

RAPORT

# POLACY A SUPLEMENTY DIETY

Zwyczaje suplementacyjne



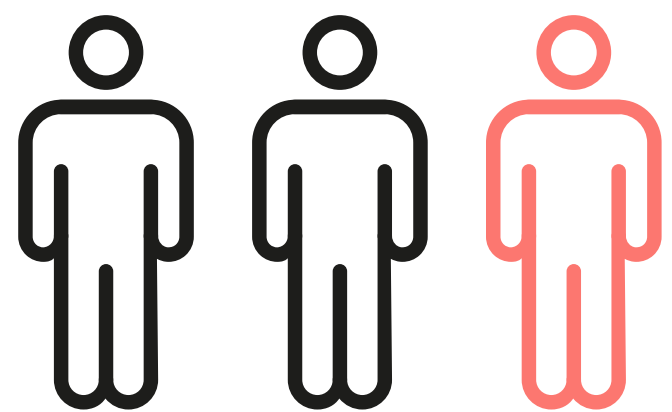
W ostatnich latach obserwujemy systematyczne powiększanie się rynku suplementów diety. Dane z KRS wskazują, że liczba ich producentów wzrosła w 2020 rok o 2,7 proc, a w 2021 – o 4,4 proc. Był to największy wzrost tego sektora na przestrzeni ostatnich pięciu lat. Na znaczeniu zyskuje także e-commerce – detaliczny rynek punktów, gdzie w codziennym obrocie można nabyć suplementy diety, zmniejszyła się na przestrzeni ostatnich trzech lat średnio o 0,9 proc.

Wynika z tego, że Polacy coraz chętniej kupują i zażywają suplementy diety. Według danych firmy PMR w 2020 roku wydatki na suplementy i dietetyczne środki spożywcze w aptekach i poza nimi wyniosły 5,85 mld zł. Wynik ten był o 1 proc. większy niż rok wcześniej. Szacunki PMR podają, że wartość rynku suplementów diety mogła wzrosnąć w ubiegłym roku nawet o 9 proc. Z jednej strony jest to wynik większej świadomości społeczeństwa względem istotności profilaktyki zdrowotnej, z drugiej – efekt zmiany stylu życia Polaków na zdrowszy i aktywniejszy.

Chcąc poznać aktualną sytuację na rynku, jako polska marka suplementów diety z kategorii premium, której celem jest rozwiewanie wątpliwości co do ich jakości, postanowiliśmy zbadać zwyczaje suplementacyjne Polaków: **jakie preparaty wybierają, gdzie dokonują ich zakupu, ile na nie wydają, a także czy zażywają ich więcej niż przed pandemią.**

Armand Przygodzki, CEO OSAVI





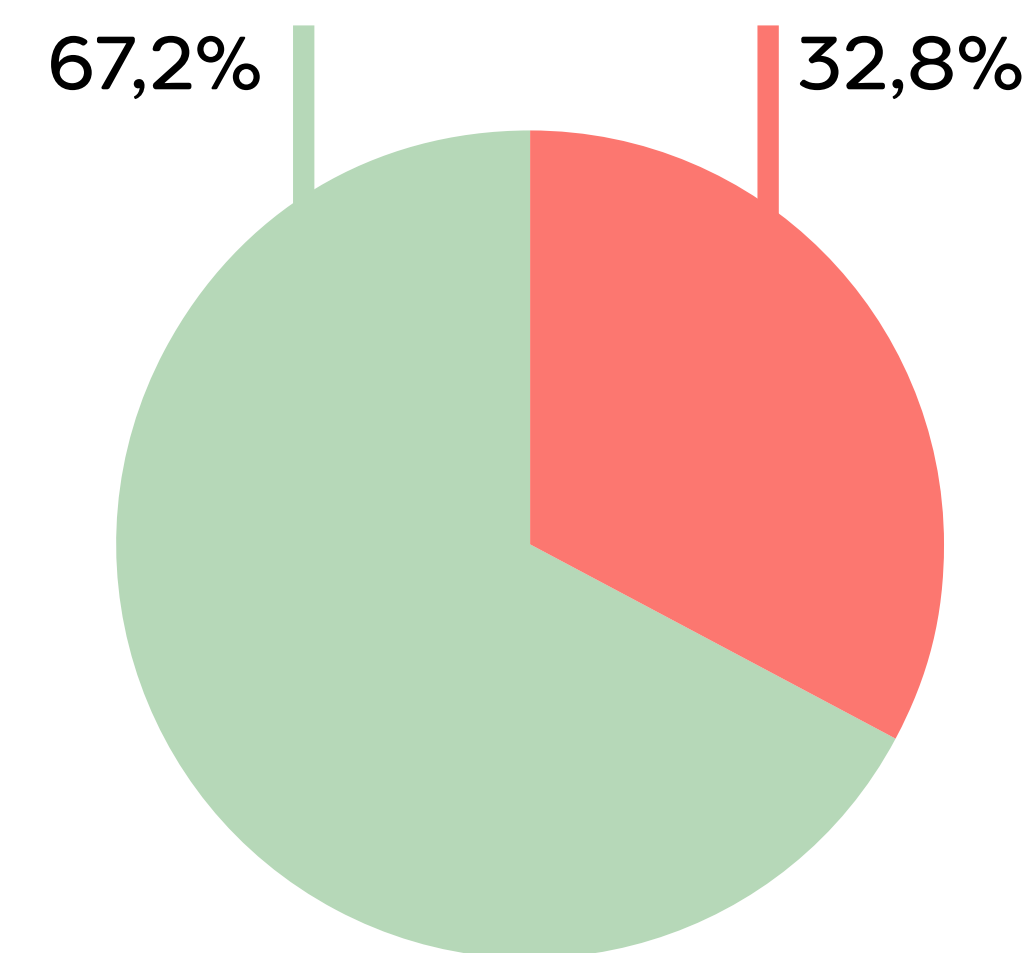
**Dwóch na trzech dorosłych Polaków zażywa suplementy diety.  
Najczęściej są to preparaty witaminowo-mineralne**

