

**NR 122/2014**

**CZY POLACY JEDZĄ ZA DUŻO?**

Znak jakości przyznany CBOS przez Organizację Firm Badania Opinii i Rynku 14 stycznia 2014 roku



Fundacja Centrum Badania Opinii Społecznej  
ul. Świętojerska 5/7, 00-236 Warszawa  
e-mail: sekretariat@cbos.pl; info@cbos.pl  
<http://www.cbos.pl>  
(48 22) 629 35 69

W jednym z ostatnich sondaży<sup>1</sup> zapytaliśmy Polaków o nawyki żywieniowe. Dotychczas ukazały się dwa opracowania poświęcone tej problematyce<sup>2</sup>, niniejsze, trzecie z kolei, dotyczy pewnych nieprawidłowości oraz złych nawyków żywieniowych – z jednej strony jedzenia ponad miarę, z drugiej zaś niemożności zaspokojenia głodu. Ilu Polaków je zbyt dużo i w jakich sytuacjach? Czy zdarza się, że nie mogą zaspokoić głodu? Jakie są tego przyczyny? Czy Polacy mają problem z nadwagą?

Z naszych badań wynika, iż większość dorosłych Polaków uważa, że odżywia się zdrowo oraz że ich dieta jest zbilansowana<sup>3</sup>, jednak – jak się okazuje – połowa (51%) ma problem z nadwagą, w tym blisko jedna piąta (17%) z otyłością. Nieco mniej niż połowa badanych (46%) ma prawidłową wagę, a tylko nieliczni (3%) niedowagę. Interpretując te dane należy zaznaczyć, że w naszych obliczeniach wskaźnika masy ciała (BMI), określającego, czy ktoś ma niedowagę, wagę prawidłową czy też nadwagę, bazowaliśmy na podanych przez ankietowanych informacjach dotyczących ich wzrostu i wagi. Analizując wyniki trzeba więc wziąć poprawkę na niedokładność uzyskanych danych wynikającą z zawodności ludzkiej pamięci czy też – jak można przypuszczać – np. z tendencji do zaniżania swojej wagi, podawania wagi nieaktualnej itp.

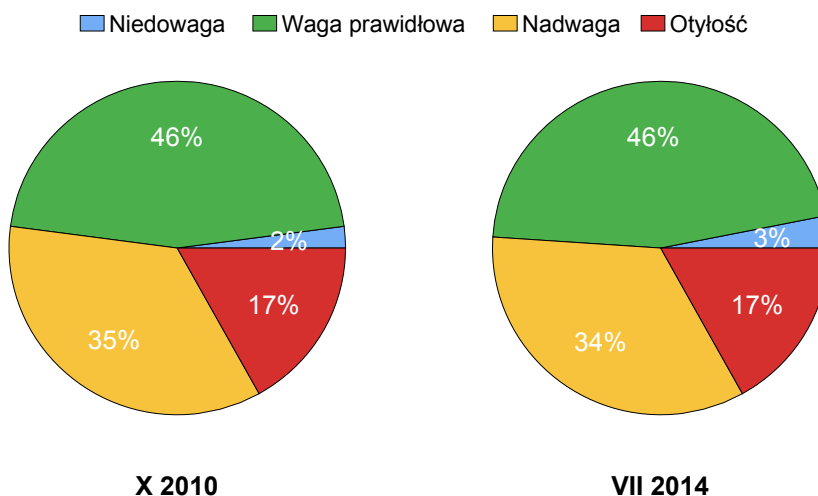
---

<sup>1</sup> Badanie „Aktualne problemy i wydarzenia” (290) przeprowadzono metodą wywiadów bezpośrednich (face-to-face) wspomaganym komputerowo (CAPI) w dniach 3–9 lipca 2014 roku na liczącej 943 osoby reprezentatywnej próbie losowej dorosłych mieszkańców Polski.

<sup>2</sup> Zob. komunikaty CBOS: „Diety Polaków”, lipiec 2014 (oprac. M. Omyła-Rudzka), oraz „Zachowania żywieniowe Polaków”, sierpień 2014 (oprac. M. Feliksiak).

<sup>3</sup> Por. komunikat CBOS „Zachowania żywieniowe Polaków”, sierpień 2014 (oprac. M. Feliksiak).

RYS. 1. KLASYFIKACJA WEDŁUG WARTOŚCI WSKAŹNIKA MASY CIAŁA (BMI)\*



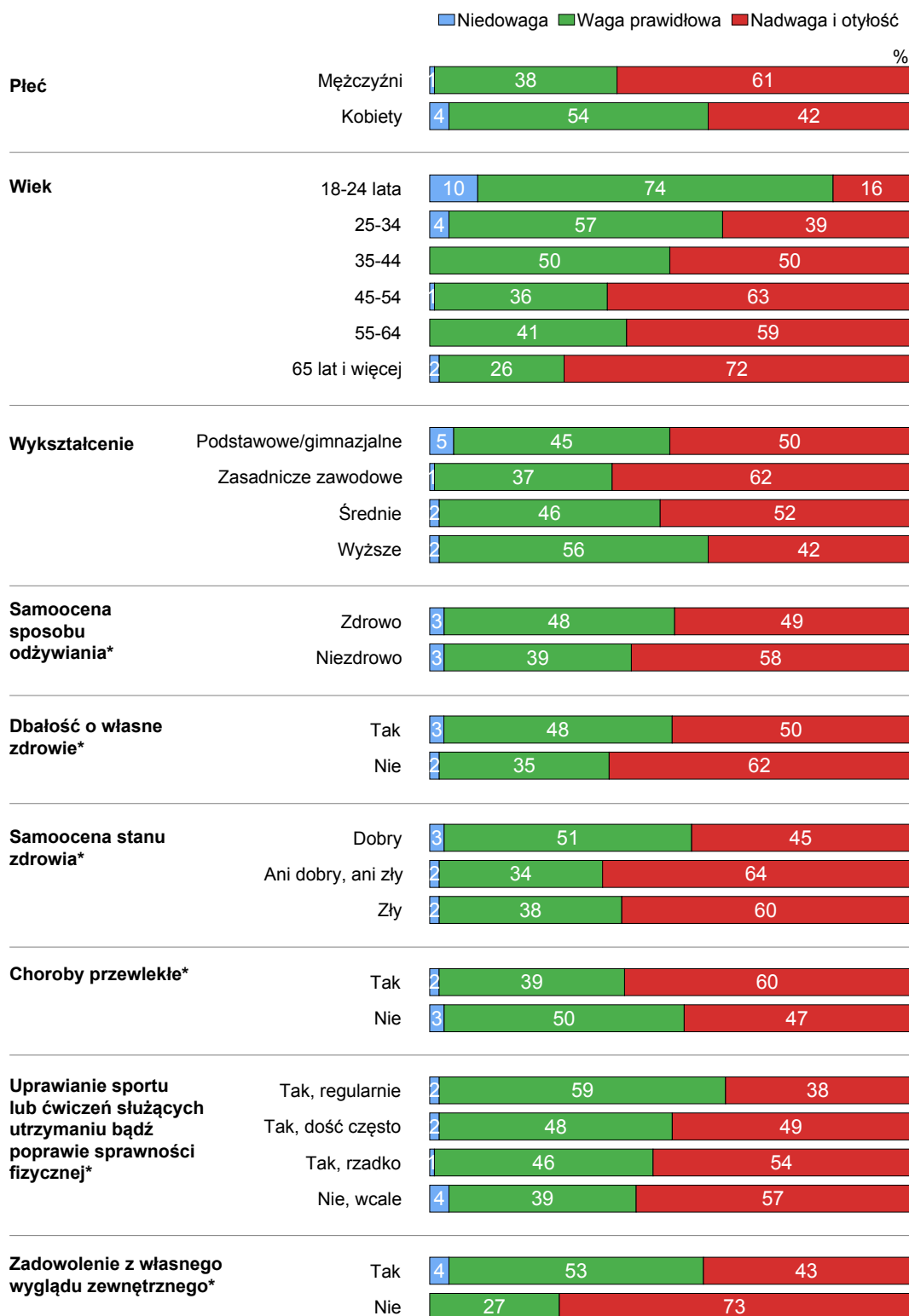
\* BMI to współczynnik masy ciała, który obliczamy dzieląc masę ciała podaną w kilogramach przez wzrost podniesiony do kwadratu (podany w metrach). BMI < 18,5 oznacza niedożywienie, 18,5–24,9 prawidłową masę ciała, 25–29,9 nadwagę, natomiast BMI  $\geq$  30 wskazuje na otyłość

Jak wynika z analiz wielozmiennowych<sup>4</sup>, nadwaga zależna jest przede wszystkim od wieku i płci badanych. Częściej pojawia się u mężczyzn niż u kobiet. Częstość jej występowania zwiększa się też wraz z wiekiem, a bardziej szczegółowe analizy ujawniają jeszcze jedną interesującą zależność – mężczyźni w młodszym wieku częściej niż kobiety zaczynają mieć problem z nadwagą. Wśród mężczyzn już w grupie wiekowej 25–34 lata nadwaga zaczyna przeważać nad wagą prawidłową i tendencja ta pogłębia się wraz z wiekiem, natomiast u kobiet nadwaga zaczyna dominować dopiero po 55 roku życia.

