



AgEcon SEARCH
RESEARCH IN AGRICULTURAL & APPLIED ECONOMICS

The World's Largest Open Access Agricultural & Applied Economics Digital Library

This document is discoverable and free to researchers across the globe due to the work of AgEcon Search.

Help ensure our sustainability.

Give to AgEcon Search

AgEcon Search

<http://ageconsearch.umn.edu>

aesearch@umn.edu

*Papers downloaded from **AgEcon Search** may be used for non-commercial purposes and personal study only. No other use, including posting to another Internet site, is permitted without permission from the copyright owner (not AgEcon Search), or as allowed under the provisions of Fair Use, U.S. Copyright Act, Title 17 U.S.C.*

////////////////////////////////////TUDOMÁNYOS CIKK////////////////////////////////////

Fenntartható élelmiszer-fogyasztás

—

Egészség- és környezettudatosak-e az alternatív étrendet követők?

**BARNA FÉDRA KINGA – SZAKÁLY ZOLTÁN –
T. NAGY-PETŐ DORKA – BAUERNÉ GÁTHY ANDREA**

Kulcsszavak: alternatív étrendet követők, fenntartható élelmiszer-fogyasztás, egészség tudatosság, környezettudatosság
JEL-kód: Q01, Q1, Q56

ÖSSZEFOGLALÓ MEGÁLLAPÍTÁSOK, KÖVETKEZTETÉSEK, JAVASLATOK

Az élelem biztosítása a növekvő népesség számára a környezeti externáliák minimalizálása mellett a jelenlegi fenntarthatósági vitában kulcsfontosságú témává válik. A kutatás célja megvizsgálni, hogy az eltérő alternatív étrendet követők körében milyen élelmiszer-fogyasztáshoz kapcsolódó magatartási tényezők jelennek meg, valamint azok milyen hatással vannak a fenntartható élelmiszer-fogyasztás két elemére: az egészség- és a környezettudatosságra. Célkitűzésünk megvalósítása érdekében országos kérdőíves megkérdezést bonyolítottunk le 504 magyar fogyasztó körében, melynek fő elemei a következők voltak: alternatív étrendek, élelmiszerorientált életstílus, helyi termékek. A válaszokat a nem szerinti reprezentativitás biztosítása érdekében súlyozással korrigáltuk, majd leíró statisztikai módszerekkel elemeztük, az élelmiszerorientált életstílus jegyeket pedig faktor- és klaszteranalízis alkalmazásával vizsgáltuk. Az eredmények azt mutatják, hogy egyes alternatív táplálkozási formák esetében ugyan megjelenik a környezettudatos magatartás, de a fenntarthatósághoz ez még nem elégséges feltétel. Az élelmiszerorientált életstílushoz kapcsolódó állítások alapján öt faktort különítettünk el, úgy mint a vásárlási motivációkat, a minőségi aspektust, a vásárlási szokásokat, a fogyasztási szituációkat és a főzési módszereket. A főzési módszerek faktort további három faktorra bontottuk: ezek az elhivatottság-innováció, az egyszerű főzés, illetve a nemek közti (női-férfi) felelősség/szerep. A klaszteranalízis során 5 csoportot kaptunk: „Újdonságot keresők” (27,8%), „Kívülálló” (18,8%), „Konzervatívok” (15,4%), „Motiválatlan fiatalok” (16,9%), illetve „Sportos életmódú fiatalok” (21,0%). A szegmensek közül egészség- és környezettudatosnak egyedül az „Újdonságot keresők” csoportja tekinthető, ezért a vállalatok számára a szegmentum jellemzőinek megismerése indokolt lehet.

BEVEZETÉS

A népesség környezetre gyakorolt negatív hatása egyre inkább előtérbe kerül mind hazai, mind nemzetközi viszonylatban. Az, ahogyan élünk, ahogy használjuk a bolygó erőforrásait, mind-mind befolyásolja a következő generációk lehetőségeit. Különösen hangsúlyos ez a megközelítés az élelmiszer-fogyasztást tekintve, hiszen annak környezetterhelő hatása mind az input mind az output oldalon jelentős (Hertwich, 2011; Tukker et al., 2011; Westhoek et al., 2014).

Kiss és szerzőtársai (2019) is alátámasztják, hogy az élelmiszer-fogyasztás kapcsán az egészség és a környezet kérdéseit egymással összefüggésben célszerű vizsgálni, megfelelő hangsúlyt adva a környezeti aspektusnak. Az élelmiszer-fogyasztáshoz társuló negatív környezeti hatások főként a területhasználát, az energia- és a vízigény esetében jelentősek. A fenntartható élelmiszer-fogyasztás alapelvei között említhetjük a növényi eredetű élelmiszerek, zsiradékok előnyben részesítését az állati eredetűekkel szemben; a kevésbé feldolgozott, inkább regionális élelmiszerek fogyasztását; az állati eredetű fehérjefogyasztás visszaszorítását. Ezek a megközelítések több alternatív étrend esetében jellemzően megfigyelhetők. Az egészség- és a környezettudatos élelmiszer-fogyasztás követelményei sok esetben összecsengenek, több kutatás megállapította már, hogy azon ételek, amelyeknek a fogyasztását egészségi szempontból káros hatásuk miatt csökkenteni kellene, általában a magasabb környezetterheléssel járó

élelmiszerek (Alsaffar, 2016; Macdiarmid et al., 2016; Ruini et al., 2015).

Az egészség- és a környezettudatosság egyszerre jellemzi a fenntartható élelmiszer-fogyasztást, mely olyan élelmiszerek megvásárlásában és elfogyasztásában nyilvánul meg, amelyek megfelelnek a fogyasztói igényeknek, egyúttal jobb életminőséget eredményeznek, miközben minimalizálják a természeti erőforrások és a természetet károsító anyagok használatát, a hulladék- és szennyezőanyag-kibocsátást egész életciklusuk során. A környezet- és az egészségtudatosság különböző mélységben jelenhet meg az élelmiszerfogyasztási szokásainkhoz kötődően (Barna, 2016), de jelen esetben mégis a két szélsőértéket jelentjük meg, vagyis a vizsgálat során tudatos és nem tudatos kategóriákat alakítottunk ki (1. táblázat). A fogyasztói tudatosság jellemzői felfedezhetőek együttesen is, de megjelhetnek egyoldalúan is, amikor vagy csak egészséges, vagy csak környezetbarát jellemzői vannak a tudatosságnak, valamint amikor egyik tudatossági szint sem jellemző (ez utóbbi a nemkívánatos állapot, mely a leginkább kerülendő).