Wyniki badania wskazują, że nieco ponad 2/3 naszych rodaków zażywa suplementy diety. Najpopularniejsze okazują się być preparaty witaminowo-mineralne – 81,1 proc. respondentów deklaruje ich zażywanie. Blisko 1/3 Polaków zażywa suplementy na poprawę wyglądu skóry, włosów i paznokci (33,2 proc.) oraz wzmacniające stawy i kości (31,4 proc.) Najrzadziej wskazywanymi suplementami okazały się te zawierające szczepy bakterii i drożdży, przyjmuje je jedynie 9,4 proc. badanych.

**Nasze doświadczenie pokazuje, że w ostatnim czasie popularnością cieszą się nie tylko suplementy odpornościowe, lecz także te wpływające na dobre samopoczucie. Coraz częściej też konsumenci na dietach wykluczających wybierają preparaty w wersji wegańskiej, bez glutenu czy laktozy. Cieszy nas fakt, że konsumenci zwracają uwagę na skład suplementów diety, dlatego chcemy w OSAVI rozwiewać wątpliwości co do ich jakości. Sprawdzamy ją przez niezależne badania laboratoryjne, a do naszych produktów używamy naturalnych składników.**

Maciej Jaskólski,  
dyrektor ds. rozwoju produktów OSAVI

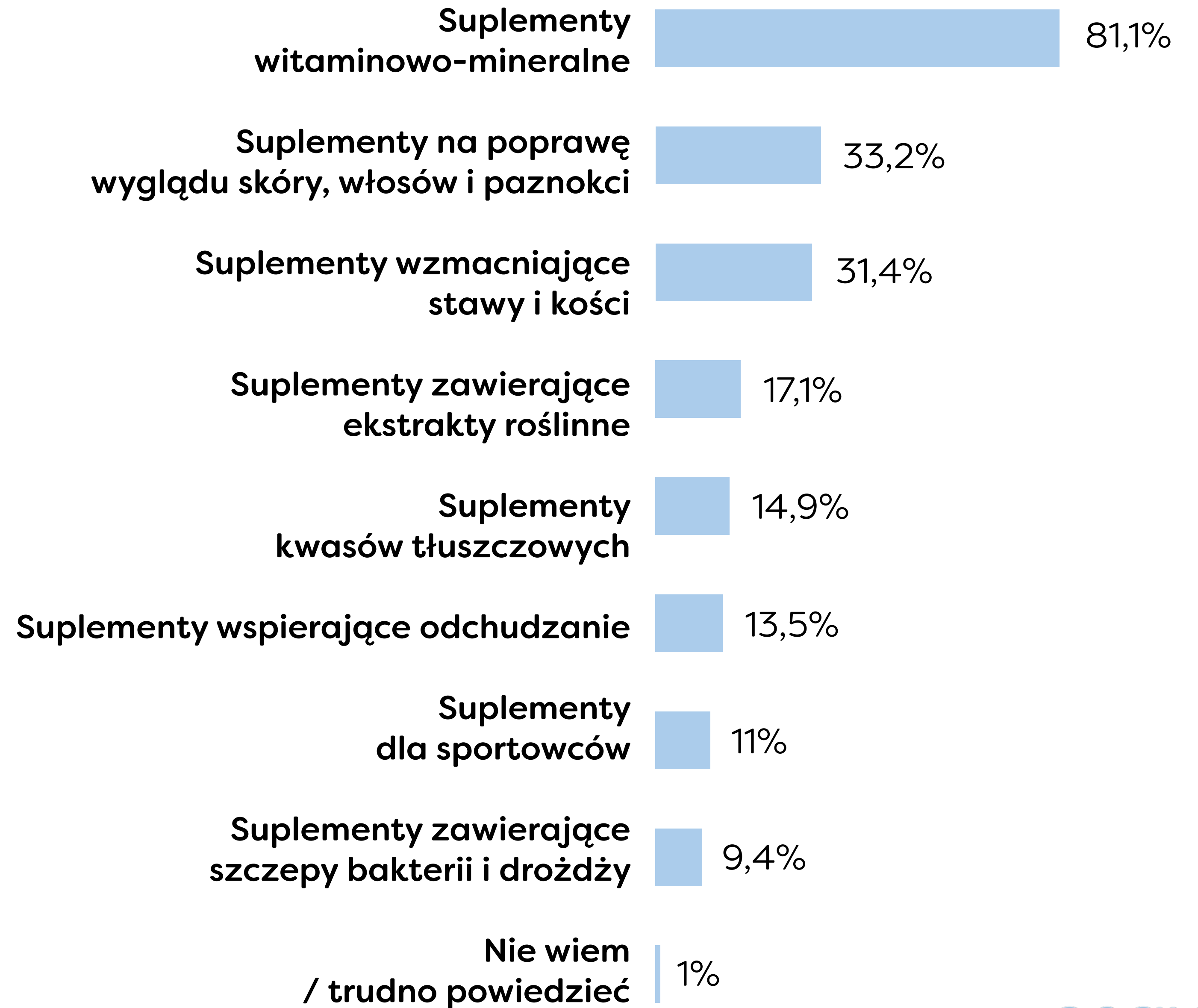
Czy zażywasz  
suplementy diety?



