

Földi Katalin

## ÉLELMISZEREK VÁSÁRLÁSA ÉS FOGYASZTÁSA NAPJAINKBAN MAGYARORSZÁGON

### Bevezetés

Az élelmiszer az alapvető emberi szükségletünk, az éhségünk kielégítését szolgálja. Az viszont már eltérő, hogy ezt a szükségletet milyen termékekkel, milyen áron és milyen gyakran elégítjük ki. Vásárlási és élelmiszer fogyasztási szokásaink jelentősen megváltoztak.

Kutatásom célja az 1999-2005 között alapvető élelmiszerek fajlagos fogyasztásában valamint a tápanyagértékben bekövetkezett változások vizsgálata. Ezek a változások elemzése során arra is választ kerestem, hogy hatással lehetnek-e a vásárlási gyakoriság módosulására, valamint az étkezési szokásokra, ezáltal a túlsúlyos és elhízott társadalmi réteget alkotók növekvő számára. Az elemzést szekunder adatok alapján végeztem, a KSH agrár idősorok, mezőgazdasági statisztikai évkönyvek alapján. A vizsgálatot nehezítette, hogy nemcsak a statisztikai elemzést végző intézetek módszertanában lehet eltérést találni, illetve a KSH 2003-ban módszertani változtatást hajtott végre, hanem még egyazon kutatóintézet néhány évvel eltérő kiadványaiban is ugyanarra az élelmiszerre egyazon évre más-más értéket adtak meg. Az eltérés a néhány tizedtől az 1-2 egészig terjedt.

Hipotéziseim:

- 1.) Az ország gazdaságának változásai kihatnak az egy főre jutó élelmiszerfogyasztásra.
- 2.) A fogyasztott élelmiszerek szerkezete a mozgás nélküli életmóddal együtt növeli a magyar túlsúlyosok és elhízottak létszámát.

### 1.) Élelmiszer vásárlás, fogyasztás

#### 1.1.) Napi fogyasztási cikkek

„A termékek nagy halmaza elsődlegesen két nagy csoportba sorolható: fogyasztási cikkek és termelési eszközök. Az áruknak ez a csoportosítása nem a termékjellemzők különbözőségén, hanem alapvetően a vevők vásárlási (beszerzési) magatartásának eltérésein alapul. Az egyéni fogyasztó vásárlási döntésénél meglehetősen nagy szabadsággal rendelkezik. A „venni vagy nem venni”, illetve a „mit venni” választásában szabadon (racionális és emocionális elemek figyelembe vételével) dönthet a szükséglet-kielégítésben.”<sup>1</sup>

A fogyasztási cikkeket a marketing-szakirodalom már meglehetősen régóta a fogyasztók jellemző vásárlási magatartása – különösen a vásárláskor kifejtett idő- és energiárfordítás – szerint kategorizálja.<sup>2</sup> Általánosan elfogadott a fogyasztási cikkek hármas tagolása az alábbiak szerint: Kényelmi termékek (convenience goods), bevásárlási termékek (shopping goods) és speciális termékek (specialty goods).

<sup>1</sup> László Éva – Deák Attila: Termék és szolgáltatás menedzsment Szolnoki Főiskola főiskolai jegyzet elektronikus formában elérhető 39. p.

<sup>2</sup> Copeland, 1923

„A kényelmi termékek: legfontosabb jellemzőjük az, hogy azokra vonatkozóan a fogyasztóknak már a vásárlás előtt elegendő ismeretei vannak, és ezeket a termékeket a lehető legkisebb energia- és időráfordítással vásárolják. Úgy gondolják, hogy e termékek esetében az ár- és minőség-összehasonlítással járó többletráfordítás nem fizetődik ki, következésképpen hajlandók a vásárlás folyamán éppen rendelkezésre álló terméket megvenni. A kényelmi termékek egységára jellemzően alacsony, divathatásnak kevésbé kitétek, és általában gyakran vásárolják őket. A vevők számára ezek a termékek nem nagyon fontosak, ezért könnyen hajlandók őket helyettesíteni. A kényelmi termékek tovább kategorizálhatók. McCarthy és Perreault e kategórián belül megkülönbözteti: a kényelmi alaptermékeket, az impulzus termékeket és a rendkívüli helyzetekben szükséges termékeket. A két utóbbiról mivel a témához kevésbé kapcsolódnak nem térek ki rájuk. A háztartási alaptermékek: amelyeket gyakran, rutinszerűen, mindennemű komolyabb megfontolást mellőzve szoktak vásárolni.”<sup>3</sup>

Ilyen háztartási alaptermékek közé sorolom az alapvető élelmiszereket, melyeket a rendelkezésre álló szekunder adatok alapján vizsgálatomnál górcső alá veszek. A kényelmi termékeken belüli háztartási alaptermék kategóriát köznapibb szóhasználattal szokták illetni a napi fogyasztási cikkek elnevezéssel. Igaz ez nem fedi le teljes egészében, de ezt követően szinonimájaként fogom használni jómagam is. Ezek az élelmiszerek illetve ételek alapanyagai függetlenül a vásárlás gyakoriságától a listánkon szerepelnek, azaz repertoár vásárlás tárgyát képezik. Függetlenül attól, hogy napi, heti vagy éppen havi nagy bevásárlást folytatunk ezek a kosarunk részét képezik.