Barna (2016) kutatásai szerint egy hazai felmérésben a válaszadók (627 fős minta) 1/4-e (24,56%) sorolható a fenntartható élelmiszer-fogyasztók közé, 18,46%-a egészségtudatosan (Egyoldalú táplálkozás II.), 13,54%-a környezetbarát módon (Egyoldalú táplálkozás I.) táplálkozik, illetve közel a fele (43,44%) negatív attitűddel viszonyul ezen értékek felé.

A tudatos fogyasztás kialakulása össze-

I. táblázat

Az egészség- és a környezettudatos élelmiszer-fogyasztás kapcsolata (Linkage between health- and environment-conscious food consumption)

Kritérium (Criteria)	Egészségtudatos (Health-Conscious)	Nem egészségtudatos (Non Health-Conscious)
Környezettudatos (Environment-Conscious)	Fenntartható élelmiszer-fogyasztás	Egyoldalú táplálkozás I.
Nem környezettudatos (Non Environment-Conscious)	Egyoldalú táplálkozás II.	Nemkívánatos állapot

tett folyamat (Szakály, 2011), és több motívummal jellemezhető. Elsőként a fogyasztóban meg kell jelenjen az igény arra, hogy ne csak passzív „bevásárló”, hanem tudatos, előre tervező a saját szükségleteivel és céljaival tisztában lévő fogyasztó legyen. Ennek érdekében meg kell ismernie a termékeket és szolgáltatásokat, a vásárlás során, vagy még inkább azt megelőzően informálódnia kell ezekről.

Az egészségtudatosság Bagdy (2010) és Fodor (2013) alapján olyan tudatos cselekvés, amelyet az egyének egészségük érdekében tesznek, így alkalmazva a prevenciót vagy a maradék egészség megőrzését, vagyis az önérdek dominál a döntéseknél.

A környezettudatosság olyan gondolkodási- és magatartásforma, ami az ember és a környezet harmóniájának megteremtésének célján alapul, valamint magába foglalja azokat a hosszú távú értékeket, amelyek a társadalom tagjai számára legmegfelelőbbek (Kovács, 2007). Ebben a tekintetben az önérdek elé helyeződik a társadalom érdeke, legyen az akár a mostani, akár a következő korok generációié.

A kutatás célja megvizsgálni, hogy az eltérő alternatív étrendet követők körében milyen ételmiszer-fogyasztáshoz kapcsolódó magatartási jellemzők jelennek meg, valamint azok milyen hatással vannak a fenntartható ételmiszer-fogyasztás két elemére: az egészség- és a környezettudatosságra. A kutatás döntően az alternatív étrendet követők magatartását elemzi, ugyanakkor összehasonlítási alapként a vegyes étrendet folytatók szokásaira is kitér.

IRODALMI ÁTTEKINTÉS

Alternatív étrendet követők

A kutatás során a paleolit, a vegetáriánus, a vegán, a glutén-, a laktóz-, a tejfehérje-mentes és a fehérjegyazdag étrendeket vizsgáltuk. Ezeket összehasonlítottuk a vegyes étrendűek csoportjával, vagyis azokkal, akik nem alkalmazzák rendszeresen (legalább

naponta) a felsorolt étrendek közül egyiket sem.

A paleolit táplálkozás, egy „kőkorszaki” diéta, amely az őseink étkezését veszi alapul, ezáltal cukrot, gabonát, tejet és hüvelyeseket nem tartalmaz (Paleo-dieta, 2018). Az *Academy of Nutrition and Dietetics*, (2016) megfogalmazása alapján a vegetáriánus étrend nem tartalmaz húst és halat, illetve az ezeket az alapanyagokat tartalmazó ételmiszereket. A vegánok a vegetáriánusok húselhagyásán túlmenően nem fogyasztanak semmilyen állati eredetű ételmiszert, úgymint tojást, halat, tejterméket és mézet sem (Taylor, 2011). A magyar lakosság 1,5-2%-a táplálkozik gluténmentesen, ráadásul a gluténérzékenyek számának folyamatos növekedése is megfigyelhető, hiszen ez egy örökletes autoimmun-betegség következménye (Horacsek, 1995; Prokisch, 2016). Megjelenhet ugyanakkor a tejre való érzékenység, amikor emésztési zavarok lépnek fel, ilyen a tejcukor- és a tejfehérje-érzékenység (Brilaki, 2017). A fehérjegyazdag étrendet leginkább a fogyni vágyók alkalmazzák, mivel a fehérje lassabban emésztődik, mint a szénhidrátok, így alkalmazói tovább érezhetik magukat jóllakottnak. Ezt az étrendet a magas mozgásintenzitásúak és a súlyzós edzéseket folytatók is választják (De Bellefond, 2017).

Ételmiszerorientált életstílus modell

Grunert (1993) megalkotta az ételmiszerorientált életstílus modelljét (Food Related Lifestyle – FRL), amelynek struktúrája magába foglalja az ételmiszerhez, a vásárlási motivációkhoz (íz; étkezés közbeni beszélgetés), az ételmiszer-minőségi (bioételmiszerek vásárlása; szakboltokban való vásárlás) szempontokhoz kapcsolódó elemeket, ugyanúgy az ételmiszerellátáshoz kapcsolódó három elemet, úgymint a főzési módszereket (új receptek kipróbálása; reklámok befolyása a vásárlási döntés során; vásárlás és ételkészítés felelősségének nemek szerinti megosztása), a vásárlási

szokásokat (vásárlási lista készítése; élelmiszercímkek összehasonlítása, termékinformációk), valamint a fogyasztási szituációkat (étel elfogyasztásának időpontja és az ehhez kapcsolódó tudatosság). Ez az öt elem együttesen jellemzi az egyén élelmiszerorientált életmódjának legfontosabb tényezőit (Thøgersen, 2017).

Erre a modellre alapozva végeztük el a kutatást, ami alapján faktor- és klaszterelemzést hajtottunk végre és megvizsgáltuk, hogy a fenntartható élelmiszer-fogyasztás két eleme, az egészség- és a környezettudatosság mennyire jelenik meg az alternatív étrendet követő fogyasztók körében.

