

Пресс-релиз

12 октября, 2017

Отдел коммуникаций GfK Rus
Т + 7 495 937 7222

Наталья Игнатьева
Natalia.Ignatyeva@gfk.com

Александр Федотов
Aleksandr.Fedotov@gfk.com

Время с семьей и друзьями, физические упражнения, правильное питание: как потребители поддерживают свое здоровье

Треть респондентов делает перерыв в использовании гаджетов и Интернета

Нюрнберг - Москва, 12 октября 2017. Почти две трети участников онлайн-опроса GfK в 17 странах сказали, что для поддержания своего здоровья стараются высыпаться, принимать полезную пищу и не забывать о физических упражнениях. Интересно, что

почти такое же количество респондентов (62 процента) теперь включает в список регулярных занятий для поддержания хорошего самочувствия и физического здоровья проведение времени с семьей, друзьями или домашними питомцами. В 2014 году так отвечали лишь 56 процентов опрошенных.

Доля любителей хорошо поспать остается неизменной последние три года – 65 процентов респондентов включили этот пункт в список своих регулярных занятий для поддержания здоровья в норме. При этом некоторые способы сохранения хорошего самочувствия за это время существенно прибавили в сторонниках – особенно это касается следования специальным диетам, перерыва в использовании гаджетов, здорового питания и проведения времени с семьей, друзьями или домашними питомцами.

GfK SE
Nordwestring 101
90419 Nuremberg
Germany

Т +49 911 395 0

Management Board:
Peter Feld (CEO)
Christian Bigatà Joseph (CFO)

Supervisory Board Chairman:
Ralf Klein-Bölting

Commercial register:
Nuremberg HRB 25014

Способы поддержания хорошего физического здоровья и самочувствия	2017	Разница в процентах 2017 vs 2014
Достаточное количество времени на сон	65%	0
Здоровая и питательная пища	65%	+7
Упражнения	64%	+5
Проведение времени с семьей, друзьями или домашними питомцами	62%	+6
Применение средств для ухода за кожей/личной гигиены	46%	+4
Перерыв в использовании технологий	34%	+10
Следование специальной диете	30%	+12
Медитация или другие расслабляющие техники	25%	+7
Травяные, холистические и другие виды альтернативной терапии	23%	+8
Косметическая/элективная хирургия или нехирургические процедуры, включая стоматологию	10%	+4
Ничего из перечисленного	1%	-3

Исследование GfK показывает растущий запрос потребителей на «качество времени», которое помогает в поддержании физического здоровья. Например, временный отказ от использования гаджетов, как способ улучшить свое самочувствие, в 2014 году выбирали 24 процента участников опроса, в 2017 же их доля выросла до 34 процентов. Кроме того, заметно увеличилась доля респондентов, которые для поддержания своего физического здоровья проводят время с семьей, друзьями или домашними питомцами – с 56 процентов в 2014 до 62 процентов в этом году.

Процент потребителей, выбирающих для поддержания здоровья правильное питание, тоже возрос: «следовать специальной диете» в 2014 году предпочитали 18 процентов респондентов, тогда как в 2017 – уже 30 процентов. Наконец, есть здоровую и питательную пищу в 2017 году предпочитает 65 процентов потребителей – в 2014 этот пункт выбрали 58 процентов опрошенных.

В Канаде, Мексике и Испании самая большая доля любителей провести время с семьей или друзьями для поддержания здоровья

Примерно три четверти онлайн-населения Мексики проводит время с семьей, друзьями или домашними питомцами, таким способом поддерживая свое здоровье – это самая большая доля среди всех 17 стран, принявших участие в опросе. Следом идут Испания и Аргентина (71 процент в каждой из стран) и Канада с Бразилией (по 68 процентов).

Мексика также лидирует по доле потребителей, которые, чтобы чувствовать себя хорошо, на время откладывают в сторону гаджеты и выходят из Интернета: регулярно так поступает 43 процента онлайн-населения страны. На втором месте в этом списке – Китай (40 процентов), затем Аргентина (39 процентов), Испания (38 процентов) и Бразилия (34 процента).