Częstość występowania nadwagi jest natomiast mniejsza niż przeciętnie wśród osób najlepiej wykształconych. Z kolei częściej niż u pozostałych nadwaga występuje u respondentów przekonanych, że odżywiają się niezdrowo, niedbających o własne zdrowie, określających stan swojego zdrowia jako średni lub zły, chorujących na jakąś chorobę przewlekłą. Ponadto można zauważyć, że nadwaga stosunkowo rzadko idzie w parze z regularnym uprawianiem sportu i zadowoleniem z własnego wyglądu zewnętrznego.

<sup>4</sup> Wykorzystano moduł *IBM SPSS Decision Trees*.

RYS. 2. WSKAŹNIK BMI A PŁEĆ, WIEK, WYKSZTAŁCENIE...



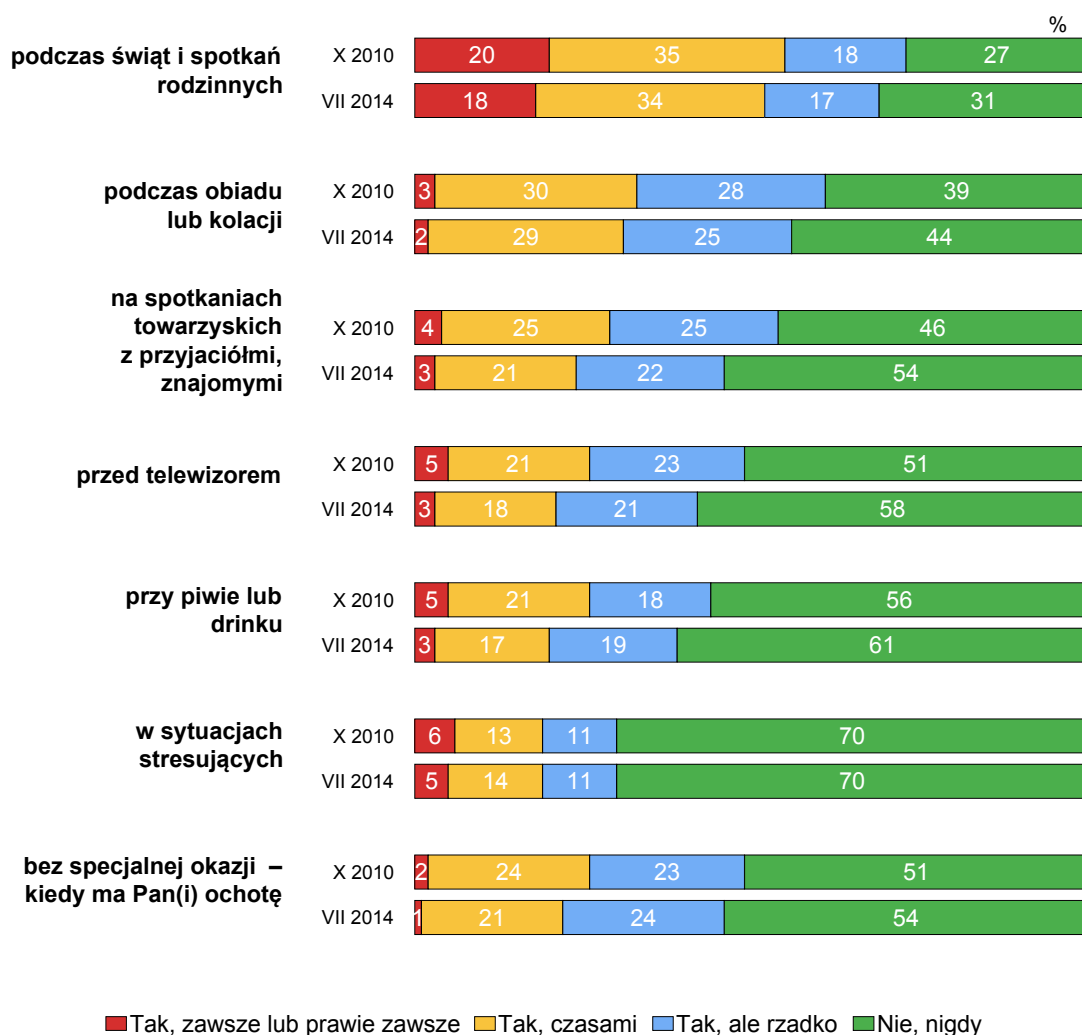
\* Pominięto odpowiedzi „trudno powiedzieć”

Spożywaniu zbyt obfitych posiłków sprzyjają święta i spotkania rodzinne, podczas których ponad dwie trzecie Polaków (69%) zjada nadmierne ilości jedzenia. Więcej niż połowie badanych (56%) zdarza się objadać podczas kolacji lub obiadu, a blisko połowie – w trakcie spotkań towarzyskich z przyjaciółmi, znajomymi (46%) bądź też bez specjalnej okazji (46%). Mniej więcej dwie piąte ankietowanych zjada więcej, niż potrzebuje, oglądając telewizję (42%) lub spożywając napoje alkoholowe, piwo, drinki (39%). Prawie jedna trzecia je zbyt dużo w sytuacjach stresowych (30%). W sumie, uwzględniając wszystkie analizowane sytuacje, 79% badanych zadeklarowało, że zdarza im się – z różną częstotliwością – jadać więcej, niż potrzeba. Jednak o częstym objadaniu się – choćby w jednej z przedstawionych przez nas sytuacji – mówiła mniej więcej jedna piąta ankietowanych (22%).

W porównaniu z rokiem 2010 zmniejszyły się odsetki osób deklarujących objadanie się na spotkaniach towarzyskich z przyjaciółmi, znajomymi (o 8 punktów procentowych), przed telewizorem (o 7 punktów), podczas obiadu lub kolacji (o 5 punktów) oraz przy piwie lub drinku (również o 5 punktów). Nieznacznie też zmalał odsetek badanych, którym zdarza się objadać podczas świąt i spotkań rodzinnych (o 4 punkty).

Analizując zróżnicowania społeczno-demograficzne można zauważyć, że jedzenie ponad miarę – w większości przedstawionych sytuacji – częściej niż pozostali deklarują ankietowani z wyższym wykształceniem, oceniający warunki materialne swoich gospodarstw domowych jako średnie lub dobre, a także respondenci z nadwagą i otyłością. Przejadanie się w różnych sytuacjach zależne jest w znacznej mierze od wieku. Generalnie można powiedzieć, że o jedzeniu ponad miarę stosunkowo najrzadziej, na tle innych grup wiekowych, mówią najstarsi ankietowani – powyżej 65 roku życia. Natomiast relatywnie najczęściej spożywanie zbyt dużych ilości jedzenia podczas świąt i spotkań rodzinnych, a także podczas obiadów i kolacji deklarują młodszy badani, w przypadku pierwszej wymienionej sytuacji w wieku 18–34 lata, w przypadku drugiej – w wieku 18–24 lata. Z kolei podczas spotkań towarzyskich z przyjaciółmi, znajomymi jedzenie ponad miarę najczęściej zdarza się badanym w wieku 35–54 lata, a objadanie się przy piwie lub drinku nieco młodszym respondentom – w wieku 25–34 lata.

