

Wacław Laskowski

Katedra Organizacji i Ekonomiki Konsumpcji

Szkoła Główna Gospodarstwa Wiejskiego w Warszawie

Zmiany poziomu spożycia żywności w Polsce

Wstęp

W okresie ostatnich kilkunastu lat spożycie żywności w Polsce uległo zasadniczym przemianom ilościowym jak i jakościowym; w przyszłości będzie podlegało zapewne dalszym zmianom. Wywołują one różnorodne konsekwencje. Po pierwsze, wpływają na gospodarkę kraju, a po drugie, nie są obojętne dla zdrowia człowieka.

Największy sektor gospodarczy – jakim jest gospodarka żywnościowa – ulega ewolucji nie tylko pod wpływem decyzji konsumentów na rynku, ale sam je inspiruje, promując na różne sposoby określone produkty czy też oddziałując na sposób żywienia. Trzeba jednak uwzględnić to, że żywność jest dobrem szczególnym, wraz z żywieniem w zasadniczy sposób warunkują zdrowie i dobrostan człowieka. Obserwuje się wiele dietozależnych zaburzeń zdrowia. Uznaje się, że styl życia wraz z główną składową, którą jest sposób odżywiania, warunkuje aż 50% zdrowia człowieka (Narodowy Program Zdrowia na lata 2007–2015 – Załącznik do Uchwały Nr 90/2007 Rady Ministrów z dnia 15 maja 2007 r.).

Zasadne jest zatem traktowanie współcześnie żywności i żywienia jako głównych priorytetów w działaniach na rzecz poprawy stanu zdrowia i w celu ograniczenia zagrożeń zdrowia. Odzwierciedleniem tego jest spotykane hasło w działaniach UE: „Żywność dla życia”.

Monitorowanie w tej sytuacji spożycia żywności, tj. poziomu, struktury oraz zachodzących i możliwych dalszych zmian, a następnie odnoszenie tego do aktualnych zaleceń żywieniowych, jest aktem poznawczym ważnym zarówno z makroekonomicznego, jak i zdrowotnego punktu widzenia.

Założenia metodyczne

Ocenę poziomu i tendencji zmian w zakresie spożycia żywności w Polsce wykonano w oparciu o dane pochodzące z reprezentatywnych Badań Budże-

tów Gospodarstw Domowych za lata 1988–2006. Badania te prowadzi GUS już od 50 lat. Do roku 1991 wylosowane gospodarstwa domowe uczestniczyły w badaniu przez rok lub dłużej. W 1992 roku okresem uczestnictwa był kwartał, natomiast od 1993 roku podstawowym okresem uczestnictwa jest jeden miesiąc. W ostatnich latach w badaniu uczestniczy corocznie ponad 30 tysięcy gospodarstw domowych, reprezentujących różne miejscowości, grupy: społeczne, zawodowe, ekonomiczne, grupy pod względem wykształcenia, wieku głowy itp.

Pomimo zmian w metodyce Badanie Budżetów Gospodarstw Domowych stanowi jedno z lepszych źródeł danych o konsumpcji, w tym o jej zmianach. Stanowi ono podstawowe źródło informacji o przychodach, rozchodach, spożyciu, warunkach zamieszkania ludności oraz o innych cechach warunków bytu ludności. Alternatywnym źródłem danych o spożyciu dla całego kraju mogą być jedynie tzw. dane bilansowe (dane sprawozdawcze).

Z zakresu żywienia badanie GUS dostarcza danych o kształtowaniu się faktycznego ilościowego spożycia żywności w samych gospodarstwach domowych, jak i o wielkości wydatków ponoszonych na żywienie pozadomowe (w barach, restauracjach, stołówkach itp.). Nie rejestruje się w tym badaniu ilościowego spożycia pozadomowego i ilości spożycia niektórych wyrobów garmażeryjnych.

