

Undersøkelse om bruk av proteinshaker og proteinpulver blant barn og unge

Gjennomført
november 2015

Informasjon om undersøkelsen



Bakgrunn og formål

Formålet med undersøkelsen er å kartlegge barn og unges kjennskap, bruk og holdninger til **proteinshaker og proteinpulver**. Resultatene som presenteres i denne rapporten, er del av en større undersøkelse som også omfatter produktene energidrikker med koffein, sportsdrikker, protein- og energibarar, helsekostprodukter, slankemiddel og vitamintilskudd. Dette er alle produkter som kan brukes for å bli sunnere, yte mer eller få strammere kropp.

Utvalg

Undersøkelsen er gjennomført av Norstat, som har intervjuet 1000 barn og unge i alderen 10–18 år. Resultatene er ikke veiet.

Metode / tidsperiode feltarbeid

Undersøkelsen ble sendt ut til medlemmer i Norstats respondentpanel, som består av cirka 83 000 nordmenn som har tilgang til internett. Medlemmene i panelet er primært rekruttert via landsrepresentative telefonundersøkelser. Utvalget blir trukket tilfeldig og proporsjonalt i forhold til den enkelte landsdels befolkningstall og kvoteres på kjønn og fylke. For barn i alderen 10–14 år gikk kontakten via foreldre med barn i denne aldersgruppen. Vi ba foreldrene om at barna fikk sitte alene og fylle ut spørreskjemaet. 15–18-åringene fikk tilsendt undersøkelsen direkte. Det ble vist bilder av produktene slik at det skulle bli lettere å svare, spesielt med tanke på de yngste respondentene.

Datainnsamlingen ble gjennomført som web-intervju i uke 44–46 2015.

Antall intervju

1000.



Resultater

Oppsummering proteinshaker/proteinpulver (1/2)



- **Bruk:**

Totalt sett er det kun 9 prosent av 10–18-åringene som bruker proteinshaker/proteinpulver. Produktene er mer brukt av gutter (13 prosent) enn av jenter (5 prosent.) I aldersgruppen 16–18 år er det hele 25 prosent av guttene, og 9 prosent av jentene som bruker dette. I aldersgruppen 10-15 år er det gutter i alderen 13-15 år som i størst grad bruker proteinshaker/proteinpulver (7 prosent), mens det for øvrig i denne aldersgruppen er kun 2-3 prosent som oppgir at de bruker proteinshaker/proteinpulver.
- **Hyppighet:**

Totalt sett svarer 6 av 10 brukere at de drikker proteinshaker/ proteinpulver ukentlig eller oftere. Nær 2 av 10 i alderen 16–18 år drikker dette daglig, og blant disse inntar 4 prosent slik drikk flere ganger om dagen. 15 prosent av guttene i alderen 16–18 år drikker proteinshaker/ proteinpulver daglig, og blant disse inntar 2 prosent slik drikk flere ganger om dagen.
- **Årsaker:**

Nær 2 av 3 drikker proteinshaker/proteinpulver for å bygge muskler, og 4 av 10 bruker det i forbindelse med trening og konkurranser. Å drikke proteinshaker/ proteinpulver for å bygge muskler er mest utbredt hos 16–18-åringene, hvor 76 prosent oppgir dette som årsak. Det fremgår også at de som trener ofte i langt større grad enn andre, oppgir at de drikker proteinshaker/proteinpulver fordi de ønsker å bygge muskler.
- **Kjennskap:**

Totalt 16 prosent av barna og ungdommene mellom 10 og 18 år vet ikke hva proteinshaker/ proteinpulver er. I aldersgruppen 10–12 år er det 35 prosent som ikke kjenner til denne typen produkter.
- **Produkter:**

Whey Tech er det mest populære produktet, som bortimot halvparten av brukerne oppgir at de drikker. 3 av 10 svarer at de drikker proteinshake, mens 1 av 4 bruker vektøkingspulver og/eller kreatinpulver.
- **Kjøp:**

Nær 2 av 5 svarer at de kjøper proteinshaker/proteinpulver på internett eller i sportsbutikk. Guttene (46 prosent) handler i langt større grad i sportsbutikker sammenlignet med jentene (19 prosent.). 41 prosent av jentene, men kun 18 prosent av guttene, kjøper som oftest produktene på helsekost.