Россия: спорт набрал популярность, а средства для ухода за кожей стали использовать меньше

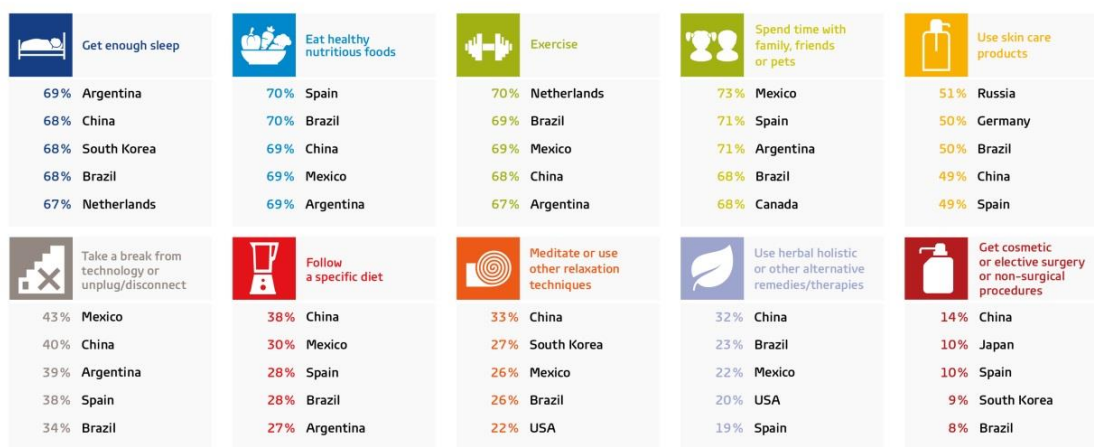
В России, как и во многих других странах-участницах исследования, самый популярный способ улучшения и поддержания в норме своего здоровья – больше проводить время с семьей, друзьями или домашними питомцами, при этом доля таких ответов по сравнению с 2014 годом осталась неизменной (63 процента). На втором месте – хороший сон (62 процента), затем - здоровое питание (61 процент).

Интересно, что по сравнению с 2014 годом существенно увеличилась доля потребителей, которые для поддержания здоровья прибегают к физическим упражнениям – если три года назад этот ответ выбрали лишь 40 процентов, то в 2017 году – уже 60 процентов участников опроса. А вот использование средств для ухода за кожей или для красоты, напротив, несколько потеряло в популярности: доля респондентов, указавших этот ответ, снизилась с 60 процентов в 2014 до 51 процента в 2017 году. Впрочем, это не помешало России возглавить топ стран по доле выбравших использование средств для ухода за кожей в качестве способа поддержать свое физическое здоровье.

REGULAR ACTIVITIES TO MAINTAIN PHYSICAL HEALTH



Top 5 countries per activity



Source: GfK survey among 23,000 Internet users (ages 15+) in 17 countries – multiple answers possible – rounded

© GfK 2017

Скачайте [полную версию исследования GfK “Активности для поддержания физического здоровья”](#), чтобы посмотреть результаты по всем 17 странам и ключевые демографические характеристики.

-Ends-

Об исследовании

В опросе GfK приняли участие 23000 онлайн-респондентов в возрасте от 15 лет (в России – от 16 лет) из 17 стран. Вопрос, заданный участникам исследования: Чем из перечисленного Вы регулярно занимаетесь с целью поддержания своего физического здоровья?

Полевой этап исследования был завершен летом 2017 года. Данные были взвешены для отображения демографического состава онлайн-населения в возрасте 15+ (в России 16+) каждой из стран. Глобальное среднее значение в этом релизе взвешено на основе размера каждой страны пропорционально другим странам.

В 2014 году в опросе GfK приняли участие более 21000 респондентов из 16 стран (в Нидерландах исследование не проводилось).

Страны, принявшие участие в исследовании: Аргентина, Австралия, Бельгия, Бразилия, Канада, Китай, Франция, Германия, Италия, Япония, Мексика, Нидерланды, Россия, Южная Корея, Испания, Великобритания и США.

О GfK

GfK — это надёжный источник актуальной информации о рынках и потребителях в 100 странах мира. Более 13,000 экспертов GfK ежедневно применяют на практике многолетний опыт компании в маркетинговых исследованиях.

В России GfK исследует потребительское поведение и продажи в крупнейших секторах потребительского рынка - FMCG, автобизнесе, розничной торговле, на рынке бытовой техники и электроники, фармацевтическом рынке, в секторе телекоммуникаций, финансов, рынке страхования и других.

Более подробную информацию можно найти на сайте www.GfK.ru или в Твиттере GfK: https://twitter.com/GfK_Rus