„A napi fogyasztási javak szokásszerűen, csekély kognitív elmélyüléssel kerülnek megvásárlásra. A döntés többé-kevésbé automatikus. A termékek és márkák ismételt megvásárlásánál az a fontos, hogy folyamatos legyen a vásárlás lebonyolítása. Nem folyik intenzív információkeresés. A vevők a vásárlásukat az alábbi módokon tudják leegyszerűsíteni: kulcsfontosságú információk felhasználásával (pl.: árakkal vagy márkával kapcsolatban), irradációval (kisugárzás pl.: márkából minőségre következtetnek), Halo effektus (összmegítélésből következtetnek az egyes tulajdonságra).”<sup>4</sup>

## 1.2. Ár

„A termék észlelt értéke az észlelt hasznosságának és az észlelt fogyasztói ráfordításoknak a hányadosa. A ráfordítások nagyobbik hányadát az ár teszi ki. Ebből a nézőpontból az ár negatív tényező, mivel a fizetendő ár nagysága negatívan befolyásolja a vásárlási valószínűséget. Viszont ha komplex stimulusként értelmezzük a negatív funkció mellett pozitív szerepet is betölthet a fogyasztók vásárlási döntéseiben, mint a minőség jelzője, valamint presztízs fogyasztás (információkat közvetít a vásárlóról a többiek felé).”<sup>5</sup>

Annak ellenére, hogy a kényelmi termékek esetében a vásárló nem vállalja azt az idő és energia ráfordítást, mely azzal jár, hogy több kereskedelmi egység üzletében utánajárjon a

3 László Éva – Deák Attila: Termék és szolgáltatás menedzsment Szolnoki Főiskola főiskolai jegyzet elektronikus formában elérhető 40. p.

4 Kovács Gécz Judit: „Easy shopping” – egy módszer a vásárlások megkönnyítésére In: Nemzetközi marketing 2007/4 22. p.

5 Rekettye Gábor: Az ár a marketingben. Műszaki Könyvkiadó, Bp., 1999. 21-22. p.

termék árának, valamint, hogy alapvetően alacsony árról van szó. Az alapvető élelmiszerek döntően árrugalmatlanok, de a helyettesítő termékek megléte egy termék kategórián belül átrendeződéseket vonhat maga után az áremelkedés.

### 1.3. Élelmiszerfogyasztás

„Az élelmiszerfogyasztás helyzetét megfelelően megítélhessünk, szükséges a fogyasztás nagyságának, összetételének átfogó értékelése, a fogyasztást befolyásoló tényezők árucsoportonként illetve jövedelmi kategóriánkénti beható vizsgálata. Ez az élelmiszerfogyasztásra ható makrogazdasági mutatók (nettó kereset, infláció, reálkereset, GDP, összes fogyasztás, élelmiszer fogyasztás, élelmiszer ár növekedés), valamint a háztartások fogyasztása, élelmiszer fogyasztása, struktúrája.”<sup>6</sup>

Egyrészt területi korlátok miatt a makrogazdasági mutatókra nem térek ki, másrészt az árak kiemelt szerepét vizsgálva még a KSH-nál is csak fogyasztói ár index értékeket találtam, mely nem csak az élelmiszereket és nem csupán az általam kiválasztott élelmiszereket tartalmazza.

Az összes fogyasztásra vonatkozóan csak a legfrissebb alábbi adatokat tartottam relevánsnak. „A fogyasztás 2006. évi növekedését illetően jelentős várakozások fűződtek a felső ÁFA kulcs év eleji csökkentéséhez – ezek az előrejelzések csak részben teljesültek, az árak lassú ütemben mérséklődtek. A középső ÁFA kulcs 5 százalékpontos emelése viszont fogyasztáscsökkentő hatású. A szakértők szerint főként a nyugdíjasokat és a jövedelmüket teljes mértékben elköltő bérből- és fizetésből élőket érinti érzékenyen ez a változás. Utóbbiaknál további vásárlási lehetőséget csökkentő tétel a munkavállalói járulék emelkedése. Ezek a hatások azonban csak 2007-ben jelentkeznek, a GfK Hungária előrejelzése szerint a lakossági fogyasztás 2006-ban mintegy 2 százalékkal emelkedik.”<sup>7</sup>

„A GfK Hungária Piackutató intézet háztartások privát fogyasztását mérő ConsumerScan felmérés adataiból az derül ki, hogy a 2007. első negyedévében elmaradt az általános visszaesés, a háztartások napi fogyasztási cikk – vásárlásainak összértéke 7 százalékkal – inflációkövető mértékben növekedett az előző év hasonló időszakához viszonyítva.”<sup>8</sup>

### 2. Élelmiszerfogyasztás 1999–2005

Az élelmiszer fogyasztás 1960-1998-ig terjedő vizsgálati időszakát az Ecostat adatok alapján egy már korábbi elemzésem keretében vettem górcső alá. Ez az anyag, ennek az analízisnek a további vizsgálatát tűzte ki célul. A két időszak adatainak összevetését akadályozza, hogy a két időszak más-más intézmény eltérő módszertanával nyert adatok.