ANYAG ÉS MÓDSZER

A minta megoszlása és a mintavétel

A primer kutatás során, 2017 decembere és 2018 februárja között, országos kérdőíves felmérést végeztünk a magyar lakosság körében. Elsősorban alternatív étrendet követőket kerestünk zárt, tematikus Facebook csoportokban, hiszen a kutatás szempontjából őket tekintettük célcsoportnak. Ennek ellenére nem tudtuk teljes mértékben kizárni, hogy vegyes étrendet követők is bekerüljenek a mintába, aminek fő oka, hogy a zárt csoportok sem tekinthetők homogénnek (Gál et al., 2017). A vegyes étrendet követők mintába kerülésének jelentősége abban áll, hogy ezen válaszadók viszonyítási alapot jelentettek az alternatív étrendű fogyasztókkal szemben. A mintavétel véletlenszerűségének biztosítására nem volt módunk. A mintasokaság 504 fő. A felmérés során kapott válaszokat a KSH adatai alapján súlyozással korrigáltuk annak érdekében, hogy biztosítsuk a nemre vonatkozó reprezentativitást (47,7% férfi és 52,3% nő). A válaszok nem szerinti súlyozásával nem veszítettünk jelentős mennyiségű adatot, mivel kis súlyt kellett alkalmaznunk, viszont más szempont szerint már erre nem volt lehetőségünk. A minta szocio-demográfiai jellemzők szerinti megoszlását a 2. táblázat szemlélteti.

Kérdőív

A kérdőív az alábbi kérdéscsoportokat tartalmazta:

1. alternatív táplálkozási formák, és azok alkalmazásának indokai;
2. a felsorolt étrendek fogyasztási gyakorisága és annak okai;
3. az élelmiszerorientált (FRL) életstílus modellel kapcsolatos állítások.

A megkérdezés során zárt kérdéseken keresztül, egy- és többválasz-lehetőseges kérdések, továbbá 1–5 fokozatú Likert-skála használatával (1 – egyáltalán nem ért egyet; 5 – teljes mértékben egyetért) elemeztük a fogyasztók attitűdjait, illetve az állításokkal való egyetértés mértékét. A kérdőív utolsó szakaszában a szocio-demográfiai változók szerepeltek (nem, életkor, lakóhely, legmagasabb befejezett iskolai végzettség, családi állapot, háztartásban élő önálló jövedelemmel rendelkező személyek száma, háztartásban élő személyek száma, háztartás havi jövedelme, az egészség- és környezettudatosság mértéke).

Adatelemzés

A kérdőívek feldolgozásához az IBM SPSS Statistics 20.0, valamint a Microsoft Office Excel 2016 programokat használtunk. A statisztikai eljárások közül leíró statisztikai módszereket alkalmaztunk. Két kategorizált változó kapcsolatának elemzéséhez Chi²-próbát használtunk, ahol kizárólag a szignifikáns eltéréseket vettük figyelembe. Varianciaanalízist (ANOVA) a skála-típusú kérdéseknél alkalmaztunk. A tényezők számának csökkentése érdekében, valamint a fogyasztók csoportokba rendezéséhez (szegmentáció) faktor- és klaszteranalízist alkalmaztunk.

A változók elemzésre való alkalmasságának vizsgálatához a Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) kritériumot használtuk. Az élelmiszerorientált életstílus modell állításainál értéke 0,729, eszerint a változók kiválóan

2. táblázat

**A minta megoszlása a szocio-demográfiai jellemzők szerint
(Distribution of the sample in terms of the background variables)**

Megnevezés (Description)		A minta megoszlása (Sample distribution)	
		N	%
Összesen (Total)		504	100
Nem* (Gender)	Nő	264	52,3
	Férfi	240	47,7
Életkor (Age)	20 év alatti	107	21,2
	21–25 év között	143	28,4
	26–40 között	121	24,0
	40 év feletti	133	26,4
Település-típus (Type of settlement)	Főváros	78	15,5
	Megyei jogú város	239	47,4
	Település (10000 fő felett)	72	14,3
	Település (2000 és 10000 fő között)	88	17,5
	Település (2000 fő alatt)	27	5,3
Szubjektív jövedelem (Subjective income)	Jelentősen az átlag felett van	127	25,2
	Valamennyivel az átlag felett van (max. 30%-os eltérés)	241	47,8
	Átlagos bruttó kereset: 327 700 Ft/fő; átlagos nettó kereset: 217 900 Ft/fő	112	22,2
	Valamennyivel az átlag alatt van (max. 30%-os eltérés)	21	4,2
	Jelentősen az átlag alatt van	3	0,6
Legmagasabb iskolai végzettség (Highest level of education)	Maximum 8 általános	22	4,4
	Szakkunskásképző, szakiskola	30	6,0
	Gimnázium, szakközép	234	46,4
	Főiskola/egyetem	218	43,3
Családi állapot (Family status)	Hajadon/nőtlen szüleivel él	168	33,3
	Hajadon/nőtlen egyedül él	55	10,9
	Házass/élettársi kapcsolat	246	48,8
	Özvegy	10	2,0
	Elvált	25	5,0

* KSH adatai alapján súlyozással korrigált adatok a nemek arányára vonatkozóan.

alkalmasak a faktorelemzésre. A főkomponens elemzés és a Maximum likelihood módszer esetében egyaránt lefuttattuk a vizsgálatokat az összes lehetséges rotáció alkalmazásával, végül az ételmiszerorientált életstílus modellnél a Főkomponens elem-

zés Equamax rotációja szolgáltatott értékesebb eredményt (Sajtos – Mitev, 2007).

Az ételmiszer-fogyasztáshoz kapcsolódó életstílus faktorelemzését követően klaszterelemzést hajtottunk végre, amely egynemű kategóriákba sorolja az állításokat, ennek

alapján 3, 4, 5 és 6 klaszterszám megadásával, majd azok varianciaanalízisben történő lefuttatásával 5 klasztert alakítottunk ki, hogy az egy klaszterbe tartozó válaszadók száma legalább 10%-a legyen az összes válaszadónak. A klaszterek távolságait klaszterközéppontok segítségével elemeztük, amelyek meghatározzák a csoportok egymástól való távolságát az eltérő klaszterekbe tartozó elemek átlagai közötti eltérés alapján (Székelyi – Barna, 2002).