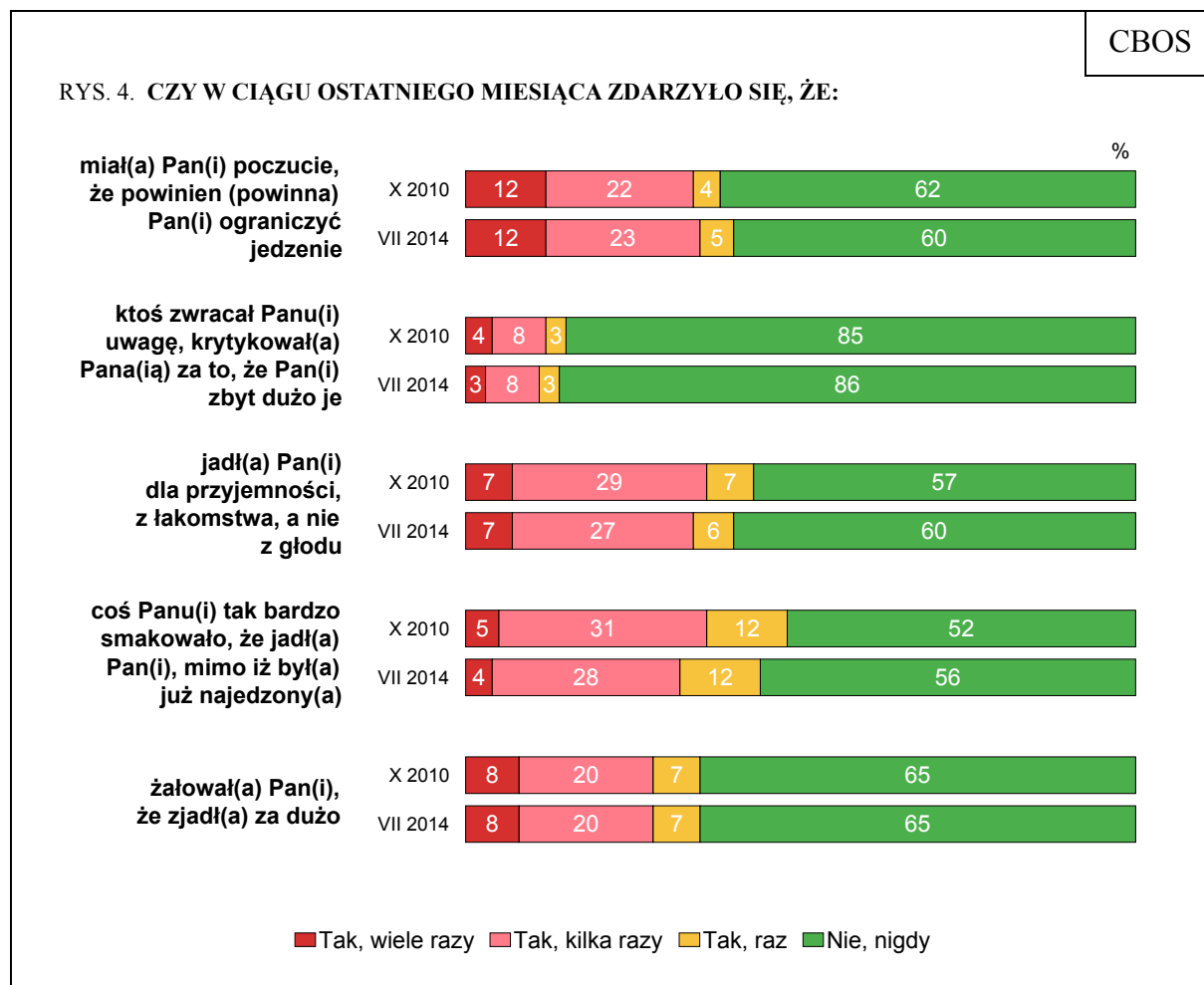
RYS. 3. W JAKICH SYTUACJACH ZDARZA SIĘ PANU(I) JEŚĆ WIĘCEJ, NIŻ PAN(I) POTRZEBUJE, GDY JUŻ PAN(I) NIE JEST GŁODNY(A)?\* CZY:



\* Na każde z pytań odpowiadali jedynie ci respondenci, którzy znaleźli się w danej sytuacji

Aby bliżej przyjrzeć się problemowi jedzenia ponad miarę, zapytaliśmy badanych również o samoocenę ilości jedzenia spożywanego w ciągu miesiąca poprzedzającego sondaż. W tym czasie mniej więcej co trzeci respondent przynajmniej kilka razy miał poczucie, że powinien ograniczyć jedzenie (35%), jadł dla przyjemności, z łakomstwa, a nie z głodu (34%) oraz dlatego, że coś mu tak bardzo smakowało, mimo że był już najedzony (32%). Więcej niż co czwarty ankietowany (28%) przynajmniej kilka razy w ciągu ostatniego miesiąca żałował, że zjadł zbyt dużo, a o ponad połowę mniejsza grupa respondentów (11%) zetknęła się z krytyką ze strony otoczenia (przynajmniej kilka razy w ciągu ostatniego miesiąca), że zbyt dużo je.

Należy zaznaczyć, że subiektywne odczucia związane z wykraczaniem poza zalecane ramy żywieniowe i towarzyszące temu poczucie winy, że zjadło się zbyt wiele, nie zawsze musi świadczyć o faktycznym przejadaniu się, lecz może być objawem jakiegoś zaburzenia odżywiania, np. anoreksji.



Przekonanie o konieczności ograniczenia jedzenia ponadprzeciętnie często wyrażali ankietowani najlepiej wykształceni, mający problem z nadwagą, a w szczególności z otyłością, a także badani w wieku 35–44 lata; częściej również wyrażały je kobiety niż mężczyźni.

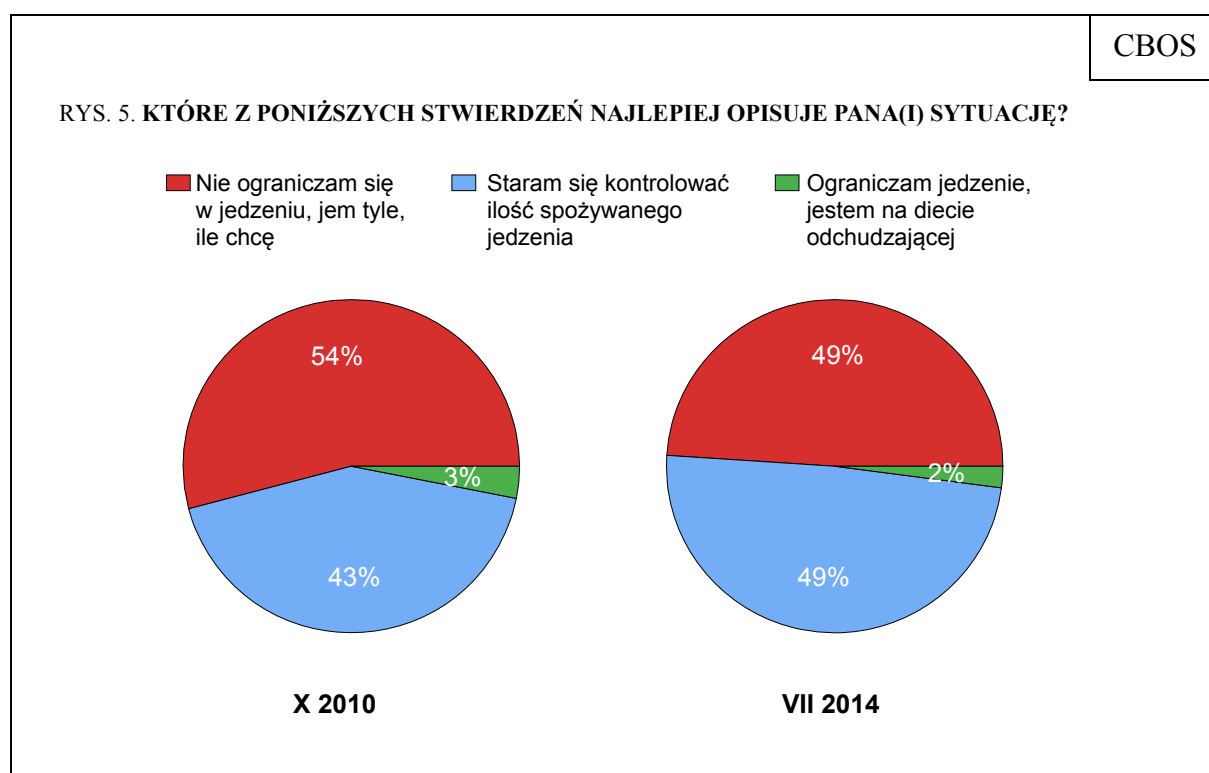
Z kolei jedzenie dla przyjemności, z łakomstwa, a nie z głodu częściej niż inni deklarowali najmłodsi ankietowani – od 18 do 24 roku życia, absolwenci wyższych uczelni, mieszkańcy największych, ponadpółmilionowych miast, częściej kobiety niż mężczyźni, a biorąc pod uwagę wskaźnik BMI – osoby z nadwagą trochę częściej niż otyłe czy też mające prawidłową wagę lub niedożywione.



Niezadowolenie z tego, że zjadło się zbyt dużo, stosunkowo najczęściej wyrażali badani najlepiej wykształceni, mieszkańcy największych, ponadpółmilionowych miast, częściej kobiety niż mężczyźni, a uwzględniając wskaźnik BMI – respondenci z otyłością. Relatywnie rzadko tego typu poczucie mieli starsi ankietowani, mający co najmniej 55 lat.

Natomiast z krytyką ze strony otoczenia związaną z przejadaniem się wyraźnie częściej spotykali się badani otyli, rzadziej ci z nadwagą, a jeszcze rzadziej mający prawidłową wagę bądź niedożywieni – i jest to kluczowa zmienna różnicująca deklaracje w tym zakresie.

W tym miejscu zasadne jest pytanie, ilu Polaków narzuca sobie jakiegokolwiek ograniczenia w jedzeniu. Blisko połowa ankietowanych (49%) deklaruje, że nie ogranicza się w jedzeniu, je tyle, ile potrzebuje. Taka sama liczba badanych (49%) stara się kontrolować ilość spożywanego jedzenia, a jedynie nieliczni (2%) są na diecie odchudzającej. W porównaniu z rokiem 2010 trochę zwiększył się odsetek badanych narzucających sobie ograniczenia w jedzeniu (o 6 punktów, do 49%).