6 Boór Károly: A lakosság élelmiszer fogyasztása 2000-2004 között In: Élelmészeti ipar LX. évf. 2006. 3. szám 75. p.

7 GfK 2006-ban csökkenő lakossági vásárlások, óvatos fogyasztók 2006. szeptember 5. (<http://www.gfk.hu/sajtokoz/fr3.htm>) letöltési dátum 2007. augusztus 25.

8 Kovács Krisztina: Nőtt a háztartások FMCG-beszerezéseinek értéke In: Élelmiszer 2007. július-augusztus 18. p.

1. táblázat. Néhány alapvető élelmiszer 1 főre jutó fogyasztása 1999-2004

Megnevezés	1999	2000	2001	2002	2003	2004
Hús, húskészítmények és hal	63,3	73,2	70,4	75,4	71,9	72,2
Csontos hús	32,8	32,7	29,5	33	31,9	32,9
Marha és borjúhús	4,1	4,3	3,9	4,3	4,1	3,9
Sertéshús	28,3	28	25,2	28,4	27,5	28,8
Baromfihús	24,2	33,7	34,3	35,1	33,2	32,3
Hal	2,8	3	2,9	3,1	3,3	3,4
Tej vaj nélkül	151,7	160,6	144,2	143,1	138,3	155,2
Zsíradékok	34,2	39	37,4	39	39,2	39
Vaj és vajkrém	0,9	0,9	1,2	1,1	1,3	1,1
Sertézsíradék	18,3	18	16,5	17,7	16,6	16,2
Étölaj	8,8	10,6	10,7	11	11,7	11,1
Margarin	4,7	7,4	7,1	6,6	7	8,4
Tojás	274	275	284	301	288	292
Liszt és rizs	90,4	94,1	95,3	87,8	88,3	89,2
Burgonya	68	64	68,2	65,3	64,5	68
Cukor	37,7	33,2	32,9	32,6	32,8	32,7

Forrás: Saját szerkesztés Mezőgazdasági statisztikai évkönyv 2005. 45. oldala alapján

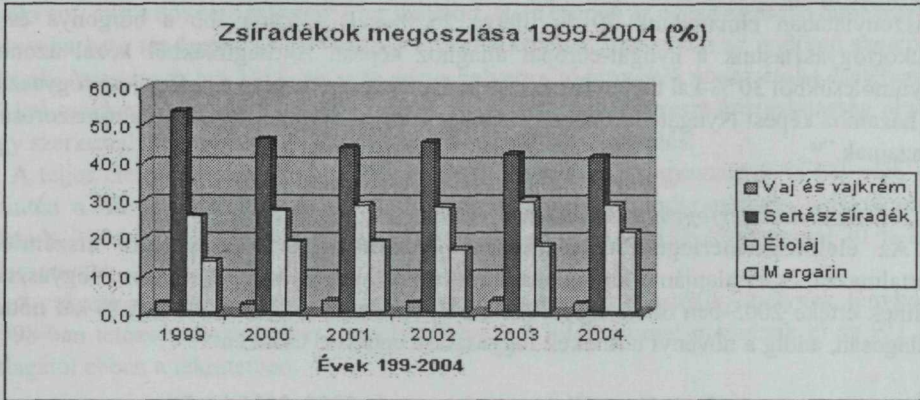
„A rendszerváltás utáni másfél évtizedre a lakosság élelmiszer fogyasztásának a mérséklődése a jellemző. Az élelmiszer és élvezeti cikkek részaránya a háztartások egy főre eső kiadásaiban csökkent. 2004-ben az 1990-es bázis évet alapul véve egy főre összehasonlító áron számolva a GDP 26 %-kal, a háztartások összes fogyasztása 30 %-kal, a reálkeresetek 17 %-kal haladták meg a bázist, addig az élelmiszer fogyasztás csak 1,8 %-kal nőtt. 2000–2004 időintervallumban az élelmiszer fogyasztói árak 31 %-kal nőttek ezen belül, a hús és húskészítmények fogyasztói ára 22,4 %-kal, tej, tejtermék tojás ára 26,1 %-kal, a cereáliáké pedig 43,2 %-kal emelkedett. A háztartások egy főre jutó kiadásai folyó áron 1995–2004 között közel megkétszereződtek, míg az élelmiszerek vásárlásának kiadásai 2,3-szeresére emelkedtek.”<sup>9</sup>

A hús és húskészítmények fogyasztása összességében 1999-ről 2000-re jelentős mértékben 15 %-kal nőtt, 2002-ben 7 %-kal, míg 2004-ben alig 0,4 %-kal haladta meg az előző évi fogyasztást. Viszont egy sokkal nyilvánvalóbb átcsoportosulás figyelhető meg, a csontos hús (marha és borjúhús, sertéshús) csökken, addig a baromfihús egyértelműen nő a húsfogyasztáson belül, a hal pedig csak az utóbbi években kezdett néhány tizeddel nőni, de még így sem éri el a húsfogyasztáson belül az 5 %-ot. Ez a megoszlás átalakulás az egészségesebb táplálkozás irányába hat (a baromfi és a hal). A baromfihús legnagyobb növekedése 2000-re tehető, amikor közel 40 %-kal nőtt az előző évhez képest. Ezt követően a 2001–2002-es fogyasztás csak egy hajszálnyival haladta meg az előző évit, és 2003–2004-ben pedig csökkent. Mégis összességében 1999-hez képest 2004-re 1/3-al nőtt a baromfi hús, 21 %-kal a hal, és szinten maradt a csontos hús fogyasztása.