● Tak - 67,2%  
● Nie - 32,8%

# Jakie suplementy zażywasz?

(pytanie wielokrotnego wyboru)

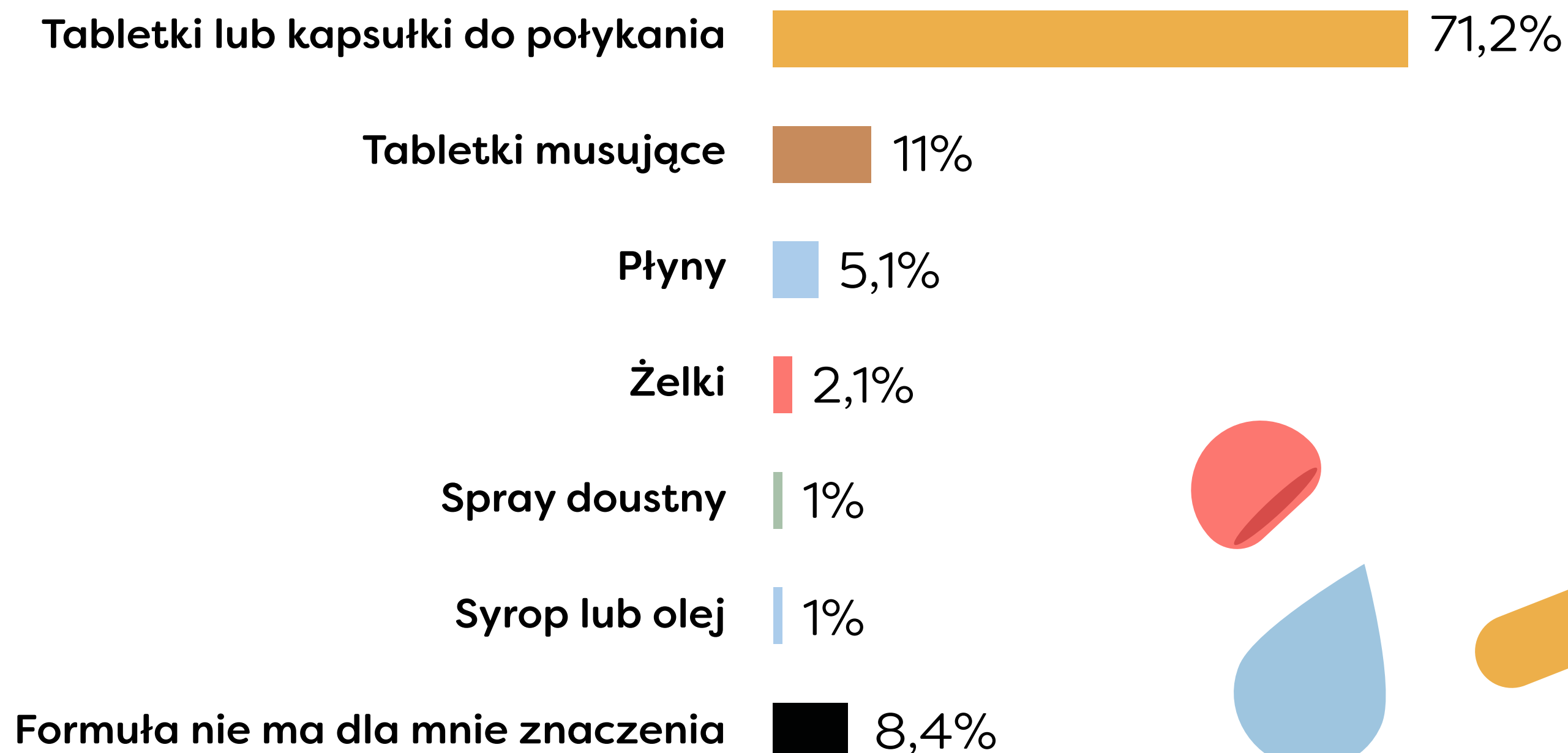


## Niemal 3/4 Polaków najchętniej sięga po suplementy w formie tabletek lub kapsułek do połykania

Z badania dowiadujemy się, że nasi rodacy nadal pozostają wierni klasycznym formom suplementów. Polacy najchętniej wybierają preparaty w tradycyjnej formie tabletek lub kapsułek do połykania – jest to preferowana formuła aż 71,2 proc. ankietowanych. Na drugim miejscu znalazły się tabletki musujące, które wybiera co 10 badany. Najmniej popularnymi wśród Polaków formami suplementów okazały się spray doustny oraz syrop lub olej – są to ulubione formuły jedynie 1 proc. ankietowanych. Tylko dla 8,4 proc. respondentów sposób przyjmowania suplementów nie ma znaczenia.