Jak można przypuszczać, na kontrolowanie spożywanej ilości jedzenia częściej decydują się badani z nadwagą i otyłością niż ci, którzy mają niedowagę czy wagę prawidłową. Różnice te nie są jednak duże – znaczna część ankietowanych niemających problemów z nadwagą (43%) stara się kontrolować swój jadłospis, jednocześnie spora grupa

tych z nadwagą (również 43%) i otyłością (41%) nie ogranicza się w jedzeniu – je tyle, ile chce. Warto też zwrócić uwagę, że pod tym względem respondenci z nadwagą praktycznie nie różnią się od tych z otyłością, choć mogłoby się wydawać, że ci drudzy powinni w większym stopniu kontrolować ilość spożywanego jedzenia. Analizując zróżnicowania społeczno-demograficzne można także zauważyć, że stosunkowo najczęściej na ograniczanie spożywanej ilości jedzenia decydują się badani najlepiej wykształceni, mieszkańcy dużych, ale nie największych miast oraz kadra kierownicza i specjaliści z wyższym wykształceniem. Nie bez znaczenia w tym kontekście jest również płeć ankietowanych – kobiety częściej niż mężczyźni decydują się na ograniczanie jedzenia.

Tabela 1

Respondenci skategoryzowani według wskaźnika BMI	Które z poniższych stwierdzeń najlepiej opisuje Pana(i) sytuację?		
	Nie ograniczam się w jedzeniu, jem tyle, ile chcę	Staram się kontrolować ilość spożywanego jedzenia	Ograniczam jedzenie, jestem na diecie odchudzającej
	w procentach		
Waga prawidłowa i niedowaga*	55	43	2
Nadwaga	43	55	2
Otyłość	41	57	2

\* Badani z niedowagą, ze względu na niewielką ich liczebność w próbie, zostali ujęci w jedną kategorię wraz z ankietowanymi mającymi wagę prawidłową

Poza jedzeniem ponad miarę i narzucaniem sobie ograniczeń w jedzeniu, interesowało nas również, czy ankietowanym zdarzają się sytuacje odwrotne – że z różnych przyczyn nie mogą zaspokoić głodu. Okazuje się, że prawie dwóm piątym badanych (39%) zdarza się, że nie mogą zaspokoić głodu z powodu braku czasu, w tym co trzynasty (8%) deklaruje, że takie sytuacje są częste. Dla co dziewiątego ankietowanego (11%) przyczyną niemożności zaspokojenia głodu jest brak pieniędzy, w tym nieliczni (3%) twierdzą, że zdarza się to często. Co dziewiąty respondent (11%) wskazuje w tym kontekście na inne przyczyny – choroby, problemy ze zrobieniem zakupów, ugotowaniem posiłku itp. Uwzględniając wszystkie analizowane sytuacje można powiedzieć, że w sumie 42% badanych deklaruje, iż zdarza im się z różnych powodów nie zaspokajać głodu, przy czym 14% mówi, że jest to częste.

W porównaniu z wynikami sprzed czternastu lat zmniejszyły się odsetki badanych deklarujących niemożność zaspokojenia głodu z przyczyn finansowych (o 4 punkty), z braku czasu (o 4 punkty) oraz z innych powodów (również o 4 punkty).

Tabela 2

Czy zdarza się Panu(i), że nie może Pan(i) zaspokoić głodu:	Tak, zdarza się				Nie zdarza się	
	często		niezbyt często		VIII '00	VII '14
	VIII '00	VII '14	VIII '00	VII '14		
	w procentach					
– z powodu braku czasu	13	8	30	31	58	61
– z powodu braku pieniędzy	4	3	11	8	83	89
– z innych powodów, np. choroba, nie ma Panu(i) kto zrobić zakupów, podać, ugotować itp.	3	2	12	9	83	88

Pominięto „trudno powiedzieć”

Niedojadanie z powodu braku czasu najczęściej dotyczy badanych w wieku 25–44 lata, absolwentów wyższych uczelni, mieszkańców największych, ponadpółmilionowych miast oraz miast liczących od 20 tys. do 100 tys. ludności, a w grupach społeczno-zawodowych: pracowników średniego szczebla, techników, kadry kierowniczej i specjalistów z wyższym wykształceniem, pracujących na własny rachunek oraz rolników. Z kolei niemożność zaspokojenia głodu z powodu braku pieniędzy najczęściej deklarują badani niezadowoleni z sytuacji materialnej swoich gospodarstw domowych, o najniższych dochodach *per capita*, najgorzej wykształceni, a spośród grup społeczno-zawodowych są to przede wszystkim bezrobotni. Również respondenci najbardziej niezadowoleni z warunków materialnych swoich gospodarstw domowych, najgorzej wykształceni stosunkowo najczęściej nie zaspokajają głodu z innych przyczyn.



Z naszych badań wynika, że co drugi ankietowany ma nadwagę i zarazem co drugi stara się kontrolować, ograniczać ilość spożywanego jedzenia. Co interesujące, nie jest bynajmniej tak, że ci, którzy mają problem z nadwagą, kontrolują ilość spożywanego jedzenia, a osoby mające prawidłową wagę jedzą tyle, ile chcą. W rzeczywistości ponad dwie piąte ankietowanych mających nadwagę lub otyłość nie ogranicza się w jedzeniu, je tyle, ile

chce, jednocześnie spora grupa niemających problemów z nadwagą (również ponad dwie piąte) stara się kontrolować ilość spożywanego jedzenia.

Zdecydowanej większości badanych zdarza się jadać ponad miarę, więcej niż potrzeba, a do takich sytuacji najczęściej dochodzi podczas świąt, spotkań rodzinnych, obiadów i kolacji. Zarazem niemała grupa respondentów deklaruje, że zdarza jej się z różnych przyczyn nie zaspokajać głodu – najczęściej z powodu braku czasu, rzadziej – braku pieniędzy i innych przyczyn. O niemożności zaspokojenia głodu z powodów finansowych mówi 11% Polaków, w tym nieliczni (3%) twierdzą, że takie sytuacje są częste.

Opracowała

Małgorzata OMYŁA-RUDZKA

## A N E K S

Tabela 1

		Klasyfikacja według wartości wskaźnika masy ciała (BMI)			Liczba osób
		Niedowaga	Waga prawidłowa	Nadwaga i otyłość	
		%	%	%	
Ogółem		3	46	51	906
Płeć	Mężczyźni	1	38	61	450
	Kobiety	4	54	42	456
Wiek	18–24 lata	10	74	16	102
	25–34	4	57	39	181
	35–44		50	50	157
	45–54	1	36	63	140
	55–64		41	59	163
	65 lat i więcej	2	26	72	164
Miejsce zamieszkania	Wieś	3	43	55	359
	Miasto do 19 999	2	49	49	138
	20 000 – 99 999	4	47	49	170
	100 000 – 499 999	2	43	55	152
	500 000 i więcej mieszk.	3	56	41	87
Wykształcenie	Podstawowe / gimnazjalne	5	44	50	187
	Zasadnicze zawodowe	1	38	62	224
	Średnie	2	46	52	279
	Wyższe	2	56	42	216
Grupa społeczna i zawodowa	Kadra kier., spec. z wyższym wyksz.		56	44	103
	Średni personel, technicy		38	62	30
	Pracownicy adm.-biurowi	4	56	41	54
	Pracownicy usług	2	48	50	42
	Robotnicy wykwalifikowani		39	61	96
	Robotnicy niewykwalifik.	6	61	32	46
	Rolnicy		32	68	50
	Pracujący na własny rach.		44	56	41
	Bezrobotni	2	54	44	50
	Emeryci	1	30	69	205
	Renciści	3	40	56	54
	Uczniowie i studenci	15	73	11	69
	Gospodynie domowe i inni	3	53	44	66
	Pracuje w:	inst. państw., publicznej		47	53
spółce właścicieli prywatnych i państwa		1	52	47	78
sekt. pryw. poza rolnict.		2	50	48	230
prywatnym gosp. rolnym			36	64	53
Dochody na jedną osobę	Do 500 zł	3	52	45	85
	501–750	1	54	45	98
	751–1000	3	35	62	112
	1001–1500	2	44	54	157
	Powyżej 1500 zł	2	44	54	196
Ocena własnych war. mater.	Złe	1	47	52	81
	Średnie	2	43	56	370
	Dobre	3	48	49	455
Udział w prakt. religijnych	Kilka razy w tygodniu	1	36	63	55
	Raz w tygodniu	1	45	53	418
	1–2 razy w miesiącu	2	46	52	136
	Kilka razy w roku	3	43	54	195
	W ogóle nie uczestniczy	6	58	35	103
Poglądy polityczne	Lewica	2	42	56	131
	Centrum	3	42	55	322
	Prawica	1	47	52	236
	Trudno powiedzieć	3	53	44	217

