

WYNIKI BADAŃ ANKIETOWYCH NA TEMAT:
WAGA I NADWAGA POLAKÓW

ankieta z udziałem ankierów
wywiady bezpośrednie

Badania przeprowadziła firma Estymator we wrześniu 2006 roku na reprezentatywnej, 800 osobowej próbie mieszkańców Polski w wieku od 18 do 80 lat.

(1) Czy kiedykolwiek w przeszłości stosował/a Pan/i dietę aby się odchudzić?

- ¹ tak
² nie

(2) Czy obecnie chciał(a)by Pan/i schudnąć?

- ¹ tak
² nie

(3) Jaki jest Pana/i obecny wzrost? _____ cm

(4) Jaka jest Pana/i obecna waga? _____ kg

(5) A ile chciał(a)by Pan/i ważyć? _____ kg

(6) Płeć

- ¹ kobieta
² mężczyzna

(7) Wiek

- ¹ 18 - 30 lat
² 31 - 40 lat
³ 41 - 50 lat
⁴ 51 - 60 lat
⁵ 61+ lat

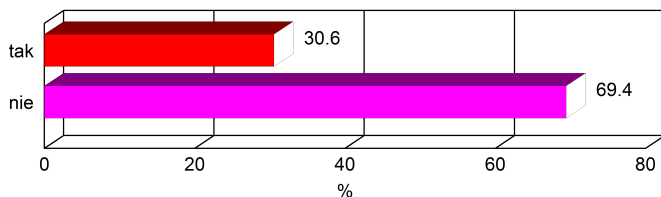
(8) Wykształcenie

- ¹ podstawowe
² zawodowe
³ średnie
⁴ wyższe i niepełne wyższe

(9) Miejsce zamieszkania

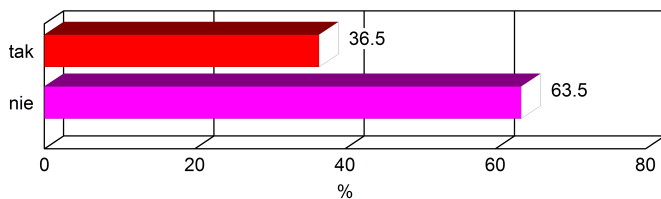
- ¹ miasto powyżej 200 tys.
² miasto od 50 do 200 tys.
³ miasto do 50 tys.
⁴ wieś

CZY KIEDYKOLWIEK W PRZESZŁOŚCI STOSOWAŁ/A PAN/I DIETĘ ABY SIĘ ODCHUDZIĆ?