A vaj nélküli tejfogyasztás 2000-ben 6 %-kal, 2004-ben 2 %-kal nőttek 1999-hez képest, a közbenső évek mind a '99-es érték alatt maradtak. 2001-re több mint 10 %-ot esett, és 2004-re 12 %-kal nőtt az előző évhez képest.

<sup>9</sup> Boór Károly: A lakosság élelmiszer fogyasztása 2000-2004 között In: Élelmészeti ipar LX. évf. 2006. 3. szám 75. p.

1. ábra. Zsiradékok megoszlása 1999–2004 évben (%)



Forrás: Saját szerkesztés Mezőgazdasági statisztikai évkönyv 2005. 45. oldala alapján

A zsiradékok fogyasztása minden évben meghaladta a bázisét, de ez a növekedés nem egyenletes. 2001-re 4 %-os, 2004-re pedig 0,5 %-os csökkenés következett be az előző évhez képest. Itt is az egészségesebb táplálkozás irányába való elmozdulás figyelhető meg. A sertézsírfogyasztás visszaszorul, a margarin előretör, az étolaj jelentősen növekszik, a vaj és a vajkrém csak hajszálnyival. A vaj, vajkrém, étolaj és margarin fogyasztása minden évben meghaladja a bázist, de a növekedés nem egyenletes. A margarinnál a 2001–2002. évek alacsonyabbak, mint az előző évek, a vaj és vajkrémnél a 2002. és 2004., míg az étolajnál a 2004. év mutat hasonló tendenciát. A sertézsíradék fogyasztása 2002-ben megugrott előző évhez képest, a többi évben mindig kevesebb volt, mint az előző évi. Érdekes év a 2002., amikor a vaj és vajtermék, valamint a margarinfogyasztás csökkent az előző évhez képest, a sertézsír és az étolaj pedig nőtt. Ezt ábrázolja a 1. ábra.

A tojásfogyasztás bázis évhez képest minden évben nőtt, de 2003-ban érte el a csúcst, utána csökkent. 4,3 %-kal, azaz 14 darabbal, majd ismét növekedni kezdett.

A liszt és rizs fogyasztás 2002-től alacsonyabb, mint a bázis időszaki. Évről évre vizsgálva csak 2002-re van egy közel 8 %-os visszaesés, mind előtte mind utána hajszálnyival meghaladják az adott évi fogyasztások az előző évit.

A burgonya fogyasztása 2001-ben és 2004-ben hajszálnyival haladja meg a bázis időszakit, és a lánctesziszámok alakulására is ez a két év a növekedés, a többi a csökkenés időszaka.

A cukorfogyasztás mind a bázishoz képest, mind évről-évre csökken, kivéve 2003-at, amikor is 2002-hez képest 0,6 %-os növekedést produkáltunk.

„Az élelmiszer fogyasztást nemcsak a jövedelmi viszonyok, fogyasztói árak és szokások befolyásolják, hanem az éghajlati adottságok is. A régióként való összehasonlítás pontosabb képet ad. Kalória-fogyasztásunk 10–12 %-kal kisebb a fejlett országok régió átlagánál. Zsiradék fogyasztásunk megfelel a fejlett régiók értékeinek.

Húsfélékből 30 %-kal kevesebbet, míg tej- és tejtermékből, tojásból többet fogyasztunk, mint a nyugat-európaiak. Cereáliák tekintetében mind Nyugat- mind Kelet-Európa viszonylatában elmaradunk 20 % illetve 25 %-kal. Alacsonyabb a burgonya és a cukorfogyasztásunk a nyugat-európai átlaghoz képest, zöldségfélékből közel azonos, gyümölcsökből 30 %-kal többet fogyasztunk. Dollárban számolva egy főre jutó fogyasztás a hazaihoz képest Nyugat-Európában ötszörös a mediterrán országokban háromszorosa a hazainak.”<sup>10</sup>

### 3.1. Az élelmiszerfogyasztás 2005-ben

Az élelmiszermérlegek az élelmiszer készítményeket alapanyagra átszámítva tartalmazza, és ez alapján a legfontosabb mutató a fajlagos összes élelmiszer-fogyasztás. Ennek értéke 2005-ben 681,2 kg/fő. Az állati termékek, a tojást kivéve, 6 %-kal nőttek átlagosan, addig a növényi termékek fogyasztása ennyivel csökkent.