EREDMÉNYEK

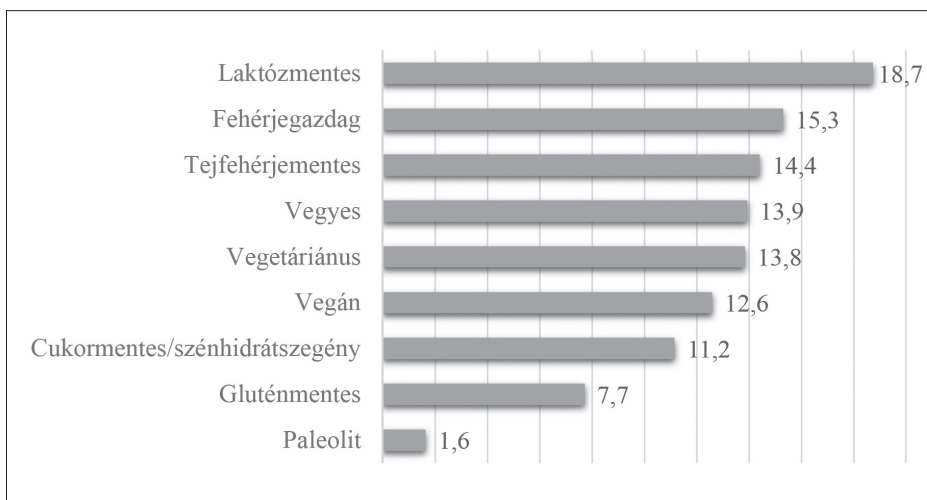
Kutatásunk az alternatív, illetve a vegyes étrendet követők magatartás-vizsgálatára épült. Elsőként a szegmensek jellemzőit leíró statisztikai módszerek segítségével mutatjuk be az eredményeket.

A megkérdezés során kimondottan az alternatív étrendet követőket kerestük, ezért az ilyen irányultságú ételmiszerfogyasztók magas arányban jelennek meg a felmérésben, megoszlásukat az 1. ábrán szemléltetjük. Fontosnak tartjuk a jellemzésüket, mivel a későbbiek során ezen szegmensek magatartásvizsgálatát végezzük el.

Azon válaszadókat tekintettük alternatív étrendet követőknek, akik napi gyakorisággal, azaz rendszeresen „gyakorolják” valamelyik alternatív étrendet. Ezen besorolás alapján a gluténmentes és a paleolit táplálkozási módok kivételével mindegyik étrend 10% feletti arányt képvisel. Ez annak is köszönhető, hogy több válaszadó nem csak egy étrendet követ (növényi eredetű étrend tejfehérje- és tejcukor-érzékenység miatt). Megközelítőleg a megkérdezettek 1/5-e laktózmentesen (18,7%) étkezik, továbbá magas a fehérjedús (15,3%), a tejfehérje-mentes (14,4%), a vegyes (13,9%), illetve a növényi eredetű (vegetáriánus – 13,8%; vegán – 12,6%) étrendet követők aránya. A cukormentes/szénhidrátzegény étrendűek aránya viszonylag alacsony a többi ételmiszer-fogyasztási alternatívához képest.

Az alternatív étrendet követők esetében a következő háttérváltozók mutattak szignifikáns eltéréseket ($p < 0,05$) (megj.: a mintasokaságra jellemző étrendekre vonatkozó értékeket az 1. ábra mutatja): nem, életkor, lakóhely, iskolai végzettség, családi állapot, egészség- és környezettudatosság:

1. ábra
Alternatív és vegyes étrendet követők megoszlása a megkérdezettek körében, % (N=504)
(Distribution of the sample in terms of alternative diets)



- Nem szerint

A legtöbb alternatív étrend követése tekintetében a nők felülreprezentáltak (vegetáriánus – 23,1%; vegán – 20,1%; gluténmentes – 14,3%; laktózmentes – 26,9%; tejfehérjementes – 22,3%; paleolit – 2,6%), egyedül a vegyes étrendet követők közt jellemző a férfiak többsége (18,3%).

- Életkor

Gluténmentes étrendet jellemzően csak a 26–40 év közötti korosztály követ (14,8%), a vegán, a laktóz- és a tejfehérjementes termékeket fogyasztók a 20 év alatti korosztályból kerültek ki többen, azonban még így is a 26–40 év közötti és a 40 év feletti válaszadók legnagyobb aránya figyelhető meg az alternatív étrendet követők között.

- Lakóhely

Az alternatív étrendek elterjedése a városok alapján jellemzően a fővárosban gyakori, szinte valamennyi étrend esetében a budapesti lakosok vannak többségben (vegetáriánus – 38,7%; vegán – 36,5%; gluténmentes – 14,3%; laktózmentes – 42,9%; tejfehérjementes – 37,5%, fehérjegyazdag – 20,6%).

- Iskolai végzettség

Csak a gluténmentes étrend esetén figyelhető meg szignifikáns eltérés, a diplomások nagyobb arányban (10,2%) tartoznak ebbe a kategóriába.

- Családi állapot

Vegyes étrendet a szüleikkel élő egyedülállók követnek (19,3%); míg az egyedül élő nőtlenek/hajadonok mind az öt étrend esetében többségben vannak (vegetáriánus – 28,6%; vegán – 19,6%; laktózmentes – 28,6%; tejfehérjementes – 22,8%; fehérjegyazdag – 28,1%).

- Egészség- és környezettudatosság

Amint az várható volt, valamennyi alternatív étrendet követő egészség- és környezettudatosnak vallotta magát, szemben a vegyes táplálkozást folytatókkal, akik jellemzően nem tekintették magukat sem egészség-, sem környezettudatosnak.

Faktorelemzés

A kérdőíves megkérdezés állítássora alapján a változók számát redukáltuk annak érdekében, hogy az így kapott faktorok iránti attitűdjüket klaszterenként megvizsgáljuk. Ennek eredményeképpen a bevezetőben már vázolt ételmiszerorientált életstílus modell (FRL) alapján 5 faktort különítettünk el (lásd 3., 4., 5., 6. és 7. táblázat). Az 5 faktor elnevezésük szerint az alábbiak: vásárlási motivációk, minőségi aspektus, vásárlási szokások, fogyasztási situációk, valamint főzési módszerek. Esetünkben a főzési módszerek faktort további három faktorra bontottuk: ezek az elhivatottság-innováció, az egyszerű főzés, illetve a nemek közti (női-férfi) felelősség/szerep. A 3. táblázat a főzési módszerekbe tartozó három faktort mutatja be.

Az F1/a faktorban az elhivatottság és innováció szerepe jelenik meg hangsúlyosan, úgymint az új és más kultúrák gasztronómiája iránti érdeklődés, továbbá a főzés szeretete.

A második faktor (F1/b) esetében a hangsúly az egyszerűsége, illetve az étel elkészítési idejének gyorsaságán van. Ebben az esetben a válaszadók jellemzően ételkeverékeket, konzerv és fagyasztott termékeket, valamint félkész ételeket fogyasztanak, és megjelenik a vásárlási döntésben szerepet játszó reklám befolyása is.