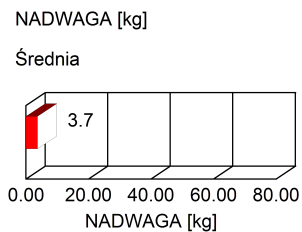
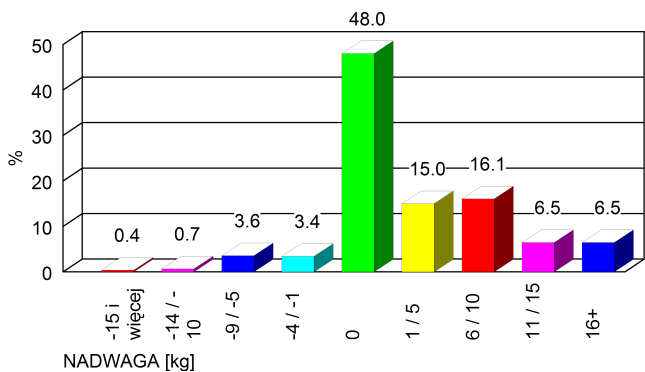
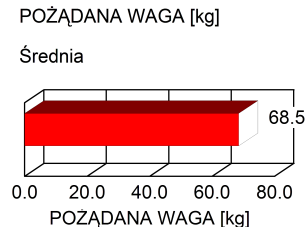
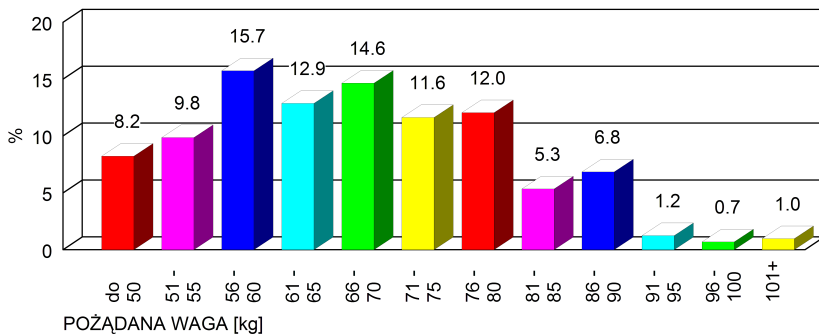
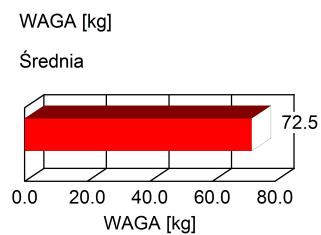
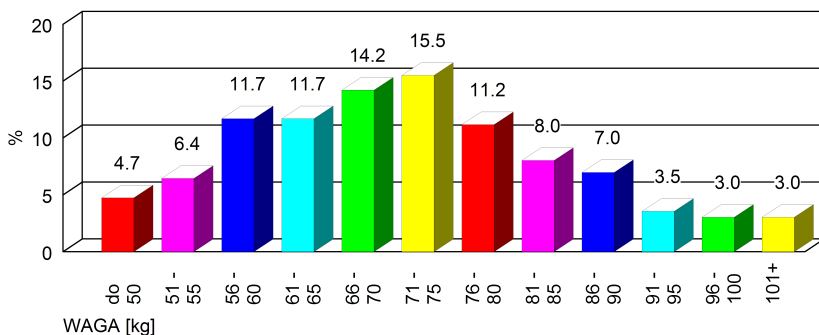
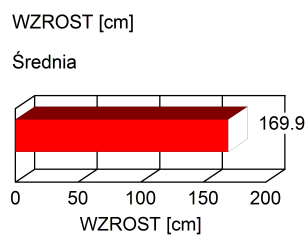
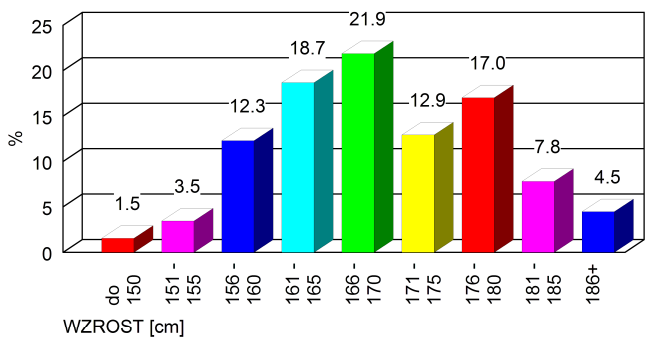


		CZY KIEDYKOLWIEK W PRZESZŁOŚCI STOSOWAŁ/A PAN/I DIETĘ ABY SIĘ ODCHUDZIĆ?		
		tak	nie	Suma
Ogółem	800	30.6%	69.4%	100.0%
PŁEĆ				
kobieta	399	45.7%	54.3%	100.0%
mężczyzna	394	15.2%	84.8%	100.0%
WIEK				
18 - 30	142	38.0%	62.0%	100.0%
31 - 40	155	32.5%	67.5%	100.0%
41 - 50	163	34.4%	65.6%	100.0%
51 - 60	151	31.8%	68.2%	100.0%
61+	181	18.8%	81.2%	100.0%
PŁEĆ				
kobieta				
WIEK				
18 - 30	73	56.2%	43.8%	100.0%
31 - 40	75	54.1%	45.9%	100.0%
41 - 50	82	45.1%	54.9%	100.0%
51 - 60	81	44.4%	55.6%	100.0%
61+	88	31.8%	68.2%	100.0%
mężczyzna				
WIEK				
18 - 30	69	18.8%	81.2%	100.0%
31 - 40	80	12.5%	87.5%	100.0%
41 - 50	81	23.5%	76.5%	100.0%
51 - 60	70	17.1%	82.9%	100.0%
61+	93	6.5%	93.5%	100.0%
WYKSZTAŁCENIE				
podstawowe	94	19.1%	80.9%	100.0%
zawodowe	193	19.7%	80.3%	100.0%
średnie	332	35.0%	65.0%	100.0%
wyższe i niepełne wyższe	173	39.9%	60.1%	100.0%
MIEJSCE ZAMIESZKANIA				
miasto powyżej 200 tys.	156	35.3%	64.7%	100.0%
miasto od 50 do 200 tys.	229	32.5%	67.5%	100.0%
miasto do 50 tys.	100	38.0%	62.0%	100.0%
wieś	297	24.2%	75.8%	100.0%
WSKAŹNIK BMI				
niedowaga (0-18)	23	26.1%	73.9%	100.0%
waga prawidłowa (19-25)	417	24.7%	75.3%	100.0%
nadwaga (26-30)	241	35.4%	64.6%	100.0%
otyłość (31+)	80	42.5%	57.5%	100.0%