Tabela 2

		Czy podczas obiadu lub kolacji zdarza się Panu(i) jeść więcej, niż Pan(i) potrzebuje, gdy już Pan(i) nie jest głodny(a)?			Liczba osób
		Zawsze lub czasami	Tak, ale rzadko	Nie, nigdy	
		%	%	%	
Ogółem		31	25	44	925
Płeć	Mężczyźni	31	28	41	448
	Kobiety	31	23	46	478
Wiek	18–24 lata	43	27	30	105
	25–34	30	32	38	184
	35–44	38	23	38	163
	45–54	34	23	43	143
	55–64	24	27	49	164
	65 lat i więcej	22	19	60	165
Miejsce zamieszkania	Wieś	29	26	44	370
	Miasto do 19 999	26	19	55	145
	20 000 – 99 999	40	20	40	170
	100 000 – 499 999	31	29	40	152
	500 000 i więcej mieszk.	29	34	37	88
Wykształcenie	Podstawowe / gimnazjalne	27	22	51	196
	Zasadnicze zawodowe	32	22	46	227
	Średnie	30	27	43	282
	Wyższe	35	28	37	221
Grupa społeczna i zawodowa	Kadra kier., spec. z wyższym wyksz.	39	28	33	103
	Średni personel, technicy	35	41	25	30
	Pracownicy adm.-biurowi	27	28	44	58
	Pracownicy usług	29	18	52	42
	Robotnicy wykwalifikowani	35	24	41	100
	Robotnicy niewykwalifik.	37	24	39	46
	Rolnicy	41	32	26	52
	Pracujący na własny rach.	26	26	48	39
	Bezrobotni	37	23	40	51
	Emeryci	23	21	56	205
	Renciści	19	23	58	58
	Uczniowie i studenci	42	27	31	73
	Gospodynie domowe i inni	25	26	49	68
Pracuje w:	inst. państw., publicznej	38	27	35	107
	spółce właścicieli prywatnych i państwa	30	33	38	75
	sekt. pryw. poza rolnict.	33	23	44	235
	prywatnym gosp. rolnym	43	33	23	56
Dochody na jedną osobę	Do 500 zł	36	16	48	86
	501–750	33	23	44	101
	751–1000	35	24	40	115
	1001–1500	31	24	45	163
	Powyżej 1500 zł	30	30	40	195
Ocena własnych war. mater.	Złe	32	17	52	85
	Średnie	33	24	43	378
	Dobre	30	27	43	462
Udział w prakt. religijnych	Kilka razy w tygodniu	31	20	49	55
	Raz w tygodniu	28	24	47	430
	1–2 razy w miesiącu	41	27	33	139
	Kilka razy w roku	33	27	40	199
	W ogóle nie uczestniczy	26	25	48	103
Poglądy polityczne	Lewica	28	29	43	133
	Centrum	34	23	44	326
	Prawica	30	28	42	236
	Trudno powiedzieć	30	23	46	231

Tabela 3

		Czy na spotkaniach towarzyskich z przyjaciółmi, znajomymi zdarza się Panu(i) jeść więcej, niż Pan(i) potrzebuje, gdy już Pan(i) nie jest głodny(a)?			Liczba osób
		Zawsze lub czasami	Tak, ale rzadko	Nie, nigdy	
		%	%	%	
Ogółem		24	22	54	911
Płeć	Mężczyźni	23	25	52	439
	Kobiety	24	20	56	472
Wiek	18–24 lata	21	26	53	105
	25–34	24	25	51	184
	35–44	32	25	43	160
	45–54	31	21	48	143
	55–64	22	19	58	160
	65 lat i więcej	12	19	69	160
Miejsce zamieszkania	Wieś	22	25	53	364
	Miasto do 19 999	23	17	60	142
	20 000 – 99 999	27	21	52	167
	100 000 – 499 999	25	22	53	150
	500 000 i więcej mieszk.	22	26	52	88
Wykształcenie	Podstawowe / gimnazjalne	16	15	69	187
	Zasadnicze zawodowe	19	24	57	221
	Średnie	26	25	49	283
	Wyższe	32	24	44	221
Grupa społeczna i zawodowa	Kadra kier., spec. z wyższym wyksz.	33	28	39	104
	Średni personel, technicy	31	35	34	30
	Pracownicy adm.-biurowi	25	25	50	58
	Pracownicy usług	15	18	67	42
	Robotnicy wykwalifikowani	29	24	48	97
	Robotnicy niewykwalifik.	23	25	52	45
	Rolnicy	44	30	26	52
	Pracujący na własny rach.	27	22	51	40
	Bezrobotni	23	19	58	49
	Emeryci	17	17	66	201
	Renciści	19	16	65	56
	Uczniowie i studenci	21	26	53	73
	Gospodynie domowe i inni	15	19	66	66
Pracuje w:	inst. państw., publicznej	29	25	46	107
	spółce właścicieli prywatnych i państwa	28	22	51	75
	sekt. pryw. poza rolnict.	26	26	48	232
	prywatnym gosp. rolnym	40	33	27	56
Dochody na jedną osobę	Do 500 zł	18	18	64	82
	501–750	19	29	51	99
	751–1000	26	20	54	110
	1001–1500	26	19	56	159
	Powyżej 1500 zł	27	24	49	195
Ocena własnych war. mater.	Złe	16	13	72	80
	Średnie	26	23	51	375
	Dobre	23	24	53	456
Udział w prakt. religijnych	Kilka razy w tygodniu	21	16	63	56
	Raz w tygodniu	22	23	55	423
	1–2 razy w miesiącu	29	25	46	139
	Kilka razy w roku	26	23	51	194
	W ogóle nie uczestniczy	22	17	61	99
Poglądy polityczne	Lewica	20	21	58	132
	Centrum	27	22	51	325
	Prawica	24	27	48	230
	Trudno powiedzieć	21	18	61	223

Tabela 4

		Czy podczas świąt i spotkań rodzinnych zdarza się Panu(i) jeść więcej, niż Pan(i) potrzebuje, gdy już Pan(i) nie jest głodny(a)?			Liczba osób
		Zawsze lub czasami	Tak, ale rzadko	Nie, nigdy	
		%	%	%	
Ogółem		52	17	31	930
Płeć	Mężczyźni	52	17	30	450
	Kobiety	52	17	31	481
Wiek	18–24 lata	66	19	16	105
	25–34	69	13	17	184
	35–44	57	21	22	163
	45–54	53	18	29	144
	55–64	45	17	39	167
	65 lat i więcej	27	17	56	166
Miejsce zamieszkania	Wieś	49	18	33	370
	Miasto do 19 999	50	14	37	146
	20 000 – 99 999	57	14	29	172
	100 000 – 499 999	53	18	28	153
	500 000 i więcej mieszk.	58	24	17	90
Wykształcenie	Podstawowe / gimnazjalne	41	14	45	195
	Zasadnicze zawodowe	44	20	36	228
	Średnie	56	17	26	286
	Wyższe	64	17	18	222
Grupa społeczna i zawodowa	Kadra kier., spec. z wyższym wyksz.	65	18	17	104
	Średni personel, technicy	63	21	16	30
	Pracownicy adm.-biurowi	52	24	23	58
	Pracownicy usług	51	17	31	42
	Robotnicy wykwalifikowani	56	18	27	100
	Robotnicy niewykwalifik.	67	14	19	46
	Rolnicy	66	16	18	52
	Pracujący na własny rach.	56	18	27	40
	Bezrobotni	60	7	33	51
	Emeryci	34	15	52	208
	Renciści	42	22	36	58
	Uczniowie i studenci	66	16	18	73
	Gospodynie domowe i inni	44	23	33	68
Pracuje w:	inst. państw., publicznej	65	13	22	108
	spółce właścicieli prywatnych i państwa	52	22	26	75
	sekt. pryw. poza rolnict.	57	20	23	236
	prywatnym gosp. rolnym	64	18	18	56
Dochody na jedną osobę	Do 500 zł	42	25	33	86
	501–750	60	10	30	99
	751–1000	53	17	30	116
	1001–1500	51	12	37	163
	Powyżej 1500 zł	54	22	24	200
Ocena własnych war. mater.	Złe	41	11	47	83
	Średnie	51	19	30	381
	Dobre	55	17	28	466
Udział w prakt. religijnych	Kilka razy w tygodniu	43	16	41	56
	Raz w tygodniu	51	16	33	432
	1–2 razy w miesiącu	58	19	23	139
	Kilka razy w roku	56	21	23	198
	W ogóle nie uczestniczy	46	15	39	105
Poglądy polityczne	Lewica	53	16	31	137
	Centrum	54	17	29	326
	Prawica	53	18	29	236
	Trudno powiedzieć	49	17	34	232