A női-férfi felelősségmegosztás faktorát figyelve (F1/c) a nemek közötti szerepek egyenlősége jelenik meg, azaz a válaszadók szemszögéből irreleváns, hogy a férfi vagy a nő hozza meg a vásárlási döntést, a felelősség közöttük egyetemleges.

Az ételmiszervásárlási szokásokkal kapcsolatos faktorra (F2) a bevásárlási lista készítése, az ételmiszervásárlás iránti érdeklődés, az ételmiszercímkék tanulmányozása, valamint a termékinformációk figyelése és maga az ételmiszervásárlás szeretete a

jellemző (4. táblázat). Jól megfigyelhető a vásárlói tudatosság, hiszen a kérdőívet kitöltők az élelmiszervásárlást megtervezik, előre felkészülten, átgondoltan végzik.

A harmadik faktor (F3) (5. táblá-

zat) a minőségi szempont, amelyben a bioélelmiszerekről alkotott pozitív vélemény, illetve a szakboltokban történő vásárlás fontossága jelenik meg. Az elemzés alapján megfigyelhető, hogy kifejezett az

3. táblázat

Főzési módszerek (F1/a, F1/b, F1/c)
(Cooking methods – F1/a: Commitment innovation; F1/b: Simple cooking; F1/c: Man's and Woman's responsibility)

Állítások (Statements)	F1/a - Elhivatottság-innováció	F1/b - Egyszerű főzés	F1/c - Női-férfi felelősség
Az idegen országokból származó ételreceptek és -leírások segítenek a konyhai tapasztalatszerzésben.	0,815		
Imádom kipróbálni idegen országokból származó ételrecepteket.	0,813		
Szívesen próbálok ki új ételrecepteket.	0,714		
A sütés-főzés olyan feladat, amin jobb hamar túl lenni.	-0,495		
Gyakran használok ételkeverékeket, például sütőporokat és levesporokat.		0,746	
A reklámok segítenek abban, hogy jobb vásárlási döntést hozzak.		0,698	
A friss élelmiszereket előnyben részesítem a konzerv- és a fagyasztott élelmiszerekkel szemben.		-0,547	
Sok félkész- vagy konyhakész (pl. elősütött, panirozott) ételt használunk a háztartásban.		0,541	
Napjainkban a felelős (egészség- és környezettudatos) vásárlás és ételkészítés legalább annyira a férj, mint a feleség felelőssége.			0,787
A nők felelőssége, hogy a család egészségesen táplálkozzon, és olyan ételek kerüljenek az asztalra, amelyek táplálóak.			-0,784

Forrás: Saját szerkesztés, 2019.

4. táblázat

Élelmiszer-vásárlási szokásokkal kapcsolatos állítások (Faktor2)
(Statements in connection with food purchase patterns)

Állítások (Statements)	F2 - Vásárlási szokások
Vásárlási listát készítek magamnak azért, hogy ezzel is segítsem a tervezett élelmiszer-beszerzést.	0,666
Egyáltalán nem érdekel az élelmiszer-vásárlás.	-0,649
Összehasonlítom az élelmiszercímkéket, hogy eldönthessem, melyik márkát próbáljam ki.	0,583
Számomra a termékről szóló információ döntő jelentőségű. Tudni akarom, hogy mit tartalmaz a termék.	0,551
Az élelmiszerek vásárlása számomra olyan, mint egy jó játék.	0,501

Forrás: Saját szerkesztés, 2019.

5. táblázat

Az élelmiszer-vásárlás minőségi szempontjai (Faktor3)
(Quality aspects of food purchase)

Állítások (Statements)	F3 - Minőségi aspektus
Nem bánom, hogy felárat kell fizetni a bioélelmiszerekért.	0,911
Nagy hangsúlyt helyezek a bioélelmiszerek fogyasztására.	0,862
Nincs semmilyen okom arra, hogy szakboltokban vásároljak élelmiszereket.	-0,452

Forrás: Saját szerkesztés, 2019.

6. táblázat

Az élelmiszer-vásárlási motivációk (Faktor4)
(Food purchase motivations)

Állítások (Statements)	F4 - Vásárlási motivációk
Az élelmiszerek ízét fontos tényezőnek tekintem.	0,832
Élvezettel fogyasztom az igazán jó ételeket.	0,811
Étkezés közben jó dolog beszélgetni a barátaimmal.	0,434

Forrás: Saját szerkesztés, 2019.

7. táblázat

Az élelmiszer-fogyasztási szituációk (Faktor5)
(Consumption situations)

Állítások (Statements)	F5 - Fogyasztási szituációk
Mindig eszem, amikor egy kicsit is éhesnek érzem magam.	0,589
Gyakran csak az utolsó pillanatokban döntjük el, hogy mit fogunk vacsorázni.	0,474

Forrás: Saját szerkesztés, 2019.

organikus élelmiszerek iránti pozitív attitűd. Ez megmutatkozik egyrészt a magasabb fizetési hajlandóságban, másrészt az organikus élelmiszerek preferálásában.

A negyedik faktor (F4) (6. táblázat) az élelmiszer-vásárlási motivációkat jellemzi, ahol a hedonizmus és a szociális tényezők jelennek meg, úgymint az íz fontossága, az élelmiszerek fogyasztásának élvezetessége és a jó társaság szerepe az étkezésben.

Az ötödik faktor, (F5) (7. táblázat) a fogyasztási szituációt mutatja be, ahol a nem tudatos étkezéstervezés jelenik meg, hiszen az ételfogyasztás az éhségérzettől, valamint az étkezés nem tudatos időszerepétől függ.