2. táblázat. Élelmiszerfogyasztás 2000–2005 között

Élelmiszer	2000-2004 átlaga	2004	2005	2005/2004 (%)
Hús	67,8	60,9	63,5	104,3
Hal	3,2	3,4	3,6	105,9
Tej	148,3	155,2	166,8	107,5
Tojás	16,2	16,7	16	95,8
Zsiradék	37,8	36	36,5	101,4
Liszt és rizs	91	89,4	97,3	108,8
Burgonya	66	68	66,8	98,2
Cukor és méz	33,2	33,2	31,6	95,2
Zöldségfélék és gyümölcsök	208,5	211,4	194,8	92,1
Egyéb növényi eredetű élelmiszer	4,3	4,6	4,3	93,5
Összesen	663,4	678,8	681,2	100,4

*Forrás: Az élelmiszer fogyasztás alakulása 2005. Statisztikai tükör*

2004-ről 2005-re az élelmiszerek fogyasztásának dinamikus viszonyszámait ábrázolja a 2. ábra. A hús 4,3 %-kal nőtt, ennek ellenére ez az érték európai viszonylatban közepes, ugyanúgy a baromfi hús (2005-re +2 kg-os értéket tudhat magáénak) a vezető ezen belül, mint a 1999-2004-re leírt elemzésemkor. A halfogyasztás csúcsa volt hazánkban 1970 óta a 2005-ös év, de az európai átlagnak még a negyedét sem érjük el.

„A belföldi húsfogyasztás csak értékben nőhet, mennyiségben nem, a kereslet tovább fog polarizálódni a magas feldolgozottságú és olcsó termékek felé.”<sup>11</sup>

A tojásfogyasztásunk, mely az európai átlagnál 1/3-al magasabb, 4 %-kal (azaz 10 db-bal) csökkent. A tej és tejtermékfogyasztás a 2003-as mélypont után, 2005-ben a '90-es

<sup>10</sup> Boór Károly: A lakosság élelmiszer fogyasztása 2000-2004 között In: Élelmészeti ipar LX. évf. 2006. 3. szám 79. p.

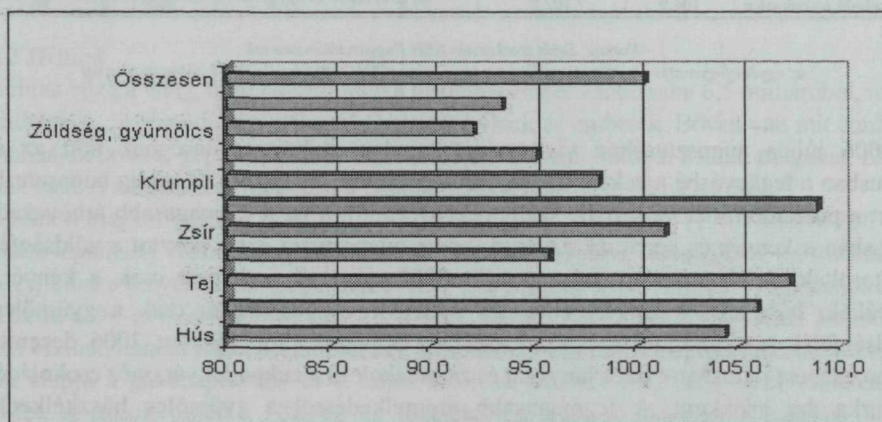
<sup>11</sup> Fórián Zoltán: A belföldi húsfogyasztás csak értékben nőhet In: Mai Piac 2006. augusztus 20. p.

évek eleji értéknek felelt meg. A fajlagos zsiradékfogyasztás mennyiségileg alig változott az elmúlt 15 évben, viszont a szerkezet átalakulása jelentős, az állati zsiradék 10 kg-mal csökkent, míg a növényi zsiradék 8 kg-mal nőtt. Nem csupán az egészségesebb táplálkozás irányába ható tendencia szerez érvényt a vevők körében, hanem az ár is döntő szerepet játszik. A sertészsír ára 30 %-kal nőtt, míg a helyettesítő termékek ára az étolaj esetében 5 %-kal csökkent, a margariné pedig csak 3 %-kal nőtt. Így a kereszt-árrugalmasság révén egy szerkezetbeli átcsoportosulást erősített a jelentős áremelkedés.

A teljes élelmiszerfogyasztás 15 %-át kitevő liszt és rizsfogyasztás 9 %-kal nőtt, ez szintén a '90-es évek eleji szint. A burgonyafogyasztás mindig nagyon eklektikusan alakult. 2004 évihez képest 2 %-kal csökkent. Ez az érték az EU 25 átlagánál 20 %-kal alacsonyabb.

A cukorfogyasztáshoz itt már a mézfogyasztás is hozzá tartozik, melynek fénykora 1998-ban tetőzött, azóta zuhanó repülést folytat. 5 kilogrammal maradunk el az EU 25 átlagától ebben a tekintetben.

**2. ábra. Élelmiszerfogyasztás változása 2004–2005**



*Forrás: Saját szerkesztés Az élelmiszer fogyasztás alakulása 2005. Statisztikai tükör*

#### 4. Élelmiszer árak

A mezőgazdasági statisztikai évkönyv révén a rendszerváltás utáni időszakra már rendelkezésre álltak árak, de ezek éves átlagárak voltak. Valamint a hús kategóriánál 7 féle volt megadva, melyek például a sertés illetve marha bizonyos részeire vonatkoztak, de „összerakva sem alkottak egészet”. Valamint ezeknek az áraknak a súlyait ismerni kellett volna, hogy tényleges hús, húskészítmények és hal kategóriára átlagárát tudják számítani. A tejnél pasztörözöttnek adták meg az árát, külön sertészsír és napraforgó étolaj szerepelt valamint teavaj, de már margarin kategória nem. A lisztnél a finomliszt, addig a rizsnél a hántolt fényezetlen, a cukornál pedig a normál kristálycukor ára volt megadva. Burgonyánál pedig a bolti és piaci ár volt ismert, a mennyiségek ismerete nélkül nem

tudok súlyozott árat számítani. Egyedül a tojás ára nem okozott volna gondot darabáron 1992-ben 6,20 Ft, 2005-ben 20,30 Ft.