Tabela 5

		Czy przy piwie lub drinku zdarza się Panu(i) jeść więcej, niż Pan(i) potrzebuje, gdy już Pan(i) nie jest głodny(a)?			Liczba osób
		Zawsze lub czasami	Tak, ale rzadko	Nie, nigdy	
		%	%	%	
Ogółem		20	19	61	773
Płeć	Mężczyźni	25	21	54	406
	Kobiety	14	17	69	367
Wiek	18–24 lata	20	29	50	96
	25–34	30	18	52	162
	35–44	22	21	57	147
	45–54	16	19	65	121
	55–64	20	13	68	136
	65 lat i więcej	6	17	77	112
Miejsce zamieszkania	Wieś	17	17	65	311
	Miasto do 19 999	17	20	63	119
	20 000 – 99 999	24	20	56	148
	100 000 – 499 999	24	18	58	115
	500 000 i więcej mieszk.	20	23	57	81
Wykształcenie	Podstawowe / gimnazjalne	10	20	70	143
	Zasadnicze zawodowe	19	18	63	189
	Średnie	21	21	59	246
	Wyższe	26	18	56	195
Grupa społeczna i zawodowa	Kadra kier., spec. z wyższym wyksz.	31	21	48	94
	Średni personel, technicy	26	32	42	29
	Pracownicy adm.-biurowi	16	15	69	47
	Pracownicy usług	22	23	55	38
	Robotnicy wykwalifikowani	27	17	56	88
	Robotnicy niewykwalifik.	22	17	61	39
	Rolnicy	24	19	57	44
	Pracujący na własny rach.	24	18	58	38
	Bezrobotni	27	12	60	44
	Emeryci	9	15	75	148
	Renciści	14	24	62	45
	Uczniowie i studenci	16	30	54	63
	Gospodynie domowe i inni	12	14	74	56
	Pracuje w:	inst. państw., publicznej	23	17	59
spółce właścicieli prywatnych i państwa		25	17	58	65
sekt. pryw. poza rolnict.		25	21	53	218
prywatnym gosp. rolnym		23	22	55	47
Dochody na jedną osobę	Do 500 zł	10	18	72	63
	501–750	20	18	62	84
	751–1000	21	21	59	98
	1001–1500	20	16	64	129
	Powyżej 1500 zł	22	20	57	168
Ocena własnych war. mater.	Złe	12	11	77	62
	Średnie	18	20	63	312
	Dobre	23	20	58	399
Udział w prakt. religijnych	Kilka razy w tygodniu	15	14	71	37
	Raz w tygodniu	18	17	65	344
	1–2 razy w miesiącu	22	29	49	122
	Kilka razy w roku	24	17	59	177
	W ogóle nie uczestniczy	18	18	64	93
Poglądy polityczne	Lewica	20	16	64	117
	Centrum	25	20	55	285
	Prawica	16	21	62	194
	Trudno powiedzieć	16	17	67	177

Tabela 6

		Czy przed telewizorem zdarza się Panu(i) jeść więcej, niż Pan(i) potrzebuje, gdy już Pan(i) nie jest głodny(a)?			Liczba osób
		Zawsze lub czasami	Tak, ale rzadko	Nie, nigdy	
		%	%	%	
Ogółem		21	21	58	918
Płeć	Mężczyźni	23	22	55	449
	Kobiety	19	19	61	469
Wiek	18–24 lata	28	30	42	106
	25–34	27	27	46	179
	35–44	25	25	50	163
	45–54	22	13	65	143
	55–64	17	16	67	166
	65 lat i więcej	9	15	76	161
Miejsce zamieszkania	Wieś	17	23	60	369
	Miasto do 19 999	23	13	64	142
	20 000 – 99 999	25	18	57	170
	100 000 – 499 999	23	20	57	147
	500 000 i więcej mieszk.	25	27	48	89
Wykształcenie	Podstawowe / gimnazjalne	19	21	60	189
	Zasadnicze zawodowe	21	15	64	225
	Średnie	23	24	54	283
	Wyższe	21	23	57	220
Grupa społeczna i zawodowa	Kadra kier., spec. z wyższym wyksz.	18	26	57	102
	Średni personel, technicy	28	17	55	30
	Pracownicy adm.-biurowi	23	22	55	58
	Pracownicy usług	24	12	64	42
	Robotnicy wykwalifikowani	38	19	43	100
	Robotnicy niewykwalifik.	22	19	59	46
	Rolnicy	24	25	51	52
	Pracujący na własny rach.	16	28	56	40
	Bezrobotni	25	23	53	50
	Emeryci	11	15	74	204
	Renciści	17	21	62	56
	Uczniowie i studenci	30	30	40	71
	Gospodynie domowe i inni	17	20	63	67
Pracuje w:	inst. państw., publicznej	26	18	56	107
	spółce właścicieli prywatnych i państwa	22	23	55	74
	sekt. pryw. poza rolnict.	26	20	54	234
	prywatnym gosp. rolnym	24	32	44	56
Dochody na jedną osobę	Do 500 zł	20	16	65	82
	501–750	30	17	52	98
	751–1000	17	27	56	115
	1001–1500	19	16	64	162
	Powyżej 1500 zł	23	21	56	195
Ocena własnych war. mater.	Złe	16	16	69	81
	Średnie	21	23	57	375
	Dobre	23	20	58	462
Udział w prakt. religijnych	Kilka razy w tygodniu	10	20	70	51
	Raz w tygodniu	18	22	60	428
	1–2 razy w miesiącu	28	25	47	138
	Kilka razy w roku	25	20	55	197
	W ogóle nie uczestniczy	22	11	67	104
Poglądy polityczne	Lewica	21	17	62	135
	Centrum	23	21	56	327
	Prawica	15	27	57	231
	Trudno powiedzieć	25	15	60	226

Tabela 7

		Czy w sytuacjach stresujących zdarza się Panu(i) jeść więcej, niż Pan(i) potrzebuje, gdy już Pan(i) nie jest głodny(a)?			Liczba osób
		Zawsze lub czasami	Tak, ale rzadko	Nie, nigdy	
		%	%	%	
Ogółem		19	11	70	918
Płeć	Mężczyźni	11	10	79	447
	Kobiety	27	12	61	471
Wiek	18–24 lata	23	13	64	106
	25–34	23	14	62	182
	35–44	21	14	66	163
	45–54	26	8	66	144
	55–64	15	8	77	165
	65 lat i więcej	10	9	82	158
Miejsce zamieszkania	Wieś	18	12	71	365
	Miasto do 19 999	20	6	74	144
	20 000 – 99 999	19	9	72	170
	100 000 – 499 999	21	11	68	148
	500 000 i więcej mieszk.	23	17	60	91
Wykształcenie	Podstawowe / gimnazjalne	12	10	77	188
	Zasadnicze zawodowe	15	8	77	224
	Średnie	20	12	69	285
	Wyższe	29	13	58	220
Grupa społeczna i zawodowa	Kadra kier., spec. z wyższym wyksz.	34	16	50	104
	Średni personel, technicy	16	12	72	30
	Pracownicy adm.-biurowi	28	11	60	58
	Pracownicy usług	19	9	72	42
	Robotnicy wykwalifikowani	12	8	80	100
	Robotnicy niewykwalifik.	18	9	72	45
	Rolnicy	29	11	60	52
	Pracujący na własny rach.	14	16	69	40
	Bezrobotni	15	18	67	51
	Emeryci	11	6	82	200
	Renciści	17	12	71	55
	Uczniowie i studenci	21	13	66	73
	Gospodynie domowe i inni	26	12	63	67
Pracuje w:	inst. państw., publicznej	29	12	59	108
	spółce właścicieli prywatnych i państwa	20	12	68	75
	sekt. pryw. poza rolnict.	18	11	71	236
	prywatnym gosp. rolnym	28	15	57	55
Dochody na jedną osobę	Do 500 zł	9	7	83	81
	501–750	31	8	61	98
	751–1000	17	15	67	115
	1001–1500	17	8	75	160
	Powyżej 1500 zł	19	11	70	197
Ocena własnych war. mater.	Złe	18	4	79	82
	Średnie	20	13	67	376
	Dobre	19	11	70	460
Udział w prakt. religijnych	Kilka razy w tygodniu	15	18	67	54
	Raz w tygodniu	20	11	69	423
	1–2 razy w miesiącu	17	17	66	138
	Kilka razy w roku	20	7	74	197
	W ogóle nie uczestniczy	20	7	73	106
Poglądy polityczne	Lewica	26	5	69	134
	Centrum	17	15	69	326
	Prawica	18	11	71	232
	Trudno powiedzieć	20	9	71	226