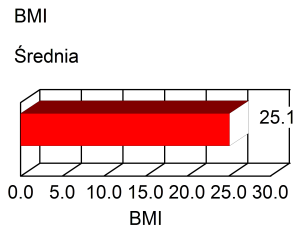
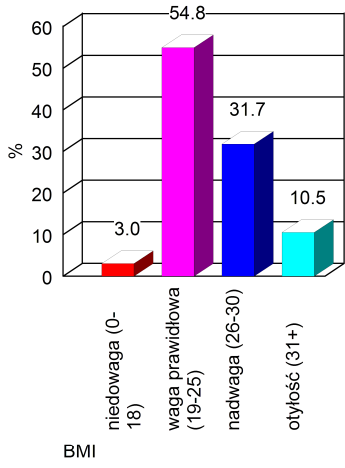
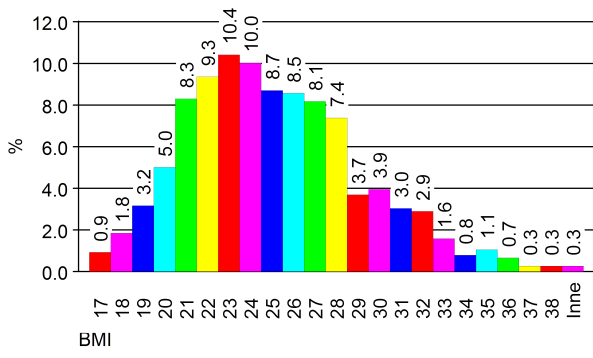
CZY OBECNIE CHCIAŁ(A)BY PAN/I SCHUDNAĆ?



		CZY OBECNIE CHCIAŁ(A)BY PAN/I SCHUDNAĆ?		
		tak	nie	Suma
Ogółem	800	36.5%	63.5%	100.0%
PŁEĆ				
kobieta	399	49.9%	50.1%	100.0%
mężczyzna	394	23.1%	76.9%	100.0%
WIEK				
18 - 30	142	41.5%	58.5%	100.0%
31 - 40	155	35.7%	64.3%	100.0%
41 - 50	163	39.9%	60.1%	100.0%
51 - 60	151	39.7%	60.3%	100.0%
61+	181	27.8%	72.2%	100.0%
PŁEĆ				
kobieta				
WIEK				
18 - 30	73	61.6%	38.4%	100.0%
31 - 40	75	55.4%	44.6%	100.0%
41 - 50	82	53.7%	46.3%	100.0%
51 - 60	81	51.9%	48.1%	100.0%
61+	88	29.9%	70.1%	100.0%
mężczyzna				
WIEK				
18 - 30	69	20.3%	79.7%	100.0%
31 - 40	80	17.5%	82.5%	100.0%
41 - 50	81	25.9%	74.1%	100.0%
51 - 60	70	25.7%	74.3%	100.0%
61+	93	25.8%	74.2%	100.0%
WYKSZTAŁCENIE				
podstawowe	94	30.9%	69.1%	100.0%
zawodowe	193	31.8%	68.2%	100.0%
średnie	332	38.6%	61.4%	100.0%
wyższe i niepełne				
wyższe	173	40.7%	59.3%	100.0%
MIEJSCE ZAMIESZKANIA				
miasto powyżej 200 tys.	156	45.2%	54.8%	100.0%
miasto od 50 do 200 tys.	229	40.4%	59.6%	100.0%
miasto do 50 tys.	100	41.0%	59.0%	100.0%
wieś	297	27.9%	72.1%	100.0%
WSKAŹNIK BMI				
niedowaga (0-18)	23	17.4%	82.6%	100.0%
waga prawidłowa (19-25)	417	22.4%	77.6%	100.0%
nadwaga (26-30)	241	46.7%	53.3%	100.0%
otyłość (31+)	80	82.5%	17.5%	100.0%