Oppsummering proteinshaker/proteinpulver (2/2)



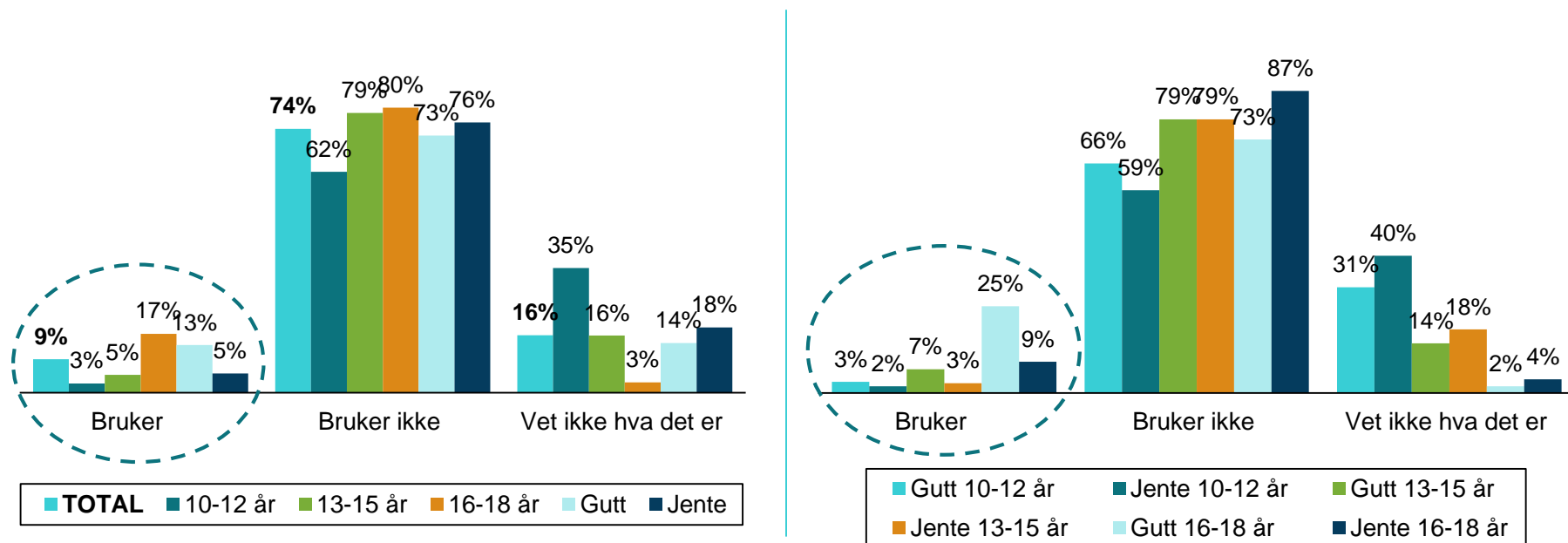
- Blant 16–18-åringene, som er den eneste aldersgruppen hvor vi har historikk for hele perioden mellom 10 og 18 år, ser vi at ingen var yngre enn 13 år da de drakk proteinshaker/proteinpulver første gang. 4 prosent var mellom 13 og 15 år, mens 8 prosent var eldre enn 16 år.
- Vi presenterte deretter respondentene for fem ulike påstander som de skulle si seg enig eller uenig i. Fire av påstandene ble presentert for de som bruker eller kjenner til proteinshaker/proteinpulver, mens én av påstandene (hvorvidt man har blitt nektet å kjøpe disse produktene i butikken) var det kun brukere av proteinshaker/proteinpulver som skulle ta stilling til.
 - 36 prosent av barn og unge vi har intervjuet, sier de får lov å drikke proteinshaker/proteinpulver av foreldrene sine. Det er imidlertid stor forskjell mellom aldersgrupper. Mens kun 9 prosent av 10–12-åringene sier de får lov av foreldrene, svarer 21 prosent av 13–15-åringene og 55 prosent av 16–18-åringene det samme.
 - Totalt 21 prosent mener å vite hva proteinshaker/proteinpulver inneholder, men den antatte kunnskapen er økende med alder. Andelen som svarer at de har denne kunnskapen, er mye høyere (28 prosent) blant 16–18-åringene enn blant de aller yngste (10 prosent). Gutter svarer i større grad (26 prosent) enn jenter (15 prosent) at de kjenner innholdet i disse produktene.
 - Når det gjelder oppfatning av om hvorvidt det er trygt å drikke proteinshaker/proteinpulver, er det de yngste som er mest skeptiske. Kun 11 prosent av 10–12-åringene mener dette produktet er trygt, mens 43 prosent av ungdommene mellom 16 og 18 år er av samme oppfatning.
 - Vi spurte også de som bruker proteinshaker/proteinpulver om de har blitt nektet å kjøpe dette av de som jobber i butikken. Totalt 13 prosent hevder at butikkansatte har nektet dem å kjøpe slike produkter, og det er en forskjell mellom gutter og jenter. Mens kun 7 prosent av jentene har blitt nektet å kjøpe proteinshaker/proteinpulver, har 15 prosent av guttene opplevd det samme.
 - 1 av 5 sier seg enig i at proteinshaker/proteinpulver er sunt, og 16–18-åringene er mer positive enn de som er yngre. Vi ser også at gutter (24 prosent) i noe større grad enn jenter (18 prosent) har en oppfatning om at proteinshaker/proteinpulver er sunt.