Dla potrzeb niniejszej analizy dokonano korekty źródłowych danych o spożyciu żywności pochodzących z badań budżetów, czyli skorygowano je przez pomnożenie przez oszacowane współczynniki. Oszacowań dokonano na podstawie danych tzw. osobodni żywienia poza domem – liczba ta jest rejestrowana w badaniach budżetowych. Ponadto uwzględniono kształtowanie się proporcji w wydatkach, a w szczególności udziału wydatków na żywienie pozadomowe i wydatków na wyroby garmażeryjne w sumie wydatków na żywność. Uzyskano w ten sposób dane odzwierciedlające w przybliżeniu pełne spożycie żywności.

Skorygowane wielkości spożycia przedstawia tabela 1. Zawiera ona wielkości zagregowanych produktów. Do agregacji niektórych z nich przyjęto typowe receptury wyrobów (cukru w przetworach, wyrobach ciastkarskich i napojach; owoców i warzyw w przetworach; tłuszczu w wyrobach ciastkarskich).

Spożycie żywności w Polsce w latach 1988–2006

Spożycie żywności w Polsce w latach 1988–2006 ulegało dość dużym zmianom, mają one charakter zarówno ilościowy, jak i jakościowy. Statystyczne poziomy spożycia poszczególnych grup produktów żywnościowych czy poszczególnych produktów w ujęciu na osobę częściej zmniejszały się, tylko nieliczne grupy żywności lub poszczególne produkty zachowały tradycyjne poziomy spożycia, a zupełnie nielicznych produktów spożycie wzrosło (tab. 1).

Tabela 1

Spżycie żywności w gospodarstwach domowych w Polsce w latach 1988 i 2006 w kg (szt.) na osobę rocznie

Rok	Zbożowe w prz. na wyroby mączne	Ziem- niaki	Warzy- wa*	Owo- ce*	Mięso, podroby i tłuszcze zw.	Ryby	Ma- sło	Tłu- szcze roślin- ne*	Mleko i napoje mlecz.	Śmieta- na	Sery w szt.*	Jaja w szt.*	Cukier*	Masa spożytej żywności
1988	129	116	84	38	73	6	10	7	121	10	13	237	46	668
1989	127	117	78	37	75	6	9	7	118	9	13	234	42	654
1990	125	121	81	37	74	5	9	7	113	8	11	215	39	644
1991	127	118	83	41	75	5	8	8	107	8	11	200	41	646
1992	127	121	82	42	72	6	6	10	100	7	10	199	39	634
1993	130	119	83	52	72	6	6	12	96	7	10	192	38	642
1994	122	108	79	43	66	6	5	12	93	7	10	187	37	602
1995	122	110	80	45	67	6	4	13	89	7	10	193	36	601
1996	122	107	79	45	68	6	4	13	87	7	10	189	37	598
1997	120	105	79	47	68	6	4	14	85	6	11	191	38	595
1998	121	108	80	45	71	6	4	15	83	6	11	198	39	603
1999	117	100	79	44	72	6	4	14	80	6	11	200	40	586
2000	114	100	77	48	71	6	4	15	74	6	11	194	39	577
2001	113	96	76	47	69	5	4	15	71	6	11	197	38	565
2002	111	96	78	47	70	5	4	15	68	6	11	201	38	562
2003	108	91	77	55	71	5	5	14	67	5	11	198	38	561
2004	108	89	77	57	70	5	4	15	65	6	11	200	34	555
2005	105	86	81	54	71	5	4	15	62	6	11	203	33	548
2006	99	74	76	53	71	5	4	14	59	5	12	189	34	519

*Iz uwzględnieniem zawartości w przetworach

Źródło: obliczenia własne na podstawie wyników badań budżetów domowych (Budżety gospodarstw domowych, GUS).

Ogólną tendencją jest zmniejszanie się wolumenu spożywanej żywności, pod koniec lat 80-tych łączna masa spożywanej żywności – wg rejestracji prowadzonej przez GUS – kształtowała się na poziomie przekraczającym znacznie 600 kg na osobę rocznie, podczas gdy obecnie niewiele przekracza 500 kg. Doszło zatem do spadku spożycia aż o średnio ponad 100 kg na osobę w okresie zaledwie 20 lat, spadek ten stanowi blisko 20% poziomu z początku okresu obserwacji.