		WZROST	WAGA [kg]	POŻĄDANA	NADWAGA
		[cm]	[kg]	WAGA [kg]	[kg]
		Średnia	Średnia	Średnia	Średnia
Ogółem	800	169.89	72.51	68.47	3.75
PŁEĆ					
kobieta	399	163.88	65.12	59.90	5.02
mężczyzna	394	175.95	79.84	77.45	2.49
WIEK					
18 - 30	142	172.15	66.70	64.65	2.15
31 - 40	155	172.04	72.18	68.44	3.62
41 - 50	163	169.86	74.42	69.55	4.47
51 - 60	151	168.90	74.81	69.09	5.05
61+	181	166.91	73.83	70.15	3.44
PŁEĆ					
kobieta					
WIEK					
18 - 30	73	165.59	57.82	54.08	4.15
31 - 40	75	166.36	64.23	59.14	4.99
41 - 50	82	163.42	65.51	59.64	5.73
51 - 60	81	163.71	69.78	62.95	6.23
61+	88	160.80	67.62	63.14	4.00
mężczyzna					
WIEK					
18 - 30	69	179.30	76.10	76.18	0.03
31 - 40	80	177.43	79.72	77.36	2.33
41 - 50	81	176.39	83.10	80.14	3.25
51 - 60	70	174.91	80.52	76.61	3.71
61+	93	172.56	79.40	76.83	2.93
WYKSZTAŁCENIE					
podstawowe	94	165.31	69.89	66.66	3.04
zawodowe	193	170.54	75.81	72.12	3.60
średnie	332	170.14	71.98	67.37	4.30
wyższe i niepełne					
wyższe	173	171.22	71.32	67.93	3.15
MIEJSCE					
ZAMIESZKANIA					
miasto powyżej 200 tys.	156	171.64	75.63	71.33	3.55
miasto od 50 do 200 tys.	229	169.25	71.97	67.50	4.42
miasto do 50 tys.	100	170.11	71.08	67.15	3.75
wieś	297	169.33	71.99	68.18	3.37
WSKAŹNIK BMI					
niedowaga (0-18)	23	168.17	49.39	50.05	-0.57
waga prawidłowa (19-25)	417	170.23	65.47	64.60	0.85
nadwaga (26-30)	241	169.56	79.41	73.59	5.41
otyłość (31+)	80	170.01	95.05	79.78	15.38



		BMI					BMI
		niedowaga (0-18)	waga prawidłowa (19-25)	nadwaga (26-30)	otyłość (31+)	Suma	Średnia
Ogółem	800	3.0%	54.8%	31.7%	10.5%	100.0%	25.05
PŁEĆ							
kobieta	399	5.5%	58.0%	28.5%	7.9%	100.0%	24.32
mężczyzna	394	0.5%	51.6%	34.8%	13.1%	100.0%	25.78
WIEK							
18 - 30	142	10.1%	73.9%	14.5%	1.4%	100.0%	22.36
31 - 40	155	2.6%	64.9%	26.0%	6.5%	100.0%	24.33
41 - 50	163	1.3%	52.6%	34.6%	11.5%	100.0%	25.64
51 - 60	151	0.7%	43.4%	39.2%	16.8%	100.0%	26.20
61+	181	1.2%	41.4%	42.0%	15.4%	100.0%	26.41
PŁEĆ							
kobieta							
WIEK							
18 - 30	73	18.3%	71.8%	9.9%	0.0%	100.0%	21.15
31 - 40	75	5.3%	69.3%	22.7%	2.7%	100.0%	23.27
41 - 50	82	2.6%	64.9%	23.4%	9.1%	100.0%	24.57
51 - 60	81	0.0%	44.7%	42.1%	13.2%	100.0%	26.12
61+	88	2.5%	41.2%	42.5%	13.8%	100.0%	26.15
mężczyzna							
WIEK							
18 - 30	69	1.5%	76.1%	19.4%	3.0%	100.0%	23.64
31 - 40	80	0.0%	60.8%	29.1%	10.1%	100.0%	25.34
41 - 50	81	0.0%	40.5%	45.6%	13.9%	100.0%	26.68
51 - 60	70	1.5%	41.8%	35.8%	20.9%	100.0%	26.28
61+	93	0.0%	41.6%	41.6%	16.9%	100.0%	26.64
WYKSZTAŁCENIE							
podstawowe	94	2.1%	52.1%	31.9%	13.8%	100.0%	25.64
zawodowe	193	1.1%	43.7%	40.4%	14.8%	100.0%	25.97
średnie	332	4.7%	56.7%	29.2%	9.4%	100.0%	24.77
wyższe i niepełne							
wyższe	173	2.4%	65.2%	26.8%	5.5%	100.0%	24.19
MIEJSCE							
ZAMIESZKANIA							
miasto powyżej 200 tys.	156	0.0%	55.9%	32.2%	11.9%	100.0%	25.44
miasto od 50 do 200 tys.	229	4.0%	51.1%	36.0%	8.9%	100.0%	25.06
miasto do 50 tys.	100	5.2%	60.8%	19.6%	14.4%	100.0%	24.59
wieś	297	3.2%	54.0%	33.0%	9.8%	100.0%	25.05
WSKAŹNIK BMI							
niedowaga (0-18)	23	100.0%	0.0%	0.0%	0.0%	100.0%	17.48
waga prawidłowa (19-25)	417	0.0%	100.0%	0.0%	0.0%	100.0%	22.52
nadwaga (26-30)	241	0.0%	0.0%	100.0%	0.0%	100.0%	27.57
otyłość (31+)	80	0.0%	0.0%	0.0%	100.0%	100.0%	32.84