A jelenleg elérhető legfrissebb KSH weboldaláról megszerzett áradatokat tartalmazza az általam szerkesztett alábbi táblázat néhány élelmiszerre vonatkozóan.

3. táblázat. Élelmiszer árak 2007 július és augusztus viszonyszámai

	Előző év azonos időszaka =100		Előző hónap = 100		Előző év december = 100	
	2007. július	2007. augusztus	2007. július	2007. augusztus	2007. július	2007. augusztus
Élelmiszerek	110,4	111,5	98,8	100,0	105,2	105,2
Kenyér és cereáliák	118,3	117,4	100,2	102,0	106,8	108,9
Hús	107,6	107,4	101,9	102,2	99,0	101,1
Hal és tengeri állat	107,0	107,4	100,0	101,0	103,1	104,1
Tej, sajt és tojás	110,6	113,2	99,5	103,4	100,5	104,0
Olaj és zsiradékok	105,9	107,6	99,3	102,6	98,3	100,9
Gyümölcs	109,1	102,0	91,7	88,3	133,6	118,0
Zöldségfélék	110,3	122,5	94,3	94,3	115,1	108,5
Cukor, lekvár, méz, csokoládé és cukorka	104,9	102,0	99,8	99,8	98,9	98,7

*Forrás: Saját szerkesztés KSH Fogyasztóiár-indexek az egyéni fogyasztás rendeltetés szerinti osztályozása (COICOP) alapján 2007. július-augusztus*

2006 július augusztusához viszonyítva minden élelmiszerféleségnek nőtt az ára. Júliusban a legkevésbé a cukor, lekvár, méz, csokoládé és cukorkák, addig augusztusban ezért a pozícióért már versenybe szállt vele a gyümölcs is. A legmagasabb árnövekedést júliusban a kenyér és cereáliák érték el, addig augusztusra ezt a posztot a zöldségfélék elbitorolták. A láncviszony szám szerint 2007. júniusához képest csak a kenyér és cereáliák, hús, hal és tengeri állat ára nőtt. Míg augusztusban csak a gyümölcs a zöldségfélék és a cukor, lekvár, méz, csokoládé és cukorka ára csökkent. 2006. decemberi árához képest júliusban csak a hús, olaj és zsiradékok és a cukor, lekvár, méz csokoládé és cukorka ára csökkent. A legmagasabb áremelkedéssel a gyümölcs büszkélkedhet. Ugyanazt bázisul véve augusztusban csak a cukor, lekvár, méz, csokoládés és cukorka ára csökkent, és szintén a gyümölcs az árnövekedésben a győztes.

## 5. Miért és mitől híznak?

### 5.1. Tápanyagfogyasztás 2005-ben Magyarországon

Tápanyagfogyasztás 2005-ben az élelmiszerfogyasztásból eredően napi 13.719 kJ-t (3.276 kcal) tett ki. 2,5 %-kal nőtt 2004-hez képest. 2005-ben a magyar napi tápanyagfogyasztás több mint felét a cereáliák és zsiradékok tették ki, a negyede a hús, hal, tej és tojás alapvető élelmiszerek megevéséből adódott, amíg a cukorfogyasztás 1/10-et, addig a növényi eredetű élelmiszerek (köztük a burgonya is) 13 %-ot birtokoltak. Ez szinte teljes egészében ugyanaz az arány, mint 2004-ben.



4. táblázat. Energia, fehérje, zsír és szénhidrát fogyasztás alakulása

Megnevezés	2004	2005	Ajánlott	Eltérés 2004-ajánlott	Eltérés 2005-ajánlott
Energia, kcal	13 387	13719	10886	2 501	2833
Fehérje g.	101	105	80	21	25
Zsír g.	141	144	85	56	59
Szénhidrát g.	387	395	370	17	25

Forrás: Saját szerkesztés KSH A- élelmiszer fogyasztás 2005-ben Statisztikai tükör

Az ajánlott szintű táplálkozás élettani ajánlás felnőtt részére közepes igénybevételnél. 2005-ben az ajánlott értékekhez képest a bevitt energia 2.833 kalóriával több, a fehérje 25 grammal, a zsír 59 grammal, a szénhidrát pedig 25 grammal. Ha nem az ajánlást veszem alapul, akkor is jól látható, hogy mindegyik értéke nőtt 2005-re, holott már a 2004-es értékek is meghaladták az ajánlott szintet.