Łączna masa spożywanej żywności na osobę jest miarą bardzo zgrubną, choć dobrze odzwierciedla podstawową tendencję. Składają się na nią głównie zmniejszające się spożycia kilku grup żywności. W największym stopniu zmniejszyło się spożycie mleka i jego przetworów. Zmniejszenie spożycia samego mleka i napojów mlecznych nastąpiło z poziomu około 120 litrów na osobę rocznie w latach 80-siątych do poziomu obecnie około 60 litrów, czyli zmniejszenie o połowę. Podobny spadek spożycia dotyczy także śmietany i masła; jedynie spożycie serów nie zmniejszyło się w tak dużym stopniu jak samego mleka. Kolejnymi produktami o dużej spadkowej tendencji spożycia są zbożowe i ziemniaki, w latach odleglejszych spożycia tych produktów przekraczały poziom 120 kg na osobę rocznie podczas gdy obecnie spożycia tych produktów są na poziomie poniżej 100 kg. Obserwujemy także spadek spożycia warzyw, chociaż jest on już mniejszy i mniej konsekwentny.

Wszystkie te spadki, ze zdrowotnego punktu widzenia, są postrzegane jako spadki mogące prowadzić lub prowadzące wprost do podwyższenia ryzyka nieprawidłowego żywienia, chociaż w wielu okolicznościach mogą być uzasadnione. Produkty te należą raczej do wysokoenergetycznych, zatem przy zmniejszaniu się obecnie zapotrzebowania na energię zmniejszenie spożycia tych produktów może być uzasadnione. Trzeba jednak zauważyć, że zdecydowana większość produktów stanowi dla organizmu nie tylko wartość energetyczną ale jest także źródłem zwykle wielu składników odżywczych, tj. składników mineralnych, witamin, aminokwasów a także źródłem pożądanego w pożywieniu błonnika. Tymczasem, mające miejsce w obecnych czasach zmniejszanie się aktywności fizycznej w związku np. z podejmowaniem pracy fizycznie lżejszej czy korzystaniem z indywidualnych środków komunikacji, zmniejsza zapotrzebowanie na energię przy niezmiennym się lub niewiele zmieniającym się zapotrzebowaniu na składniki odżywcze. Pojawia się w tej sytuacji zdrowotna pułapka, jeśli żywienie nie będzie na bieżąco racjonalizowane z uwzględnieniem zasad żywienia to paradoksalnie stawać się będzie większym zagrożeniem dla zdrowia polegającym na pogłębieniu niebilansowania dostawy składników z ich zapotrzebowaniem wraz z prostym obniżaniem wielkości racji.

Tymczasem analizując ogół zmian dochodzimy do przekonania, że rzeczywiście doszło raczej do prostego zmniejszenia wielkości racji, a zmiany struk-

turalne wynikają jedynie z różnej skali spadków wielkości spożycia oraz ze zdecydowanego wzrostu spożycia tłuszczów roślinnych i mniej zdecydowanego wzrostu poziomu spożycia owoców. Zmiany te mają jednak kompensacyjne znaczenie w odniesieniu przede wszystkim do energii.

Mniejsze i zwykle nie tak konsekwentne spadki spożycia dotyczą takich produktów jak: cukier, wyroby mięsne i jaja. Zmniejszenie spożycia cukru postrzegane jest jednoznacznie jako zjawisko pozytywne, jest zgodne z zaleceniami żywieniowymi, cukier przedstawia dla organizmu tylko wartość energetyczną (tab. 1).

Natomiast zdecydowany i duży wzrost spożycia tłuszczów roślinnych obejmuje wzrost z poziomu około 7 kg na początku badanego okresu do około 14 kg przy końcu okresu. Doszło zatem do podwojenia spożycia. Spożycie owoców wzrosło w stopniu mniejszym niż się oczekuje, z poziomu poniżej 40 kg na osobę rocznie do poziomu nieco ponad 50 kg. Zasadniczo nie zmienia się poziom spożycia ryb.