### Jaką formułę suplementów preferujesz?

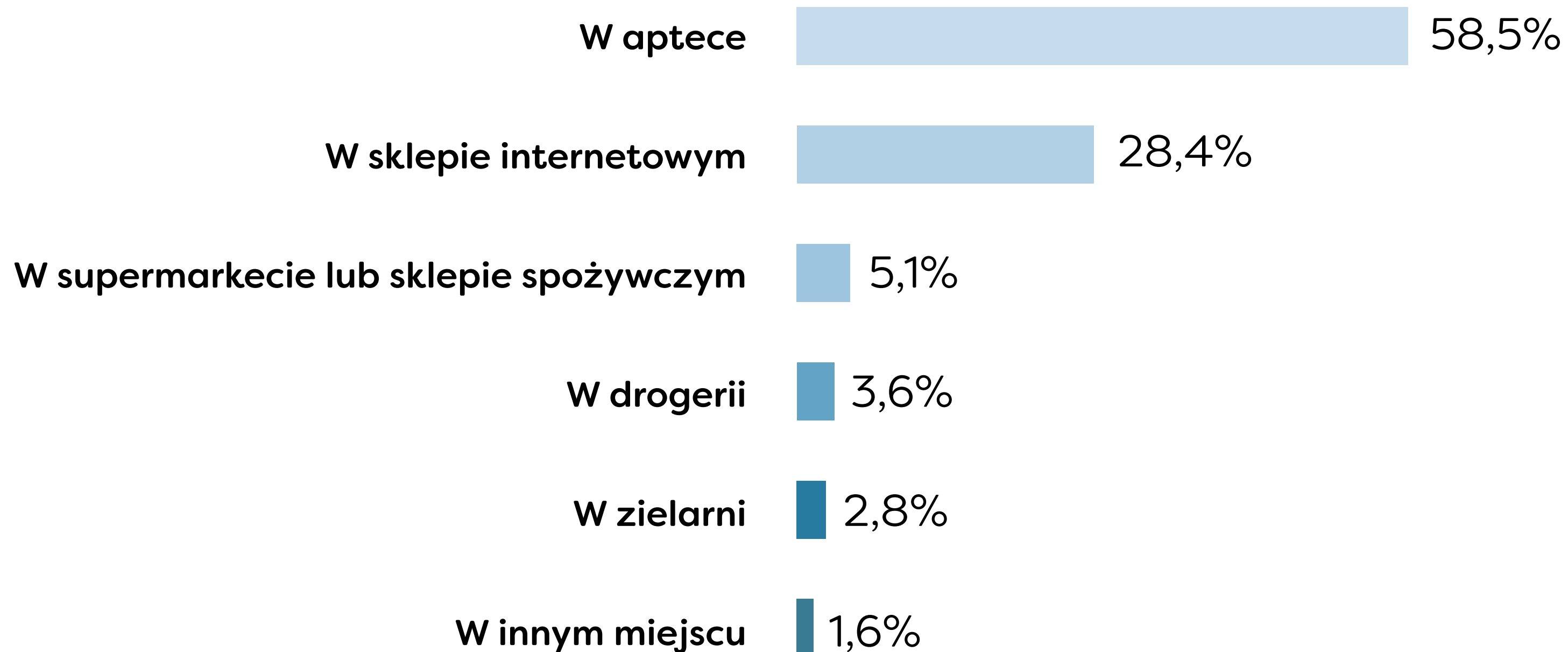




## **Większość Polaków kupuje suplementy diety w aptece**

Okazuje się, że Polacy zazwyczaj kupują suplementy diety w aptekach – deklaruje to 58,5 proc. ankietowanych. W drugiej