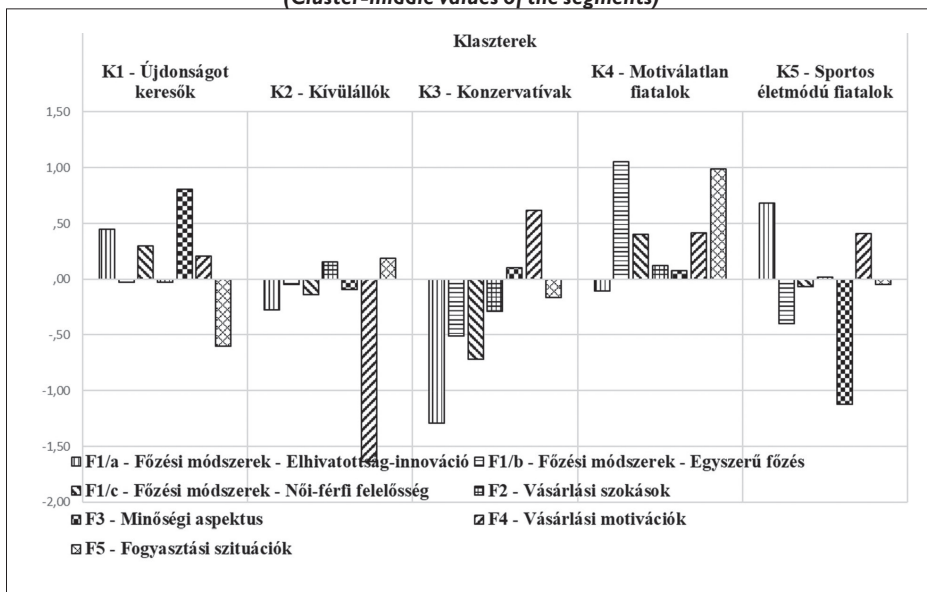
Klaszterelemzés

A kutatás célkitűzéseire kapcsolódóan részletesen ismertetjük az egyes klasztereket. A faktorokból képzett klaszterek alapján 5 csoportot azonosítottunk: „Újdonságot keresők” (27,8%), „Kívülállók” (18,8%), „Konzervatívok” (15,4%), „Motiválatlan fiatalok” (16,9%), illetve „Sportos életmódú fiatalok” (21,0%).

A faktorok és a klaszterek közötti összefüggéseket a 2. ábra szemlélteti. Az első klaszter az „Újdonságot keresők” csoportja, akiknél főzőskor megjelenik az innovációra való hajlam, ugyanakkor fontos szempont döntéseiknél a minőség. A második klasztert a „Kívülállók” alkotják, akiknél

2. ábra

**A szegmensek klaszterközéptékei
(Cluster-middle values of the segments)**



Forrás: Saját szerkesztés, 2019.

Megjegyzés: az oszlopok függőleges tengelye a klaszterközéptékeket jelöli

a vásárlási motivációk negatív tartományban vannak, vagyis az íz, a szociális élmény nem meghatározó fogyasztási döntéseiknél. A harmadik csoport a „Konzervatívok” elnevezést kapta, náluk az újdonság, a női-férfi felelősségmegosztás elutasítása figyelhető meg, ezzel szemben megjelenik a vásárlási motivációk fontossága. A negyedik a „Motiválatlan Fiatalok” szegmense, ahol a főzés egyszerűsége, a fogyasztási helyzetek jelentősége mutatkozik meg. Az ötödik, egyben utolsó klaszter a „Sportos életmódú fiatalok”, esetükben megjelenik az újdonságra való hajlam, ugyanakkor a minőség nem játszik fontos szerepet a döntéseik során.

1. klaszter – Újdonságot keresők

A csoport aránya a mintán belül 27,8%, azaz 140 fő, ez a legnagyobb klaszter. A szegmens jellemzői a következők:

Étrendet tekintve felülreprezentáltak jelennek meg a vegán (50,0%), a tejfehérjementes (49,3%), a cukormentes/szénhid-

rátszegény (44,6%), a laktózmentes (43,2%) és a vegetáriánus (40,0%) étrendet követők.

A helyi termékeket vásárlók aránya enyhén felülreprezentált (29,7%). Korosztály alapján jellemzően a 25 év feletti, de különösen a 40 év feletti alkotják (26-40 éves – 30,7%; 40 év feletti – 37,7%), valamint a fővárosban (36,5%) és a 2–10 000 fő közötti településen (38,6%) élők.

Végzettség szerint az érettségizettek alulreprezentáltak (20,9%), családi állapot vonatkozásában kisebb létszámban vannak jelen a nőtlenek/hajadonok (a szüleiél él – 19,2%; egyedül él – 17,2%), ezzel szemben a házas/élettársi kapcsolatban élők (35,8%) nagy arányban alkotják a klasztert. Jellemzően a legjobb anyagi helyzetben lévők aránya magas (nagyon jól megélnék belőle és félre is tudnak tenni – 32,6%) és az átlagostól nagyobb mértékű egészség- és környezettudatosság figyelhető meg (nagyon egészségtudatosnak tekinti magát – 45,0%; nagyon környezettudatosnak tekinti magát – 39,7%).

2. klaszter – Kívülállók

Mérete alapján a harmadik legnagyobb szegmens a Kívülállók csoportja (18,8%, 95 fő). Ebben a klaszterben figyelhető meg a legkisebb mértékű egészség- és környezet-tudatosság, inkább a 40 év feletti korosztály alkotja, valamint a tagok jellemzően ritkán vásárolnak helyi termékeket (22,4%). Ez a csoport az 1. klaszter ellentétének is tekinthető. A „Kívülállók” esetében a „vásárlási motivációk” tényezőn kívül nem mutatkozik meg kiugró érték a faktorok irányába.

3. klaszter – Konzervatívok

A Konzervatívok alkotják a legkisebb csoportot a mintán belül (15,4%, 95 fő). Ebben a szegmensben jelenik meg a legnagyobb arányban az alternatív étrendek elutasítása (étrendek, amelyeket egyáltalán nem fogyasztanak: vegetáriánus 19,2%; vegán – 19%; fehérjegyazdag – 21,2%; cukormentes/szénhidrátszegény – 23,5%), illetve ezzel párhuzamosan az egészség- és környezet-tudatosság mértéke is alacsony.

Szintén nem jellemző rájuk a helyi termékek vásárlása (24,7%). Ugyanakkor folyamatosan növekszik a csoportba tartozók aránya az életkor előrehaladásával, így a 40 év feletti korosztály 23,2%-os mértékben felülreprezentált. A válaszadók közül jellemzően a megyei jogú városban élők (21,2%) dominálnak.

A klaszter az elnevezését a különböző étrendek elutasítása, valamint az innováció iránti negatív attitűdjük alapján kapta. Ugyanakkor az íz szerepe az étkezések során fontos számukra, így náluk a hagyományos, magyaros ételek kedvelése hangsúlyosan jelenik meg.