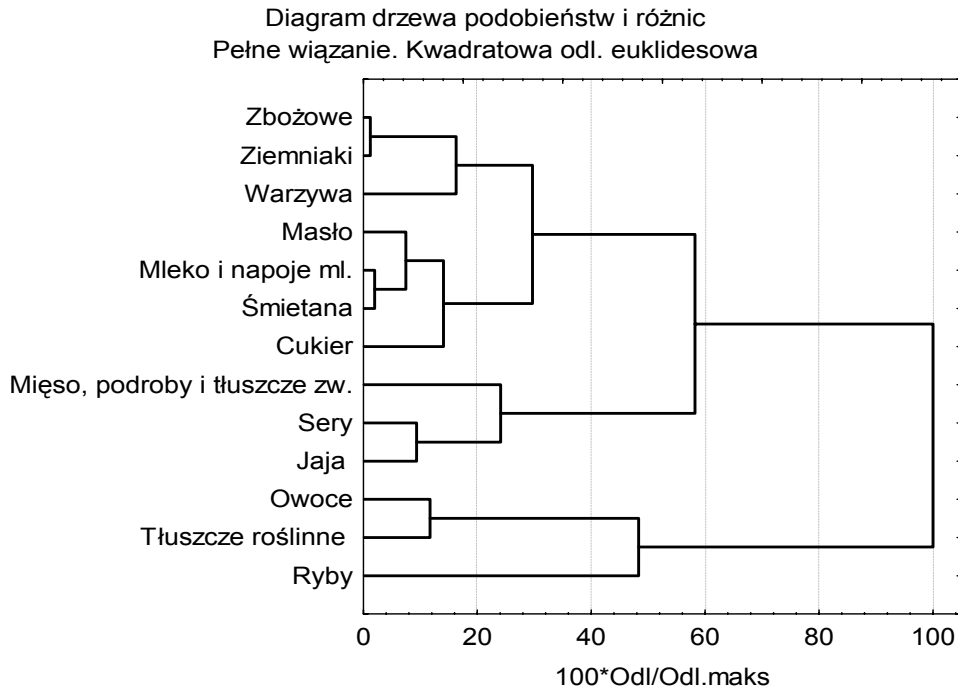
Porównanie danych o spożyciu żywności pochodzących z badań gospodarstw domowych z danymi bilansowymi daje podstawę do wniosku o brakach zasadniczych różnic w kierunkach zmian, natomiast poziom spożycia oceniany na podstawie danych bilansowych wypada na wyższym poziomie, dotyczy to w szczególności spożycia warzyw. Różnice te jednak daje się wyjaśnić, chociażby stratami w sferze produkcji, a zwłaszcza dystrybucji, ponadto pewna część żywności przeznaczana jest jako karma dla zwierząt domowych. Straty jak i karma zawierają się w danych bilansowych a pominięte są w rejestracji spożycia żywności w samym gospodarstwie domowym.

Wnioski zatem z analizy wieloletnich danych bilansowych o spożyciu żywności są zasadniczo zbieżne z wnioskami wyciąganymi z analiz danych pochodzących z badań budżetów gospodarstw domowych [patrz: Świetlik 2007].

Porównując ze sobą zmiany spożycia poszczególnych grup produktów w okresie ostatnich prawie 20-stu lat można stwierdzić, że przebiegały one według kilku ogólnych schematów. Zostały one wyłonione przy posiłkowaniu się metodami statystycznymi (rys. 1 i uzupełniająco tab. 2)

Zmiany w spożyciu zbożowych, ziemniaków i – chociaż w mniejszym stopniu – warzyw polegały na dość konsekwentnych i raczej duży spadkach spożycia wraz z upływem kolejnych lat obserwowanego okresu. Spadki te statystycznie reprezentują tendencje o dość trwałym charakterze i jest w związku z tym prawdopodobne utrzymywanie się dalszych spadków spożycia tych produktów w następnych latach, zwłaszcza zbożowych i ziemniaków.