Tabela 8

		Czy bez specjalnej okazji, kiedy ma Pan(i) ochotę, zdarza się Panu(i) jeść więcej, niż Pan(i) potrzebuje, gdy już Pan(i) nie jest głodny(a)?			Liczba osób
		Zawsze lub czasami	Tak, ale rzadko	Nie, nigdy	
		%	%	%	
Ogółem		22	24	54	925
Płeć	Mężczyźni	17	27	56	446
	Kobiety	27	21	52	479
Wiek	18–24 lata	25	23	51	106
	25–34	28	28	44	183
	35–44	21	31	49	163
	45–54	26	24	51	143
	55–64	21	20	59	166
	65 lat i więcej	15	18	67	163
Miejsce zamieszkania	Wieś	21	25	54	367
	Miasto do 19 999	25	19	56	144
	20 000 – 99 999	24	21	54	172
	100 000 – 499 999	23	28	49	150
	500 000 i więcej mieszk.	20	25	55	91
Wykształcenie	Podstawowe / gimnazjalne	24	17	59	192
	Zasadnicze zawodowe	18	23	59	226
	Średnie	25	25	50	286
	Wyższe	22	30	48	220
Grupa społeczna i zawodowa	Kadra kier., spec. z wyższym wyksz.	22	36	42	104
	Średni personel, technicy	14	34	53	30
	Pracownicy adm.-biurowi	29	21	50	57
	Pracownicy usług	31	18	50	42
	Robotnicy wykwalifikowani	25	25	51	99
	Robotnicy niewykwalifik.	22	19	59	46
	Rolnicy	28	26	46	52
	Pracujący na własny rach.	19	27	54	38
	Bezrobotni	23	27	49	51
	Emeryci	15	20	65	204
	Renciści	25	19	56	61
	Uczniowie i studenci	27	22	51	73
	Gospodynie domowe i inni	27	21	52	67
Pracuje w:	inst. państw., publicznej	31	27	42	108
	spółce właścicieli prywatnych i państwa	19	28	53	74
	sekt. pryw. poza rolnict.	21	26	53	235
	prywatnym gosp. rolnym	32	28	41	55
Dochody na jedną osobę	Do 500 zł	22	19	60	84
	501–750	31	17	51	99
	751–1000	25	34	41	115
	1001–1500	23	26	51	163
	Powyżej 1500 zł	20	25	55	197
Ocena własnych war. mater.	Złe	13	26	61	84
	Średnie	23	24	53	378
	Dobre	24	24	52	463
Udział w prakt. religijnych	Kilka razy w tygodniu	16	21	63	56
	Raz w tygodniu	22	24	55	427
	1–2 razy w miesiącu	26	29	44	139
	Kilka razy w roku	23	22	55	198
	W ogóle nie uczestniczy	23	23	54	105
Poglądy polityczne	Lewica	19	23	58	137
	Centrum	24	26	49	326
	Prawica	19	27	54	231
	Trudno powiedzieć	25	19	57	232

Tabela 9

		Czy w ciągu ostatniego miesiąca zdarzyło się, że miał(a) Pan(i) poczucie, że powinien (powinna) Pan(i) ograniczyć jedzenie?		Liczba osób
		Tak	Nie	
		%	%	
Ogółem		40	60	940
Płeć	Mężczyźni	34	66	453
	Kobiety	46	54	487
Wiek	18–24 lata	43	57	104
	25–34	43	57	187
	35–44	49	51	164
	45–54	44	56	146
	55–64	35	65	167
	65 lat i więcej	29	71	173
Miejsce zamieszkania	Wieś	37	63	372
	Miasto do 19 999	45	55	148
	20 000 – 99 999	44	56	174
	100 000 – 499 999	37	63	154
	500 000 i więcej mieszk.	45	55	92
Wykształcenie	Podstawowe / gimnazjalne	27	73	198
	Zasadnicze zawodowe	34	66	230
	Średnie	44	56	288
	Wyższe	53	47	224
Grupa społeczna i zawodowa	Kadra kier., spec. z wyższym wyksz.	55	45	105
	Średni personel, technicy	44	56	30
	Pracownicy adm.-biurowi	50	50	58
	Pracownicy usług	49	51	45
	Robotnicy wykwalifikowani	34	66	101
	Robotnicy niewykwalifik.	24	76	46
	Rolnicy	37	63	52
	Pracujący na własny rach.	34	66	41
	Bezrobotni	47	53	52
	Emeryci	33	67	212
	Renciści	28	72	61
	Uczniowie i studenci	42	58	70
Pracuje w:	Gospodynie domowe i inni	57	43	68
	inst. państw., publicznej	59	41	110
	spółce właścicieli prywatnych i państwa	43	57	78
	sekt. pryw. poza rolnict.	35	65	235
Dochody na jedną osobę	prywatnym gosp. rolnym	36	64	56
	Do 500 zł	42	58	86
	501–750	42	58	101
	751–1000	40	60	116
	1001–1500	38	62	165
	Powyżej 1500 zł	48	52	202
Ocena własnych war. mater.	Złe	37	63	86
	Średnie	42	58	389
	Dobre	40	60	465
Udział w prakt. religijnych	Kilka razy w tygodniu	47	53	56
	Raz w tygodniu	38	62	435
	1–2 razy w miesiącu	38	62	139
	Kilka razy w roku	49	51	201
	W ogóle nie uczestniczy	33	67	109
Poglądy polityczne	Lewica	54	46	137
	Centrum	39	61	330
	Prawica	40	60	239
	Trudno powiedzieć	35	65	233

Tabela 10

		Czy w ciągu ostatniego miesiąca zdarzyło się, że ktoś zwracał Panu(i) uwagę, krytykował(a) Pana(ią) za to, że Pan(i) zbyt dużo je?		Liczba osób
		Tak	Nie	
		%	%	
Ogółem		14	86	940
Płeć	Mężczyźni	14	86	453
	Kobiety	14	86	487
Wiek	18–24 lata	14	86	105
	25–34	15	85	187
	35–44	16	84	164
	45–54	15	85	146
	55–64	11	89	166
	65 lat i więcej	14	86	172
Miejsce zamieszkania	Wieś	15	85	374
	Miasto do 19 999	15	85	148
	20 000 – 99 999	16	84	174
	100 000 – 499 999	9	91	154
	500 000 i więcej mieszk.	14	86	91
Wykształcenie	Podstawowe / gimnazjalne	10	90	198
	Zasadnicze zawodowe	14	86	230
	Średnie	15	85	289
	Wyższe	16	84	224
Grupa społeczna i zawodowa	Kadra kier., spec. z wyższym wyksz.	17	83	104
	Średni personel, technicy	18	82	30
	Pracownicy adm.-biurowi	11	89	58
	Pracownicy usług	14	86	45
	Robotnicy wykwalifikowani	12	88	101
	Robotnicy niewykwalifik.	10	90	46
	Rolnicy	20	80	52
	Pracujący na własny rach.	14	86	41
	Bezrobotni	12	88	52
	Emeryci	16	84	212
	Renciści	11	89	61
	Uczniowie i studenci	14	86	72
Pracuje w:	Gospodynie domowe i inni	11	89	68
	inst. państw., publicznej	16	84	110
	spółce właścicieli prywatnych i państwa	12	88	77
	sekt. pryw. poza rolnict.	13	87	235
Dochody na jedną osobę	prywatnym gosp. rolnym	20	80	56
	Do 500 zł	19	81	86
	501–750	10	90	101
	751–1000	19	81	116
	1001–1500	13	87	165
Ocena własnych war. mater.	Powyżej 1500 zł	16	84	201
	Złe	19	81	86
	Średnie	14	86	388
Udział w prakt. religijnych	Dobre	13	87	467
	Kilka razy w tygodniu	21	79	56
	Raz w tygodniu	14	86	436
	1–2 razy w miesiącu	14	86	138
	Kilka razy w roku	15	85	201
Poglądy polityczne	W ogóle nie uczestniczy	9	91	110
	Lewica	17	83	137
	Centrum	14	86	330
	Prawica	15	85	239
	Trudno powiedzieć	12	88	234

Tabela 11

		Czy w ciągu ostatniego miesiąca zdarzyło się, że jadł(a) Pan(i) dla przyjemności, z łakomstwa, a nie z głodu?		Liczba osób
		Tak	Nie	
		%	%	
Ogółem		40	60	931
Płeć	Mężczyźni	34	66	450
	Kobiety	46	54	481
Wiek	18–24 lata	56	44	104
	25–34	48	52	184
	35–44	49	51	163
	45–54	46	54	144
	55–64	29	71	166
	65 lat i więcej	21	79	171
Miejsce zamieszkania	Wieś	34	66	366
	Miasto do 19 999	36	64	147
	20 000 – 99 999	46	54	171
	100 000 – 499 999	39	61	154
	500 000 i więcej mieszk.	64	36	92
Wykształcenie	Podstawowe / gimnazjalne	25	75	198
	Zasadnicze zawodowe	28	72	227
	Średnie	47	53	283
	Wyższe	57	43	224
Grupa społeczna i zawodowa	Kadra kier., spec. z wyższym wyksz.	63	37	105
	Średni personel, technicy	56	44	30
	Pracownicy adm.-biurowi	56	44	57
	Pracownicy usług	41	59	43
	Robotnicy wykwalifikowani	36	64	100
	Robotnicy niewykwalifik.	29	71	45
	Rolnicy	40	60	52
	Pracujący na własny rach.	47	53	41
	Bezrobotni	34	66	52
	Emeryci	24	76	210
	Renciści	29	71	61
	Uczniowie i studenci	61	39	70
	Gospodynie domowe i inni	40	60	66
Pracuje w:	inst. państw., publicznej	60	40	108
	spółce właścicieli prywatnych i państwa	47	53	78
	sekt. pryw. poza rolnict.	41	59	232
	prywatnym gosp. rolnym	39	61	56
Dochody na jedną osobę	Do 500 zł	32	68	86
	501–750	34	66	98
	751–1000	39	61	116
	1001–1500	36	64	161
	Powyżej 1500 zł	49	51	200
Ocena własnych war. mater.	Złe	26	74	86
	Średnie	40	60	385
	Dobre	43	57	460
Udział w prakt. religijnych	Kilka razy w tygodniu	41	59	56
	Raz w tygodniu	37	63	430
	1–2 razy w miesiącu	43	57	137
	Kilka razy w roku	47	53	199
	W ogóle nie uczestniczy	39	61	109
Poglądy polityczne	Lewica	43	57	135
	Centrum	41	59	328
	Prawica	42	58	238
	Trudno powiedzieć	36	64	229