kolejności decydujemy się na zakupy online – w ten sposób zakupów dokonuje 28,4 proc. badanych. Jedynie 2,8 proc. Polaków na miejsce nabywania suplementów diety wybiera zielarnię.

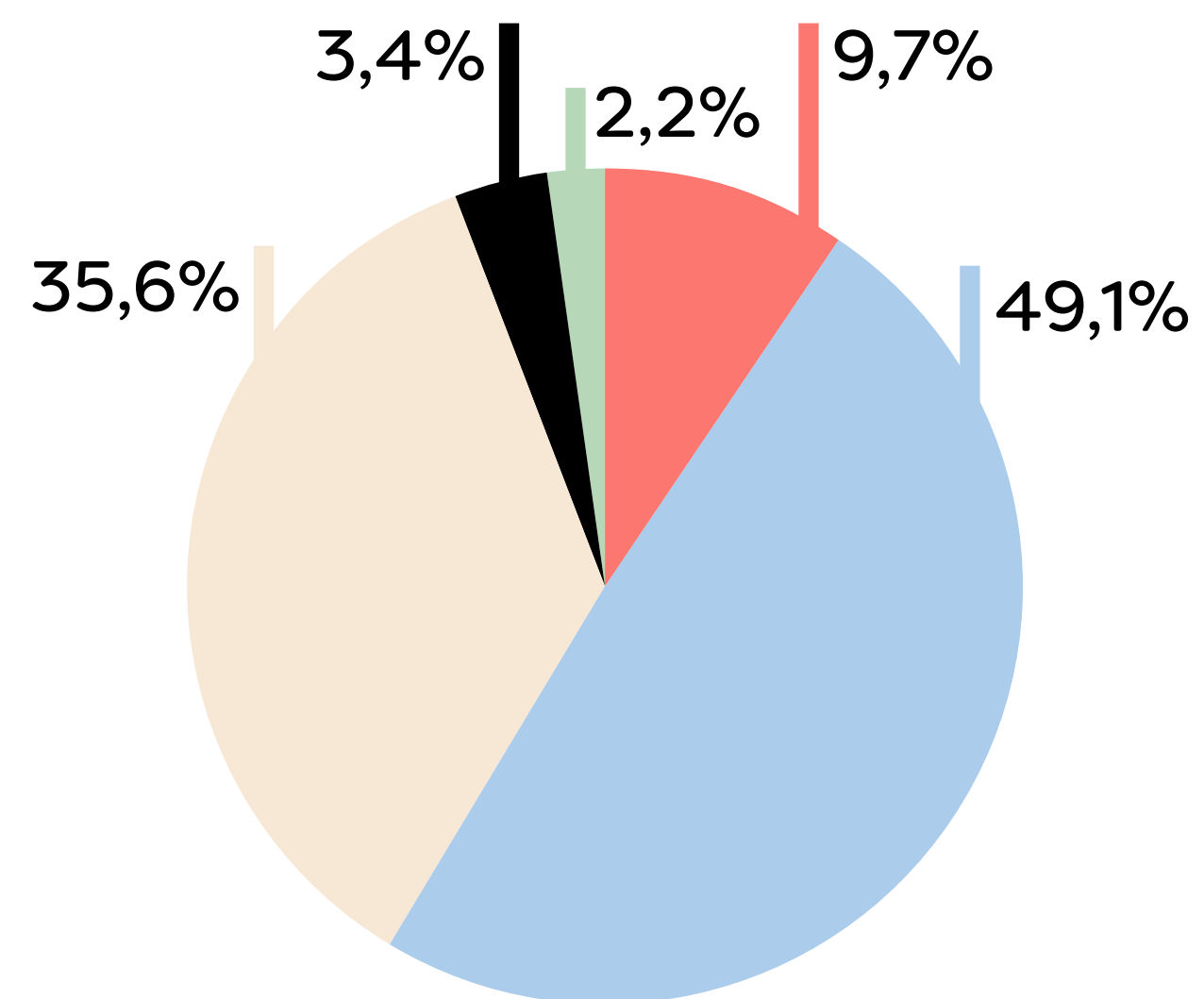
### Gdzie zazwyczaj kupujesz suplementy?