Spożycie masła, mleka, śmietany i cukru także zmniejszało się znacząco z upływem każdego roku, ale zdecydowana tendencja spadkowa uległa zatrzy-



Rysunek 1

Wielowymiarowe porównanie przebiegów zmian w okresie 1988–2006 w poziomie spożycia podstawowych grup żywności

Źródło: Jak tab. 1.

manii. Możliwa jest zatem w przyszłości stabilizacja poziomu spożycia tych produktów lub nawet pewien wzrost.

Z kolei spożycie mięsa, tłuszczów zwierzęcych, serów i jaj po spadkach w początkowym okresie obserwacji wykazuje w dalszych latach stabilizację lub już wyraźny trend wzrostowy.

I ostatni model zmian, tym razem zdecydowanie wzrostowy, dotyczy tłuszczów roślinnych i owoców, pewne oznaki tego typu zmian obserwujemy w odniesieniu do spożycia ryb. W badanym okresie doszło do podwojenia spożycia tłuszczów roślinnych, obecnie jednak obserwujemy już przyhamowanie tendencji wzrostowej spożycia tych tłuszczów, można zakładać, że osiągnęty jest pułap możliwości spożycia, nie należy zatem spodziewać się w przyszłości dalszych większych wzrostów. Pod naciskiem zaleceń żywieniowych pewnemu zwiększeniu może ulec spożycie owoców, a także ryb.

Przedstawione wyżej zmiany w spożyciu dotyczą w większości grup produktów. W składzie niektórych z nich są takie produkty, które podlegały i podlegają szczególnie dynamicznym zmianom. Należą do nich mięso wołowe

i smalec (słonina), których spożycie wyraźnie zmniejszyło się w całym badanym okresie, oraz drób, którego spożycie wyraźnie i dynamicznie wzrastało. Wydaje się, że zmiany te osiągnęły fazę stabilizacji, nie można jednak wykluczyć dalszych zmian w ich spożyciu na wskutek nieprzewidywalnych zdarzeń, np. chorób. Tego typu zdarzenia jak, i inne, jeśli nawet tylko hipotetycznie pogarszają jakość zdrowotną żywności, to bardzo wpływają na poziom spożycia produktów, których dotyczą, a pośrednio (na zasadzie kompensacji) na poziomy spożycia innych wyrobów. Spadek spożycia mięsa wołowego uznać można za kompensowany wzrostem spożycia mięsa drobiowego, a masło w znacznej części zastąpione zostało tłuszczem roślinnym. Nie można jednak z żywieniowego punktu widzenia uznawać tych substytucji za w pełni obojętne (tab. 2).

Tabela 2

Dynamika zmian spożycia żywności w wybranych okresach

Wyszczególnienie	Procentowe relacje średniego spożycia w wybranych 3-letnich okresach	
	$\frac{1994 - 1996}{1988 - 1990} \cdot 100$	$\frac{2004 - 2006}{1994 - 1996} \cdot 100$
Zbożowe w przel. wyroby mączne, kasze	96	85
w t. m. pieczywo	97	80
Ziemniaki	92	77
Warzywa (też w przetworach.)	98	98
Owoce	119	123
Mięso, podroby i tłuszcze zwierzęce	91	105
w t. m. wieprzowe	80	123
w t. m. wołowe i ciel.	78	45
w t. drób	106	143
w t. smalec, słonina	64	68
Ryby	109	95
Masło	43	102
Tłuszcze roślinne (też w wyr. ciastk.)	185	114
Mleko i napoje mleczne	77	69
Śmietana	74	82
Sery	82	114
Jaja (też w wyrobach)	83	104
Cukier (też w wyrobach)	87	92
Masa spożywanej żywności	92	90

Źródło: Jak tab. 1.