### 5.2 Hízunk

Amióta világ a világ, most először több a túlsúlyos ember a több mint 6,5 milliárdból, mint az alultáplált. „A jómódú társadalmakban pazarul élnek az emberek. Bőven van mit enniük, és munkájuk javát is gépek végzik el. Szabadidejükben sem erőltetik halálra magukat. Ebbe halnak bele. A magyar felnőttek fele, a fiatalok hatoda túlsúlyos, illetve elhízott.”<sup>12</sup>

A felnőtt magyar nők ma napi 335, a férfiak pedig 168 kalóriával (1.407 illetve 706 kJ-lal) több táplálékot vesznek magukhoz, mint 1971-ben. Sok-sok fölös kiló ez – a testünkön éppúgy, mint a tányérunkon. 2000-ben évente 702 kilogramm élelmiszert fogyasztottunk fejünként, a '90-es években még ennél is többet, addig 1970-ben csak 609 kilót. Nemcsak többet eszünk, hanem abból eszünk többet, amiből nem kellene. Az egészséges táplálkozás egyik alapja a gabonapelyhek és a teljes kiőrlésű gabonafélék, ezek iránt csökkent a kereslet. A másik pillér a zöldség és főzelékfélék, ezek kalóriában szegények, nem hizlalnak, de számos értékes, egészséget védő anyagot tartalmaznak. 2001-ben a 218 kg-os értékünkkel 20 kilogramm lemaradásban voltunk az EU átlagtól. Sajnos bőségesen eszünk úgynevezett üres kalóriákat tartalmazó ételeket, mint például süteményeket, édességeket és egyéb csemegéket.

A testtömeg index (TTI) értéke a testmagasság és testsúly arányából számítható és ez alapján állapítják meg, hogy ki elhízott (TTI több mint 30) és ki túlsúlyos (TTI 25 és 30 között van). A betegségek kockázatát nagyon nagy mértékben növeli az elhízás.

„A magyar férfiak és nők 13 %-a elhízott, a nők 27, a férfiak 34 %-a túlsúlyos. 1997-ben az elhízással kapcsolatos társadalmi kiadások 11 milliárd forintot tettek ki – többet, mint a fogászati kezelések. 2004-ben az összeg (a személyes kiadások és az életminőség pénzben ki nem fejezhető romlása nélkül) meghaladja az évi 25 milliárd forintot.”<sup>13</sup>

12 Cathy Newman: Mitől és miért hízunk? In: National Geographic 2004. augusztus 70. p.

13 Cathy Newman: Mitől és miért hízunk? In: National Geographic 2004. augusztus 76. p.

A hízás első törvénye: bármit eszünk is, ami a pillanatnyi tápanyagigényünket meghaladja, az hájjá alakul. A második törvény, hogy a felvett és leadott kalóriák mérlege roppant érzékeny. Egy kilónyi testtömeg megközelítőleg 7.700 kalóriával egyenlő.

A magyar specialitások, a gyorséttermek és az iskolai büfék ételei mind kalóriadúsak. Régen a nehéz mezőgazdasági és ipari fizikai munka megkövetelte a nagyobb kalória értékű ételeket. Napjaink munkáját már gépek segítik, a fizikai munkát megkönnyítik, így nem lenne szükség ezekre az ételekre, de a munka könnyebb lett, a hagyományos ételek pedig maradtak.

James V. Neel genetikus hipotézise szerint megtalálta a „takarékos gént”, melyet némely ember örököl, ennek révén a test jó hatásfokkal veszi fel a táplálékból az energiát és hasznosítja. Zsírrá alakítja, majd elraktározza. Ez menthette meg őseinket, amikor ritkán jutottak táplálékhoz. Ez a gén ma is működik, holott már bőven van tápanyag. Az evolúció árulása, hogy olyan éhínség idejére raktározunk zsírt, mely soha nem érkezik el. Egy másik gén a leptin, melyet a zsírsejtek termelnek, a kiéhezéstől véd a zsírszövet mennyiségének figyelésével. Ha fogyunk a leptin-szint csökken, ezért többet eszünk, mert ekkor mint egy szemafor villog, hogy EGYÉL.

Az adagok is változtak, ha összevetjük napjaink adagjait és az 50-80 évvel ezelőtti adagokat, akkor 1,5–2 illetve 3-szoros növekedést találhatunk. Az eszményi adagok egy tányéron egy kézmosó szappan méretű zömlé, egy számítógép egér nagyságú tészta, egy villanykörte méretű krumpli, egy dobókockányi vaj, egy pakli kártya méretű hús, 3 dominónyi sajt és egy baseball labda méretű gyümölcs.

2005–2006-ban a fővárosban 7–18 évesek között végeztek reprezentatív mintán kutatást. Ez alapján minden ötödik gyerek túlsúlyos. „A fiúk 18 %-a túlsúlyos, és 7 %-a elhízott, a túlsúlyos lányok aránya közel 1/5 és elhízottaké pedig több mint 6 %. A TTI alapján a 7-14 évesek 19 %-a túlsúlyos, 7 %-a elhízott és 6 %-a sovány. A hasban felhalmozódott zsírral rendelkezők hajlamosak az elhízással kapcsolatos megbetegedésekre. Ha felnőttkorukra normalizálódik a súlyuk, akkor is hajlamosabbak lesznek a táplálkozással összefüggő megbetegedésekre. Helytelen életvezetéssel a túlsúlyosak is könnyen átcsúszhatnak az elhízott kategóriába, az optimális megoldás a megelőzés. A 7–14 éves életkorban a napi ötszöri étkezés a célszerű.”<sup>14</sup>