## **Blisko połowa Polaków kupuje suplementy diety raz w miesiącu**

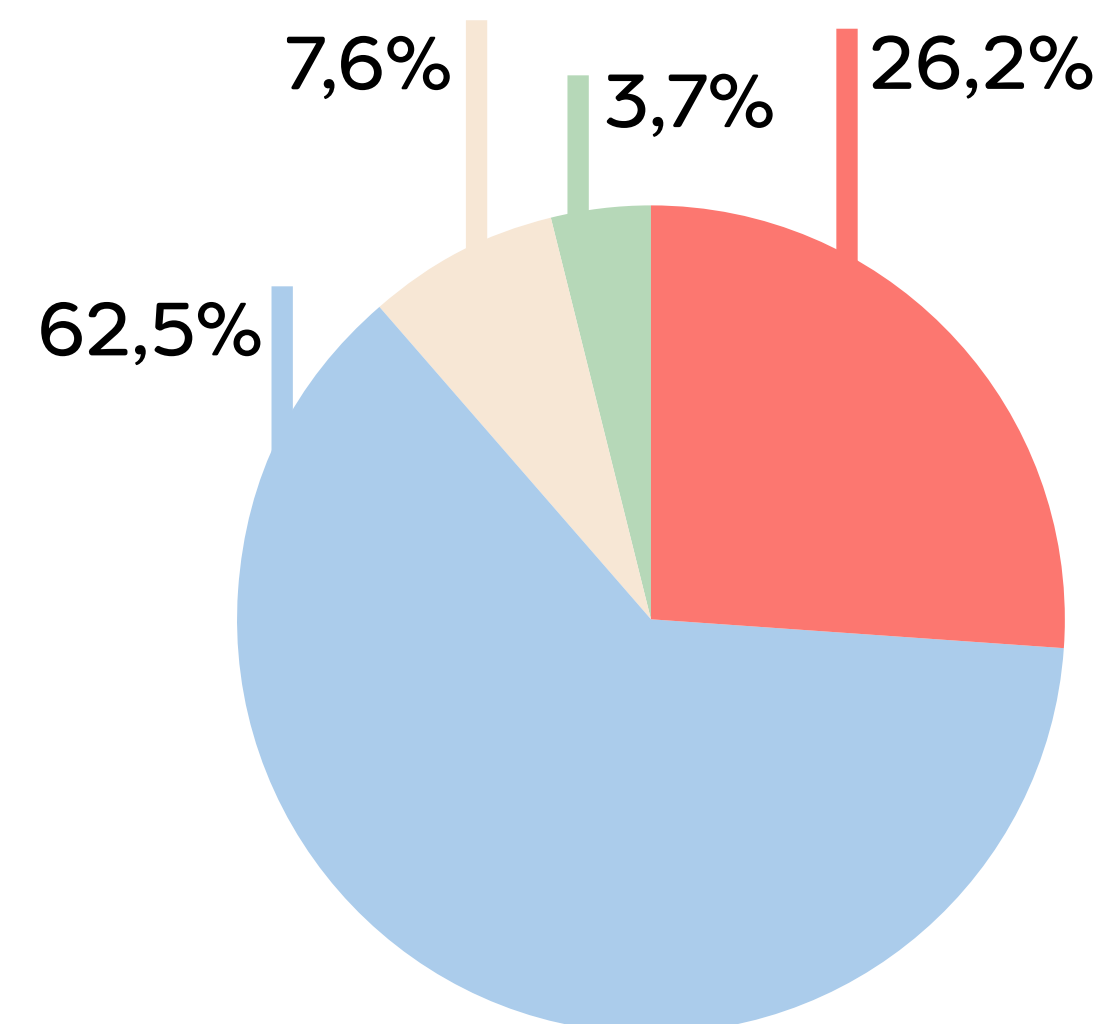
Wyniki badania wskazują, że większość naszych rodaków dokonuje zakupu suplementów diety raz w miesiącu – odpowiedź tę wskazała blisko połowa ankietowanych. Raz na kilka miesięcy tych zakupów dokonuje 35,6 proc. badanych.

62,5 proc. Polaków deklaruje, że ich zwyczaje zakupowe względem częstotliwości zakupu suplementów diety nie uległy w ostatnim roku zmianie. Ponad 1/4 badanych przyznaje, że tego rodzaju preparaty obecnie kupuje częściej, a jedynie 7,5 proc. – że rzadziej.