Podsumowanie

Nie jest w tym miejscu możliwe gruntowne przedstawienie czynników sprawczych przedstawionych wyżej zmian, niemniej należy brać pod uwagę złożoność uwarunkowań decyzji nabywczych jak i motywów postępowania człowieka na rynku żywności jak i w domu przy organizowaniu posiłków i ich spożywaniu.

Bardzo ważnym wyjaśniającym i jednocześnie niepokojącym tłem zmian w spożyciu żywności jest zmniejszanie się poziomu aktywności fizycznej. Coraz mniej ludzi wykonuje pracę fizyczną, zwłaszcza ciężką, a ponadto towarzyszy nam coraz więcej wygód (samochód, publiczna komunikacja itp.), a także pokus do siedzącego trybu życia (telewizor, komputer). Składa się to na znaczny spadek zapotrzebowania na energię przy niezmiennym lub niewiele zmienionym zapotrzebowaniu na składniki odżywcze (z wyjątkiem tłuszczów i węglowodanów).

Warto wobec tego zwrócić uwagę na konsekwencje żywieniowe owych zmian. Szczególnie duży niepokój budzi spadek spożycia mleka i jego wyrobów. Mleko jest źródłem wielu ważnych składników odżywczych, jednym z nich jest wapń. Spożycie samego mleka zmniejszyło się z 121 litrów w 1988 roku do zaledwie 59 litrów w 2006 roku – spadek o 62 litry (na 1 osobę). Spożycie na poziomie około 120 litrów zabezpiecza dostawę do organizmu około 400 mg wapnia dziennie. Potrzeby dorosłego człowieka zawierają się w przedziale 800–1200 mg. Spożycie mleka na poziomie sprzed 20 lat zabezpieczało zatem niemal połowę potrzeb, obecne spożycie zabezpiecza mniej niż czwartą część potrzeb (około 200 mg). Konsekwencją obniżenia spożycia mleka o połowę jest więc niebezpiecznie niskie zabezpieczenie potrzeby na wapń. W tej sytuacji zwiększyło się radykalnie statystyczne prawdopodobieństwo niedoboru wapnia w organizmach ludzkich. Spostrzeżenie to umacniane jest tym, że nie odnotowujemy w zasadzie wzrostu spożycia innych produktów, których skład kompensował by ubytek wapnia.

Na wysoką rangę mleka w dostawie wapnia do organizmu człowieka wskazuje korelacja między poziomem spożycia mleka a pobraniem wapnia w całodziennej racji, wyliczona na podstawie danych z badania budżetów za rok 2001, korelacja ta wynosi aż 0,8, a więc potwierdza dużą konsekwencję przekładania się spadku spożycia mleka na pobranie wapnia (obliczenia własne autora).

Inne analizy własne autora pobrania poszczególnych składników w całodziennych racjach Polaków pokazują, że deficytowymi składnikami w racjach, oprócz wapnia, są często żelazo, cynk, miedź, witaminy grupy B oraz błonnik. Natomiast składnik występujące w racjach Polaków bardzo często w ilościach nadwyżkowych to tłuszcz, co potwierdza, że nadal potrzebne jest zmniejszenie

wartości energetycznej racji żywnościowej, a to oznacza możliwość dalszego pogłębienia wad żywienia.

Badania IŻŻ jak i inne także pokazują to, że sposób żywienia ludności Polski jest pod wieloma względami niezadowolający. Ujawnia się w nich to, że skład diet większości badanych nie jest prawidłowo zbilansowany pod względem energii i składników odżywczych (np. Badania indywidualnego spożycia żywności i stanu odżywienia w gospodarstwach domowych, 2003 IŻŻ). Sytuacja ta podwyższa ryzyka pogorszenia zdrowia lub kondycji osób i utrudnia redukcję chorób tzw. cywilizacyjnych. Wśród osób szczególnie zagrożonych wymienia się dzieci.