4. klaszter – Motiválatlan fiatalok

A klaszter aránya a teljes mintasokaságon belül 16,9%, 85 fő. A tagok jellemzően csak kis mértékben követnek alternatív étrendeket, különösen a vegánt (6,3%), a laktóz- (11,6%) és a tejfehérjementest (11,0%), valamint a cukormentes/szénhidrátszegény

diétát (12,5%) kedvelik. Életkor alapján a 20 év alatti korosztály képviselteti magát nagyobb arányban (27,8%), ami folyamatosan csökken az életkor előrehaladásával. A kisebb településeken élők, illetve a szakmunkásképző/szakiskolai végzettségűek alacsonyabb arányban jelennek meg. Családi állapot szerint, valószínűleg azzal összefüggésben, hogy fiatalok, a nőtlenek/hajadonok vannak túlsúlyban (szüleivel él – 22,1%; egyedül él – 25,9%). Szignifikáns eltérés nem figyelhető meg a tudatosságot tekintve. A klaszter elnevezésénél az alternatív étrendet követők alacsony aránya, az étkezéshez kapcsolódó hozzáállásuk alacsony motiváltsága és a szegmensbe kerülő válaszadók alacsony átlagéletkora volt meghatározó.

5. klaszter – Sportos életmódú fiatalok

A mérete alapján a második legnagyobb csoport (21,0%, 106 fő). A szegmens tagjai nagyrészt elutasítják a vegetáriánus táplálkozást, azonban előnyben részesítik a fehérjegyazdag étrendet (28,2%). Életkor alapján leginkább a 20 év alatti korosztály alkotja (35,1%), és folyamatosan csökken a csoportba tartozók aránya az életkor növekedésével. Jellemzően a fővárosban laknak (30,2%), azonban magas a 10 000 fő feletti településen lakók aránya is (29,9%).

A szakmunkásképző/szakiskolai végzettségűek aránya a csoporton belül alacsony (13,5%). Családi állapot szerint a nőtlenek/hajadonok felülreprezentáltak, akik közül a szülőkkel élők aránya 27,9%, míg az egyedül élőké 27,6%.

A legjobb anyagi helyzetben élők jelennek meg a legkisebb arányban (13,3%), ami összefüggésbe hozható fiatalságukkal és családi állapotukkal. Ugyanakkor a válaszadók jellemzően nem tekintik magukat egészség tudatosnak.

A csoport tagjai a fehérjegyazdag étrendet a magas mozgásintenzitás, illetve az izomépítés elősegítése miatt választják.

Összességében a két legnagyobb cso-

8. táblázat

**Az egészség- és a környezettudatos ételmisszer-fogyasztás kapcsolata
(Linkage between health- and environment-conscious food consumption)**

Kritérium (Criteria)	<i>Egészségtudatos (Health-Conscious)</i>	<i>Nem egészségtudatos (Non Health-Conscious)</i>
<i>Környezettudatos (Environment-Conscious)</i>	Újdonságot keresők (27,8%)	-
<i>Nem környezettudatos (Non Environment-Conscious)</i>	Sportos életmódú fiatalok (21,0%)	Kívülrőlők (18,8%) Konzervatívok (15,4%) Átlagos fiatalok (16,9%)

Forrás: Saját szerkesztés, 2019

portot („Újdonságot keresők” és „Sportos életmódú fiatalok”) egy generációs eltolódással a 40 év feletti, illetve a 20 év alattiak alkotják. A 40 év feletti korosztálynál már megfigyelhető a pozitív viszonyulás az alternatív étrendek iránt, míg a fiataloknál egyelőre csak valószínűleg a korosztályra jellemző fehérjedús táplálkozás és ezzel negatív kapcsolatban álló növényi eredetű élelmiszerek elutasítása jelenik meg. Ugyanakkor mindkét klaszterben kiemelkedő az innovációhoz való pozitív hozzáállás.

KÖVETKEZTETÉSEK

A bevezetőben is ismertetett egészség- és környezettudatos ételmisszer-fogyasztás kapcsolata alapján négyből három szegmensbe lehetett sorolni a kapott klasztereket a fenntarthatósági mátrixban (8. táblázat). A kívánatos állapot megtestesítői a legnagyobb klaszter, az „Újdonságot keresők” csoportja, akiket egyszerre jellemez az egészség- és a környezettudatosság. Jellemzően egészségtudatos módon a „Sportos életmódú fiatalok” étkeznek. A maradék három klaszter esetében nem jelent meg sem az egészség-, sem a környezettudatosság az ételmisszer-fogyasztással kapcsolatos döntéseik során, így ők a nemkívánatos állapotba kerültek, akik összesen a válaszadók felét (51,1%) teszik ki. Annak érdeké-

ben, hogy a környezettudatos szegmensbe is sorolható legyen csoport, nagyobb klaszterszámot kellett volna meghatározni kiszűrve a vegyes táplálkozásúakat.

Az önmagukat egészség- és környezettudatosnak vallók jellemzően követnek valamilyen alternatív étrendet is (vegetáriánus, vegán, glutén-, laktóz- és tejfehérjementes, valamint fehérjegyazdag étrendek). A vegyesen táplálkozóknál viszont alacsony a tudatosság mértéke. A magatartás-vizsgálat során az egyes étrendek esetében megjelenő tudatosságot mértük. A vegyes étrendűeknél nem jelenik meg az egészség- és/vagy a környezettudatosság, míg az alternatív étrendűeknél igen. A cukormentes/szénhidrátszegény, illetve a paleolit étrendek esetében nem figyelhető meg szignifikáns eltérés a két étkezési csoport között. Amennyiben az egészség- vagy a környezettudatosság mértéke változik a lakosság körében, úgy figyelhető meg eltolódás az egyes alternatív étrendet követők felé.

KÖSZÖNETNYILVÁNÍTÁS

A publikáció elkészítését az EFOP-3.6.1-16-2016-00022 számú, „Debrecen Venture Catapult Program” című projekt támogatta. A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Szociális Alap társfinanszírozásával valósult meg.