PIĄTEK, 10 LISTOPADA 2006

**ZDROWIE**

TVP.PL > SPOŁECZEŃSTWO > ZDROWIE >

WYSZUKIWARKA **SPOŁECZEŃSTWO****ZDROWIE****NIEPEŁNOSPRAWNI****SERWISY TVP****KULTURA****WIEDZA****SPOŁECZEŃSTWO****WSZYSTKO O TVP****WIADOMOŚCI****SPORT****PROMOCJA ZDROWIA**■ **Alergikom na pomoc****PRAWA PACJENTA**■ **Prawa pacjenta**■ **Dochodzenie praw****LINKI****ZOBACZ RÓWNIEŻ**■ **Wielki świat małych odkrywców**■ **Spróbujmy razem**■ **Szansa na życie**

Aktualizacja: czwartek, 12 października 2006 godz. 08:59

Chcemy schudnąć

50 proc. Polek i 23 proc. Polaków nie jest zadowolonych ze swej tuszy i chce schudnąć. Wielu próbowało zrzucić zbędne kilogramy za pomocą różnych diet – wynika z sondażu Biura Badania Opinii i Rynku Estymator.

Przeciętna dorosła Polka waży 65 kg, a przeciętny Polak – 80 kg. Najmniej ważą osoby z podstawowym wykształceniem (średnio 70 kg). Polak z tytułem magistra waży 71 kg, z maturą – 72 kg. Najcięższy jest Polak po zawodowce – waży 76 kg.



Bardziej niezadowolone ze swej wagi są kobiety (fot. arch.)

Waga zależy nie tylko od wykształcenia. Tyjemy przede wszystkim wraz z wiekiem: przed 30. rokiem życia mamy 67 kg, 72 kg ważymy w przedziale wieku 31–40 lat, 74 kg – w wieku 41–50 lat i 75 kg – w wieku 51–60.

Najciężsi są mieszkańcy dużych miast powyżej 200 tys. mieszkańców – średnio ważą 76 kg. Mieszkańcy mniejszych miast i osoby, mieszkające na wsi, ważą o 4 kg mniej.

Bardziej niezadowolone ze swej wagi są kobiety i to niezależnie od wieku. Przeciętna Polka chciałaby schudnąć 5 kg, podczas gdy przeciętny Polak tylko 2 kg.

Inne podejście do odchudzania mają mężczyźni. Według sondażu, panowie w wieku do 30 lat w ogóle nie chcą chudnąć. Chęć utraty wagi pojawia się wraz z wiekiem i również z wiekiem rośnie. Polak w wieku 31–40 lat chce schudnąć 2 kg, w wieku 41–50 – 3 kg, w wieku 51–60 – już 4 kg. Najstarsi Polacy (powyżej 60 lat) chcą schudnąć 3 kg.

Jeśli za kryterium odpowiedniej wagi uznać wskaźnik BMI, który równy jest wadze wyrażonej w kilogramach podzielonej przez kwadrat wzrostu wyrażonego w metrach, to okazuje się, że 32 proc. Polaków ma nadwagę (BMI od 25 do 30), a 11 proc. cechuje otyłość (BMI powyżej 30).

Ponad połowa (55 proc.) Polaków ma wskaźnik BMI w granicach od 19 do 25 – wagę w granicach normy, jedynie 5 proc. ma niedowagę (BMI poniżej 19). Dla przeciętnego Polaka wskaźnik BMI wynosi 26, a dla przeciętnej Polki 24.

Sondaż przeprowadziła we wrześniu 2006 roku firma Estymator na ogólnopolskiej, reprezentatywnej próbie 800 osób w wieku od 18 do 80 lat.

WIĘCEJ W

- e-porady k
- Vioxx i inni 08.11.2006
- Sukces pol 07.11.2006
- Otyłość w i
- Kielce będą pozytonow
- Elektronicz książeczki
- Depresja o 02.11.2006

PACJENT W

- **Polscy o Europejs**
- **Opieka z obywatel**

(PAP)