## 6. Összefoglalás

Az élelmiszerfogyasztást nagyon sok tényező befolyásolja, ezek között az egyik a GDP, a másik a reáljövedelem, a harmadik az ár. Az ország gazdasági helyzete, illetve az ide begyűrűző válságok mind a GDP-re mind a fogyasztói árakra hatással vannak. Viszont mivel alapvető élelmiszereket választottam, némelyikénél (pl.: tojás) nincs helyettesítő termék, ott az áremelkedés sem idéz elő kereslet csökkenést, azaz árrugalmatlan. Míg a helyettesítő termékekkel rendelkezők esetében keresztárrugalmasságtól függően termékkategórián belül átcsoportosulás figyelhető meg pl.: zsiradékánál: sertészsír, étolaj, vaj, margarin. Ezért az első hipotézis csak részben igazolódott be. Van olyan alapvető élelmiszer, amire kihat és van olyan, amelyikre nem. A magyar tápanyagfogyasztás szerkezete nem felel meg sem az EU átlagnak sem az egészséges életmód és megfelelő testsúly eléréséhez szükséges szintnek sem.

<sup>14</sup> Túlsúlyos kérdések = Mai Piac 2006. augusztus 14. p.

Már a tinédzserek között is sokan túlsúlyosak és vannak elhízottak is szép számmal, a kettő közötti választóvonalat könnyen át lehet lépni, holott megelőzéssel többre mennénk, mintha a nem megfelelő testsúlyból adódó betegségek gyógyítására fordítunk jelentős összegeket. Prevenció erősítése, az iskolai büfé és étterem választékának drasztikus átalakítása szükséges. Tudatosítani kell mindenkivel, hogy amit eszünk abból leszünk.

### Felhasznált irodalom

- Boór Károly:* A lakosság élelmiszer fogyasztása 2000-2004 között In: Élelmezési ipar LX. Évf. 2006. 3. szám 75-80. p.
- Cathy Newman:* Mitől és miért híznak? In: National Geographic 2004. augusztus 70-85. p.
- Fórián Zoltán:* A belföldi húsfogyasztás csak értékben nőhet In: Mai Piac 2006. augusztus 20–21. p.
- Fórián Zoltán:* Gfk 2006-ban csökkenő lakossági vásárlások, óvatos fogyasztók 2006. szeptember 5. (<http://www.gfk.hu/sajtokoz/fr3.htm>) letöltési dátum 2007. augusztus 25.
- Kovács Gécz Judit:* „Easy Shopping” – egy módszer a vásárlások megkönnyítésére In: Nemzetközi marketing 2007. 4. szám 21–26. p.
- Kovács Krisztina:* Nőtt a háztartások FMCG-beszerzéseinek értéke In: Élelmiszer 2007. július-augusztus 1819. p.
- Az élelmiszer fogyasztás alakulása 2005-ben  
Statisztikai tükör KSH weboldala  
<http://portal.ksh.hu/pls/ksh/docs/hun/xftp/stattukor/elelmfogy05.pdf>  
letöltési dátum 2007. szeptember 27.
- Húsfélék egy főre jutó évi átlagos fogyasztása 1934-2004.  
KSH weboldala  
[http://portal.ksh.hu/pls/ksh/docs/hun/agrar/html/tab11\\_5\\_5\\_1.html](http://portal.ksh.hu/pls/ksh/docs/hun/agrar/html/tab11_5_5_1.html)  
letöltési dátum 2007. szeptember 27.
- Egy főre jutó tejfogyasztás 1960-2004.  
KSH weboldala  
[http://portal.ksh.hu/pls/ksh/docs/hun/agrar/html/tab11\\_5\\_5\\_2.html](http://portal.ksh.hu/pls/ksh/docs/hun/agrar/html/tab11_5_5_2.html)  
letöltési dátum 2007. szeptember 27.
- Egy főre jutó tojásfogyasztás 1960-2004.  
KSH weboldala  
[http://portal.ksh.hu/pls/ksh/docs/hun/agrar/html/tab11\\_5\\_5\\_3.html](http://portal.ksh.hu/pls/ksh/docs/hun/agrar/html/tab11_5_5_3.html)  
letöltési dátum 2007. szeptember 27.
- Fogyasztóiár-indexek az egyéni fogyasztás rendeltetés szerinti osztályozása (COICOP) alapján 2007. július-augusztus  
KSH weboldala  
[http://portal.ksh.hu/pls/ksh/docs/hun/xstadat/xstadat\\_evkozi/tab13\\_06\\_04hj.html](http://portal.ksh.hu/pls/ksh/docs/hun/xstadat/xstadat_evkozi/tab13_06_04hj.html) letöltési dátum 2007. szeptember 27.

László Éva – Deák Attila:

Termék és szolgáltatás menedzsment Szolnoki Főiskola főiskolai jegyzet elektronikus formában elérhető

Mezőgazdasági statisztikai évkönyv 2005. KSH Bp., 2006. 44-47. p.

Mezőgazdasági statisztikai évkönyv 2001. KSH Bp., 2002. 44-48. p.

Rekettye Gábor: Az ár a marketingben. Budapest: Műszaki Könyvkiadó 1999

Rekettye Gábor: Túlsúlyos kérdések In: Mai Piac 2006. augusztus 14–15. p.