### **Jak często kupujesz suplementy?**

- Częściej niż raz w miesiącu – 9,7%
- Raz w miesiącu – 49,1%
- Raz na kilka miesięcy – 35,6%
- Rzadziej niż raz na kilka miesięcy – 3,4%
- Trudno powiedzieć – 2,2%



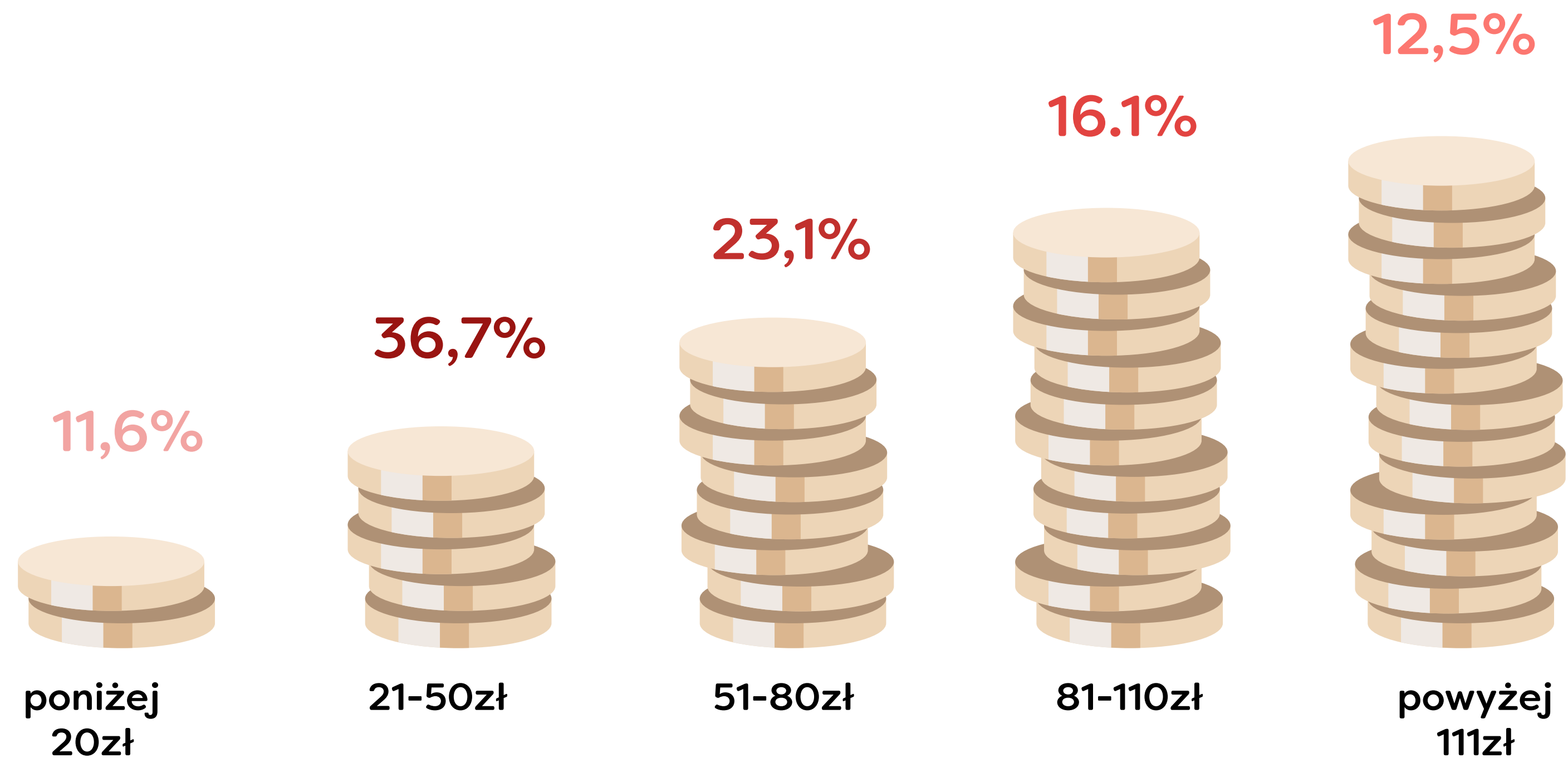
### **W stosunku do zeszłego roku suplementy diety...**

- Kupuję częściej – 26,2%
- Kupuję tak samo często – 62,5%
- Kupuję rzadziej – 7,6%
- Trudno powiedzieć – 3,7%

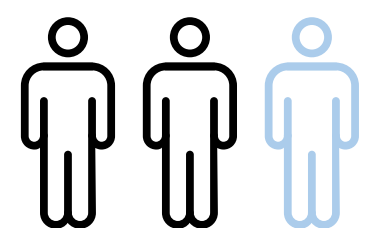
## Ile średnio miesięcznie w skali roku wydajesz na suplementy?

### Najczęściej na suplementy wydajemy do 50 złotych miesięcznie

Ankietowani zapytani o wydatki na suplementy diety najczęściej wskazywali na kwotę 21-50 złotych miesięcznie – zadeklarowało ją 36,7 proc. respondentów. Niemal 1/4 Polaków na suplementy wydaje od 51 do 80 zł miesięcznie. Wydatki jedynie 1/8 badanych przekraczają kwotę 111 zł miesięcznie.