Często analizuje się skład żywności pod kątem ewentualnej zawartości składników czy substancji szkodliwych lub trujących, mamy prawo żywnościowe, które ma zabezpieczać rynek przed oferowaniem żywności nieodpowiedniej jakości. Okazuje się jednak, że zmiana trybu życia bez racjonalnej zmiany sposobu żywienia może być równie albo nawet większym zagrożeniem dla zdrowia człowieka jak sam skład żywności.

Dokonując z kolei porównań polskiego wzorca konsumpcji żywności z wzorcami w krajach UE spostrzega się generalnie niskie spożycie produktów pochodzenia zwierzęcego, owoców, olejów roślinnych oraz ryb i owoców morza w Polsce. Wzorce w krajach UE ukształtowane zostały między innymi poprzez oczekiwanie ze strony konsumenta żywności wygodnej, a więc łatwej i szybkiej w przyrządzeniu. Taki postulat łatwiej daje się realizować w odniesieniu do produktów zwierzęcych. Dążenie do wygody w zakresie odżywiania jest także ważnym czynnikiem zmian spożycia w Polsce, zwłaszcza od rozpoczęcia procesu integracji Polski ze strukturami europejskimi [Kowrygo 2000].

Wnioski

Zmiany w zakresie spożycia żywności ostatnich kilkunastu lat, polegające w przewadze na znacznych spadkach spożycia wielu produktów, spowodowały obniżenie wartości energetycznej jak i odżywczej przeciętnej racji pokarmowej. O ile obniżenie wartości energetycznej może być uzasadnione mniejszym wysiłkiem fizycznym, towarzyszącym człowiekowi obecnie w porównaniu z poziomem wysiłku poprzedniego pokolenia, o tyle obniżenie wartości odżywczej nie znajduje uzasadnienia, wręcz przeciwnie, budzi niepokój o stan zdrowia. Można mówić o pojawianiu się swoistej zdrowotnej pułapki, jeśli żywienie nie będzie na bieżąco racjonalizowane z uwzględnieniem zasad żywienia, to paradoksalnie stawać się będzie coraz większym zagrożeniem dla zdrowia. Zagrożenie to polega na możliwości pogłębienia się niezbilansowania dostawy składników z ich zapotrzebowaniem wraz z prostym obniżaniem wielkości racji. Bardzo znamien-

nym przykładem skutków biernego obniżania wielkości racji jest rozmijanie się pobrania wapnia w pokarmie z potrzebami, pobranie to jest statystycznie wysoce niewystarczające, co prowadzi do schorzeń kości jak i innych powikłań.

Literatura

- GLÓWNY URZĄD STATYSTYCZNY: *Budżety gospodarstw domowych w... (1988, 1989 ..., 2006)*. Wydawnictwo GUS, Warszawa.
- INSTYTUT ŻYWNOŚCI I ŻYWIENIA: *Badania indywidualnego spożycia żywności i stanu odżywienia w gospodarstwach domowych*. Wydawnictwo IŻŻ, Warszawa 2003.
- KOWRYGO B.: *Studium wpływu gospodarki rynkowej na sferę żywności i żywienia w Polsce*. Wydawnictwo SGGW, Warszawa 2000.
- LASKOWSKI W.: *Studium realizacji potrzeb żywnościowych ludności Polski na tle wielowymiarowych klasyfikacji i analiz gospodarstw domowych*. Wydawnictwo SGGW, Warszawa 2005.
- ŚWIETLIK K.: *Popyt na żywność latach 2004–2007*. Zagadnienia Ekonomiki Rolnej nr 3, Warszawa 2007, s. 42–60.

THE CHANGES OF THE LEVEL OF FOOD CONSUMPTION IN POLAND

Abstract

The total amount of consumed food decreased in Poland. It is observed the decrease of consumption of cereals, potatoes, milk and butter. The changes are observed within the structure of food consumption as well. Beef consumption decreases, and poultry and plant fat consumption increases. In the future there are expected lower changes of consumption. There is observed the decrease of energy and nutritious value of daily food rations, what is justified. The change of nutritious value causes a lot of hazards to health. The most dangerous effect is the drastically decrease of calcium intake in the period of 20 years.