/月	57.2		>50 岁	1.1
	3 000~5 000 元/月	13.9	职业	事业单位	42.5
	>5 000 元/月	5.9		私人机构	31.1
学历	中学及以下	69.5		退休或无收入	8.2
	大专及以上	30.5		其他	18.2

对于对食品营养标签的主观理解,被调查者认为他们不大理解食品标签上食品营养成分的含义(Cronbach's $\alpha = 0.896$, Mean = 4.28, SD = 1.24),不了解食品营养成分在饮食中的作用。对于对食品营养标签的客观理解,只有少部分被调查者(约20%)能够正确选择食品营养素参考值的含义以及所给标签样本中每100 g 此包食品所含的能量和脂肪占人

体一天所正常摄入量的百分比。关于食品营养标签的使用,绝大多数消费者(70%)在购物时、在家或者规划饭菜时很少和从不使用营养标签。

3 结论及讨论

从调查结果可以看出,被调查者已经具备了饮食健康意识,认为食品在保持和提高身体健康方面有重要作用,但是他们的食品营养知识有待提高。被调查者普遍认为他们不太具备食品营养知识,也不太理解食品标签上营养成分的含义。以往研究发现,相比于客观知识,消费者的主观知识更能决定消费者行为^[7],消费者对营养信息的分析很大程度上依赖于主观知识^[8]。消费者主观知识和主观理解通常与消费者信心相关,因此如何提高消费者信心、降低他们所认为的对食品标签的理解难度应当成为未来食品营养教育宣传的重点。营养素参考值是消费者选择食品时的一种营养参照尺度,是我国强制性食品标签必须表明的内容之一,然而很少有人能理解食品营养素参考值的含义以及用其判断食品的营养成分含量,因此政府相关部门应当加大对食品营养素参考值的解释和宣传,帮助消费使用营养素参考值选择食品。我国北方居民饮食含盐量过高,长期高盐饮食是导致消费者高血压的重要原因。虽然大多数被调查者知道应当降低盐的摄入,但是一半以上被调查者不能准确回答一个成年人每天应当摄入盐的最高量,因此未来营养教育宣传应当进一步强调每日最高盐摄入量。虽然大多数对被调查者对食品标签都比较熟悉,但是被调查者对食品标签的使用无论在购物还是在准备餐饭时的使用频率都非常低。我国引入食品标签的时间还不长,消费者还不习惯使用营养标签^[9],消费者对食品标签的熟悉仅限于注意过而对食品营养标签缺乏深入了解,因此未来的食品营养教育宣传应当突出食品营养标签在饮食以及在促进身体健康方面的作用,增加消费者对食品营养标签的使用。

参考文献

[1] RAGAERT P, VERBEKE W, DEVLIEGHERE F, et al. Consumer perception and choice of minimally processed vegetables and packaged fruits [J]. Food Quality and Preference, 2004, 15: 259-270.

[2] HOEFKENS C. The role of information in health-related food quality perceptions and food choices [D]. Ghent University, 2011: 172.

[3] COWBURN G, STOCKLEY L. Consumer understanding and use of nutrition labelling: A systematic review [J]. Public Health Nutrition, 2005, 8 (1): 21-28.

[4] GRUNERT K G, WILLS J M, FERNÁNDEZ-CELEMÍN L. Nutrition knowledge, and use and understanding of nutrition knowledge on food labels among consumers in the UK [J]. Appetite, 2010, 55 (2): 177-189.

[5] NAYGA R M. Nutrition knowledge, gender and food label use [J]. Journal of Consumer Affairs, 2000, 34 (1): 97-112.

[6] GRUNERT K G, FERNÁNDEZ-CELEMÍN L, WILLS J M, et al. Use and understanding of nutrition knowledge on food labels in six European countries [J]. Journal of Public Health, 2010, 18 (3): 261-277.

[7] PIENIAK Z, AERTSENS J, VERBEKE W. Subjective and objective knowledge as determinants of organic vegetables consumption [J]. Food Quality and Preference, 2010, 21 (6): 581-588.

[8] VAN TRIJP H C M. Consumer understanding and nutritional communication: key issues in the context of the new EU legislation [J]. European Journal of Nutrition, 2009, 48 (1): 41-48.

[9] 陈卫平, 牛明婵. 消费者对食品营养标签的使用行为及其影响因素 [J]. 中国人民大学学报, 2009, 4 (4): 105-113.