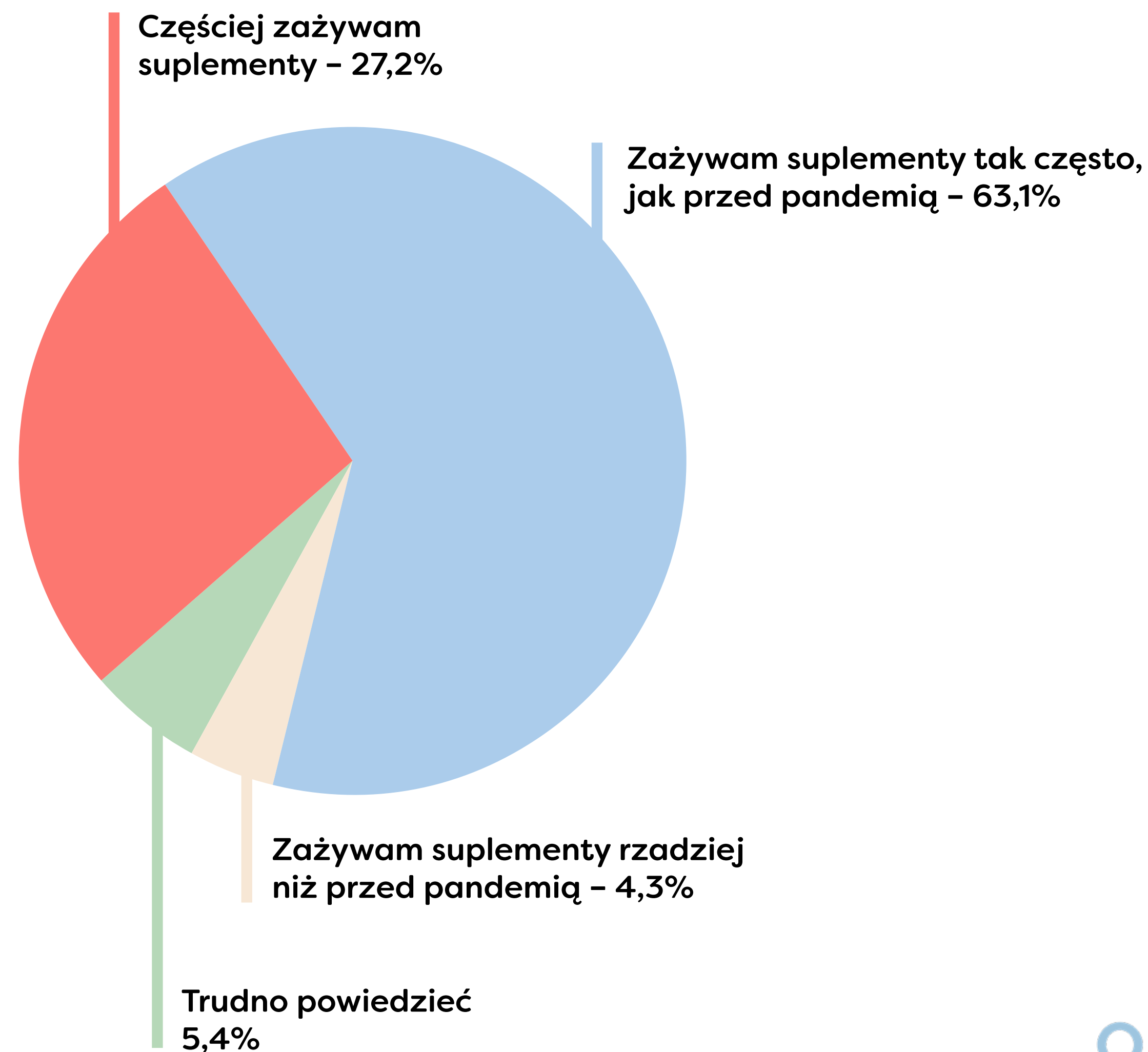




### ***Prawie 2/3 Polaków nie zmieniło zwyczajów suplementacyjnych pod wpływem pandemii***

Badani zostali także zapytani o zażywanie suplementów w kontekście trwającej pandemii. Blisko 2/3 badanych przyznało, że zażywa suplementy diety z taką samą częstotliwością, jak przed jej rozpoczęciem. Ponad 1/4 respondentów deklaruje, że zażywa je częściej, a jedynie 4,3 proc. – że robi to rzadziej.

### **W związku z pandemią...**





## ***Metodologia badania***

Badanie przeprowadzono na reprezentatywnej grupie dorosłych Polaków.  
Ankieta została przeprowadzona przez agencję badawczą metodą CAWI w lutym 2022 r. na próbie 1000 osób.