Totalt sett er det kun 9 prosent av 10–18-åringene som bruker proteinshaker/proteinpulver.



Produktene er mer brukt av gutter (13 prosent) enn av jenter (5 prosent.) I aldersgruppen 16–18 år er det hele 25 prosent av guttene, og 9 prosent av jentene som bruker dette.

Braker du noen av de følgende produktene?
Proteinshaker/ proteinpulver

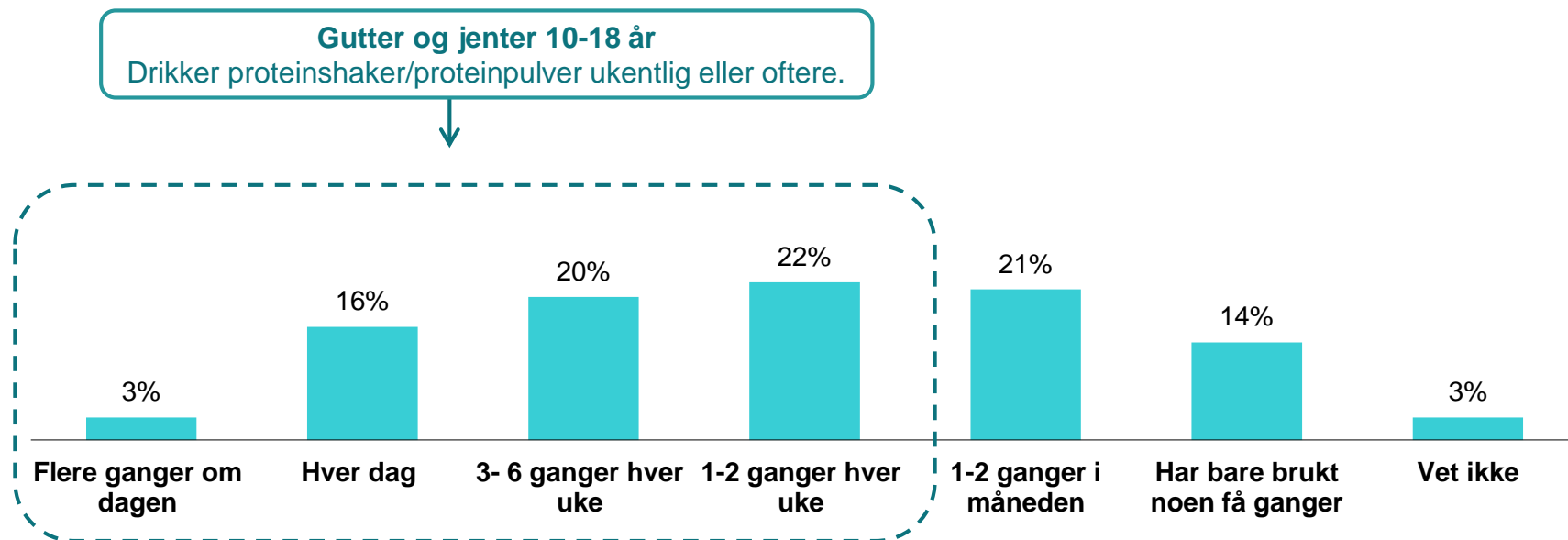