FORRÁSMUNKÁK JEGYZÉKE

- (1) Academy of Nutrition and Dietetics (2016): *Vegetarian Nutrition. Evidence-based Practice Guideline 2016*. URL: <http://www.andeal.org/topic.cfm?menuL5271&pcatL4023&catL5450> letöltés dátuma: 2018.03.25. – (2) Alsaffar, A. A. (2016): *Sustainable diets: the interaction between food industry, nutrition, health and the environment*. Food Science and Technology International. Vol. 22. No. 2. pp. 102–111. – (3) Bagdy, E. (2010): *Vitalitásgenerátorok*, LAM (Lege Artis Medicinæ). 20. évf. 1. sz. pp. 6–7. – (4) Barna, F. (2016): *Az egészség- és a környezettudatosság megjelenése a fenntartható ételmiszer-fogyasztásban*. TDK dolgozat, Debrecen. – (5) Brilaki, M. (2017): *Don't Stop Drinking Milk Because 'Your Body Was Not Meant For It.'* URL: <https://fitnessreloaded.com/stop-drinking-milk/> letöltés dátuma: 2018.03.22. – (6) De Bellefonds, C. (2017): *Why Do High-Protein Diets Make You So Constipated?* URL: <https://www.womenshealthmag.com/weight-loss/why-high-protein-diets-constipate-you> letöltés dátuma: 2018.03.26. – (7) Fodor, L. (2013): *Az egészségmagatartás pszichopedagógiai megközelítése*. Magiszter. pp. 14–22. – (8) Gál, T. – Soós, M. – Szakály, Z. (2017): *Egészségtudatos táplálkozással kapcsolatos fogyasztói insight-ok feltárása netnográfiaival – Esettanulmány*. Vezetéstudomány 48 (4) 42–50 (2017) – (9) Grunert, K. G. (1993). *Towards a concept of food-related lifestyle*. Appetite. Vol. 21. pp. 51–55. – (10) Hertwich, E. G. (2011): *The Life Cycle Environmental Impacts of Consumption*, Economic System Research, Volume 23, Issue 1, 2011., pp. 27–47, <https://doi.org/10.1080/09535314.2010.536905> – (11) Horacek M. (1995): *A gliadin kimutatása élelmiszerekben*. Országos Élelmezés- és Táplálkozástudományi Intézet. URL: <http://www.chemonet.hu/hun/food/phd/kerteszhoracek.html> letöltés dátuma: 2018.03.26. – (12) Kiss V. Á. – Dombi M. – Szakály Z. (2019): *Az egészség, a környezet és az étkezés kapcsolata – Szakirodalmi áttekintés, Táplálkozásmarketing, VI. évfolyam, 2019/1. szám, pp. 3–23.* – (13) Kovács A. D. (2007): *A környezet-tudatosság fogalma és vizsgálatának hazai gyakorlata*. pp. 64–69. Települési környezet konferencia. Debrecen, 2007. november 8–10. – (14) Macdiarmid, J. I. – Douglas, F. – Campbell, J. (2016): *Eating like there's no tomorrow: public awareness of the environmental impact of food and reluctance to eat less meat as part of a sustainable diet*. Appetite. Vol. 96. pp. 487–493. – (15) Paleo-dieta.hu: *Mi a paleo diéta?* URL: <http://www.paleo-dieta.hu/mi-az-a-palo-dieta/> letöltés dátuma: 2018.03.19. – (16) Prokisch, L. (2016): *Fogyasztási szokások a lisztérzékenyek körében, és a finom gluténmentes kenyér története: a Glulu márkaépítése*. in Fehér, A., Kiss, V. Á., Soós, M., Szakály, Z. (szerk.): *Hitelesség és Értékkorientáció a Marketingben*. Debreceni Egyetem Gazdaságtudományi Kar: Debrecen. ISBN: 978 963 472 8 pp. 677–685. – (17) Ruini, L. F. – Ciati, R. – Pratesi, C. A. – Marino, M. – Principato, L. – Vannuzzi, E. (2015): *Working toward Healthy and Sustainable Diets: The "Double Pyramid Model"* Developed by the Barilla Center for Food and Nutrition to Raise Awareness about the Environmental and Nutritional Impact of Foods. *Frontiers In Nutrition*. Vol. 2. pp. 9. – (18) Sajtos L. – Mitev A. (2007): *SPSS kutatási és adatelemzési kézikönyv*. Alinea Kiadó, Budapest. – (19) Szakály Z. (2011): *Táplálkozásmarketing*, Mezőgazda Kiadó, Budapest. – (20) Székelyi M. – Barna I. (2002): *Túlélőkészlet az SPSS-hez*. Typotex Kiadó, Budapest. – (21) Taylor, S. (2011): *Hogyan legyen végán? Átállás harminc nap alatt*. Bioenergetik kiadó, Budapest. – (22) Thøgersen, J. (2017): *Sustainable food consumption in the nexus between national context and private lifestyle: A multi-level study*. *Food Quality and Preference*. Vol. 55. pp. 16–25. – (23) Tukker, A. – Goldbohm, A. – de Koning, A. – Verheijden, M. – Kleijn, R. – Wolf, O. – Pérez-Domínguez, J. – Rueda-Cantucho, J. M. (2011): *Environmental Impacts of Changes to Healthier Diets in Europe*, *Ecological Economics*, 2011, Volume 70, Issue 10, <https://doi.org/10.1016/j.ecolecon.2011.05.001> – (24) Westhoek, H. – Lesschen, J. P. – Rood, T. – Wagner, S. – De Marco, A. – Murphy-Bokern, D. – Leip, A. – van Grinsven, H. – Sutton, M. A. – Oenema, O. (2014): *Food Choices, Health and Environment: Effects of Cutting Europe's Meat and Dairy Intake*, *Global Environmental Change*, 2014. Volume 26, pp. 196–205. <https://doi.org/10.1016/j.gloenvcha.2014.02.004>

Summary

SUSTAINABLE FOOD CONSUMPTION – ARE THE ALTERNATIVE DIET FOLLOWERS HEALTH AND ENVIRONMENT CONSCIOUS?

**By: Barna, Fédra Kinga – Szakály, Zoltán – T. Nagy-Pető, Dorka – Bauerné Gáthy,
Andrea**

**Keywords: alternative diet followers, sustainable food consumption,
health-conscious, environmentally-conscious**

JEL: Q01, Q1, Q56

Providing food for a growing population, while minimizing environmental externalities, is becoming a key issue in the current sustainability debate. The aim of this study is to examine the behavioural factors associated with food intake among those who follow a different alternative diet, and also to examine their impact on two elements of sustainable food consumption: health and environmental awareness. In order to achieve our goal, we conducted a national questionnaire among 504 Hungarian consumers, the main elements of which were: alternative diets, food-oriented lifestyle and local products. The responses were weighed for gender representativeness, analysed using descriptive statistical methods and examined for food-oriented lifestyle features using factor and cluster analyses. The results show that while some alternative forms of nutrition show environmental awareness, this is not a sufficient condition for sustainability. Five factors can be distinguished based on claims related to food-oriented lifestyles, such as purchasing motivation, quality aspect, purchasing habits, consumption situations and cooking methods, with three additional sub-factors within the cooking methods category – vocation innovation, easy cooking and the male-female responsibility / role. In the cluster analysis 5 groups were obtained: “Novelty seekers” (27.8%), “Outsiders” (18.8%), “Conservatives” (15.4%), “Average youth” (16.9%) and “Young people with an athletic lifestyle” (21.0%). Of the segments, only the “Novelty seekers” group is considered to be health- and environmentally-conscious.