Tabela 12

		Czy w ciągu ostatniego miesiąca zdarzyło się, że coś Panu(i) tak bardzo smakowało, że jadł(a) Pan(i), mimo iż był(a) już najedzony(a)?		Liczba osób
		Tak	Nie	
		%	%	
Ogółem		44	56	928
Płeć	Mężczyźni	41	59	446
	Kobiety	46	54	482
Wiek	18–24 lata	60	40	105
	25–34	55	45	180
	35–44	53	47	164
	45–54	45	55	144
	55–64	30	70	163
	65 lat i więcej	26	74	173
Miejsce zamieszkania	Wieś	35	65	363
	Miasto do 19 999	44	56	146
	20 000 – 99 999	50	50	173
	100 000 – 499 999	50	50	154
	500 000 i więcej mieszk.	57	43	91
Wykształcenie	Podstawowe / gimnazjalne	29	71	195
	Zasadnicze zawodowe	35	65	227
	Średnie	51	49	286
	Wyższe	57	43	220
Grupa społeczna i zawodowa	Kadra kier., spec. z wyższym wyksz.	63	37	105
	Średni personel, technicy	66	34	30
	Pracownicy adm.-biurowi	51	49	58
	Pracownicy usług	51	49	45
	Robotnicy wykwalifikowani	40	60	101
	Robotnicy niewykwalifik.	31	69	46
	Rolnicy	48	52	47
	Pracujący na własny rach.	41	59	39
	Bezrobotni	58	42	51
	Emeryci	28	72	209
	Renciści	35	65	61
	Uczniowie i studenci	56	44	71
	Gospodynie domowe i inni	38	62	67
Pracuje w:	inst. państw., publicznej	55	45	110
	spółce właścicieli prywatnych i państwa	57	43	77
	sekt. pryw. poza rolnict.	45	55	234
	prywatnym gosp. rolnym	41	59	51
Dochody na jedną osobę	Do 500 zł	43	57	85
	501–750	34	66	101
	751–1000	45	55	114
	1001–1500	42	58	163
	Powyżej 1500 zł	52	48	201
Ocena własnych war. mater.	Złe	32	68	84
	Średnie	45	55	386
	Dobre	44	56	459
Udział w prakt. religijnych	Kilka razy w tygodniu	43	57	56
	Raz w tygodniu	39	61	429
	1–2 razy w miesiącu	50	50	139
	Kilka razy w roku	49	51	197
	W ogóle nie uczestniczy	45	55	107
Poglądy polityczne	Lewica	45	55	135
	Centrum	44	56	327
	Prawica	44	56	235
	Trudno powiedzieć	43	57	231



Tabela 13

		Czy w ciągu ostatniego miesiąca zdarzyło się, że		Liczba osób
		załował(a) Pan(i), że zjadł(a) za dużo?		
		Tak	Nie	
		%	%	
Ogółem		35	65	938
Płeć	Mężczyźni	25	75	450
	Kobiety	43	57	488
Wiek	18–24 lata	39	61	106
	25–34	41	59	184
	35–44	41	59	164
	45–54	38	62	146
	55–64	29	71	166
	65 lat i więcej	23	77	172
Miejsce zamieszkania	Wieś	31	69	371
	Miasto do 19 999	38	62	147
	20 000 – 99 999	37	63	174
	100 000 – 499 999	32	68	155
	500 000 i więcej mieszk.	45	55	92
Wykształcenie	Podstawowe / gimnazjalne	20	80	198
	Zasadnicze zawodowe	29	71	229
	Średnie	36	64	289
	Wyższe	51	49	223
Grupa społeczna i zawodowa	Kadra kier., spec. z wyższym wyksz.	53	47	104
	Średni personel, technicy	43	57	30
	Pracownicy adm.-biurowi	48	52	58
	Pracownicy usług	38	62	45
	Robotnicy wykwalifikowani	24	76	101
	Robotnicy niewykwalifik.	23	77	46
	Rolnicy	24	76	50
	Pracujący na własny rach.	35	65	41
	Bezrobotni	34	66	52
	Emeryci	27	73	211
	Renciści	25	75	61
	Uczniowie i studenci	38	62	73
	Gospodynie domowe i inni	47	53	68
Pracuje w:	inst. państw., publicznej	52	48	110
	spółce właścicieli prywatnych i państwa	39	61	78
	sekt. pryw. poza rolnict.	33	67	235
	prywatnym gosp. rolnym	22	78	55
Dochody na jedną osobę	Do 500 zł	31	69	86
	501–750	35	65	101
	751–1000	35	65	115
	1001–1500	35	65	164
	Powyżej 1500 zł	41	59	201
Ocena własnych war. mater.	Złe	31	69	84
	Średnie	34	66	388
	Dobre	36	64	466
Udział w prakt. religijnych	Kilka razy w tygodniu	37	63	56
	Raz w tygodniu	33	67	437
	1–2 razy w miesiącu	35	65	140
	Kilka razy w roku	41	59	197
	W ogóle nie uczestniczy	30	70	109
Poglądy polityczne	Lewica	40	60	136
	Centrum	32	68	328
	Prawica	35	65	239
	Trudno powiedzieć	35	65	235

Tabela 14

		Które z poniższych stwierdzeń najlepiej opisuje Pana(i) sytuację?				Liczba osób
		Nie ograniczam się w jedzeniu, jem tyle, ile chcę	Staram się kontrolować ilość spożywanego jedzenia	Ograniczam jedzenie, jestem na diecie odchudzającej	Trudno powiedzieć	
		%	%	%	%	
Ogółem		49	49	2	0	941
Płeć	Mężczyźni	54	44	1	0	454
	Kobiety	45	54	2		487
Wiek	18–24 lata	55	43	2		106
	25–34	49	49	1	1	187
	35–44	53	46	1		164
	45–54	51	47	2	0	145
	55–64	46	53	1		167
	65 lat i więcej	45	52	3		172
Miejsce zamieszkania	Wieś	54	44	1	1	374
	Miasto do 19 999	48	50	2		147
	20 000 – 99 999	47	52	1		173
	100 000 – 499 999	39	58	4		155
	500 000 i więcej mieszk.	53	45	2		92
Wykształcenie	Podstawowe / gimnazjalne	60	38	2		196
	Zasadnicze zawodowe	54	44	1	0	230
	Średnie	46	52	1	1	291
	Wyższe	39	59	3		224
Grupa społeczna i zawodowa	Kadra kier., spec. z wyższym wyksz.	32	65	3		105
	Średni personel, technicy	41	59			30
	Pracownicy adm.-biurowi	40	57	3		58
	Pracownicy usług	43	55	2		45
	Robotnicy wykwalifikowani	63	37		1	101
	Robotnicy niewykwalifik.	66	34			45
	Rolnicy	68	29		3	52
	Pracujący na własny rach.	46	54			41
	Bezrobotni	40	56	4		51
	Emeryci	47	51	2		212
	Renciści	46	54			61
	Uczniowie i studenci	61	39			73
	Gospodynie domowe i inni	55	42	3		68
Pracuje w:	inst. państw., publicznej	44	55	1		108
	spółce właścicieli prywatnych i państwa	33	67			78
	sekt. pryw. poza rolnict.	53	45	2	0	236
	prywatnym gosp. rolnym	69	28		3	56
Dochody na jedną osobę	Do 500 zł	51	48	1	1	85
	501–750	55	45			101
	751–1000	47	50	2	1	116
	1001–1500	53	45	2		165
	Powyżej 1500 zł	42	56	2		202
Ocena własnych war. mater.	Złe	48	49		3	85
	Średnie	48	50	2		387
	Dobre	51	47	1		468
Udział w prakt. religijnych	Kilka razy w tygodniu	37	62	1		56
	Raz w tygodniu	47	51	2		437
	1–2 razy w miesiącu	52	48	1		140
	Kilka razy w roku	51	46	2	1	199
	W ogóle nie uczestniczy	59	39	1	1	110
Poglądy polityczne	Lewica	51	46	3		137
	Centrum	46	52	2	0	330
	Prawica	45	54	1		239
	Trudno powiedzieć	58	41	1	0	234