Base: 1000 intervju.

Totalt sett svarer 6 av 10 brukere at de drikker proteinshaker/
proteinpulver ukentlig eller oftere.



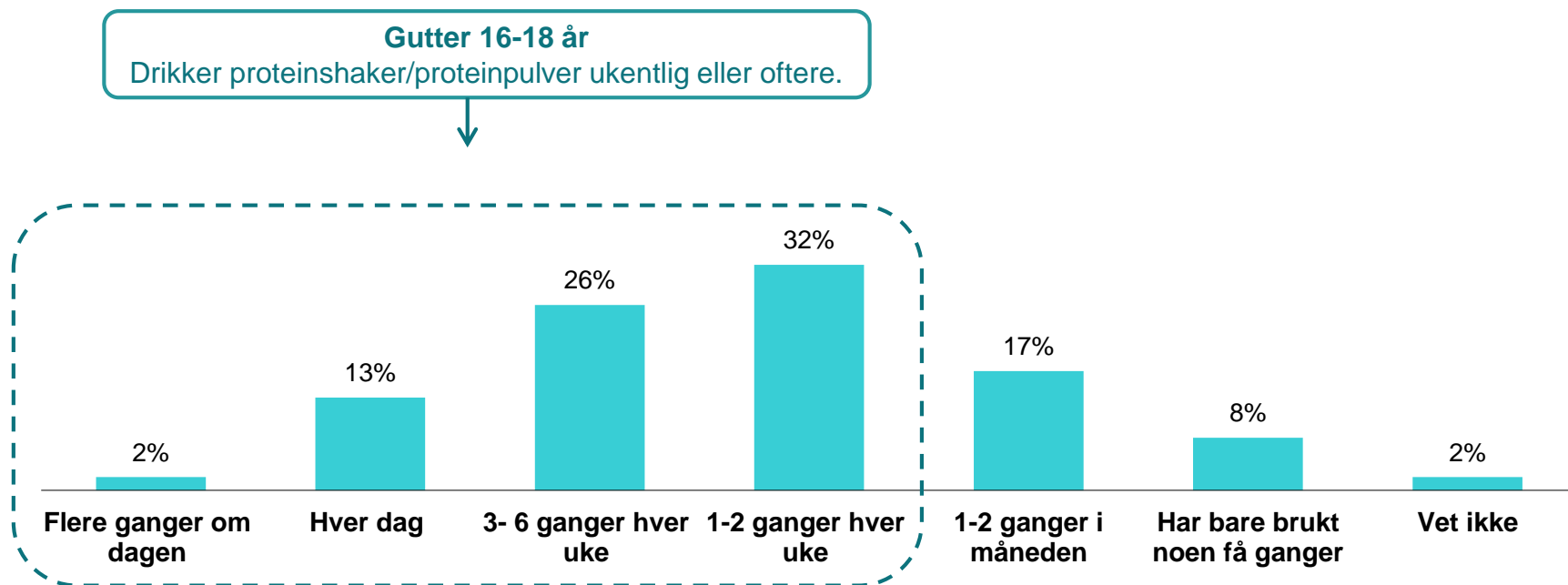
Hvor ofte drikker du proteinshaker/proteinpulver?



15 prosent av guttene i alderen 16–18 år drikker proteinshaker/ proteinpulver daglig, og blant disse inntar 2 prosent slik drikke flere ganger om dagen.



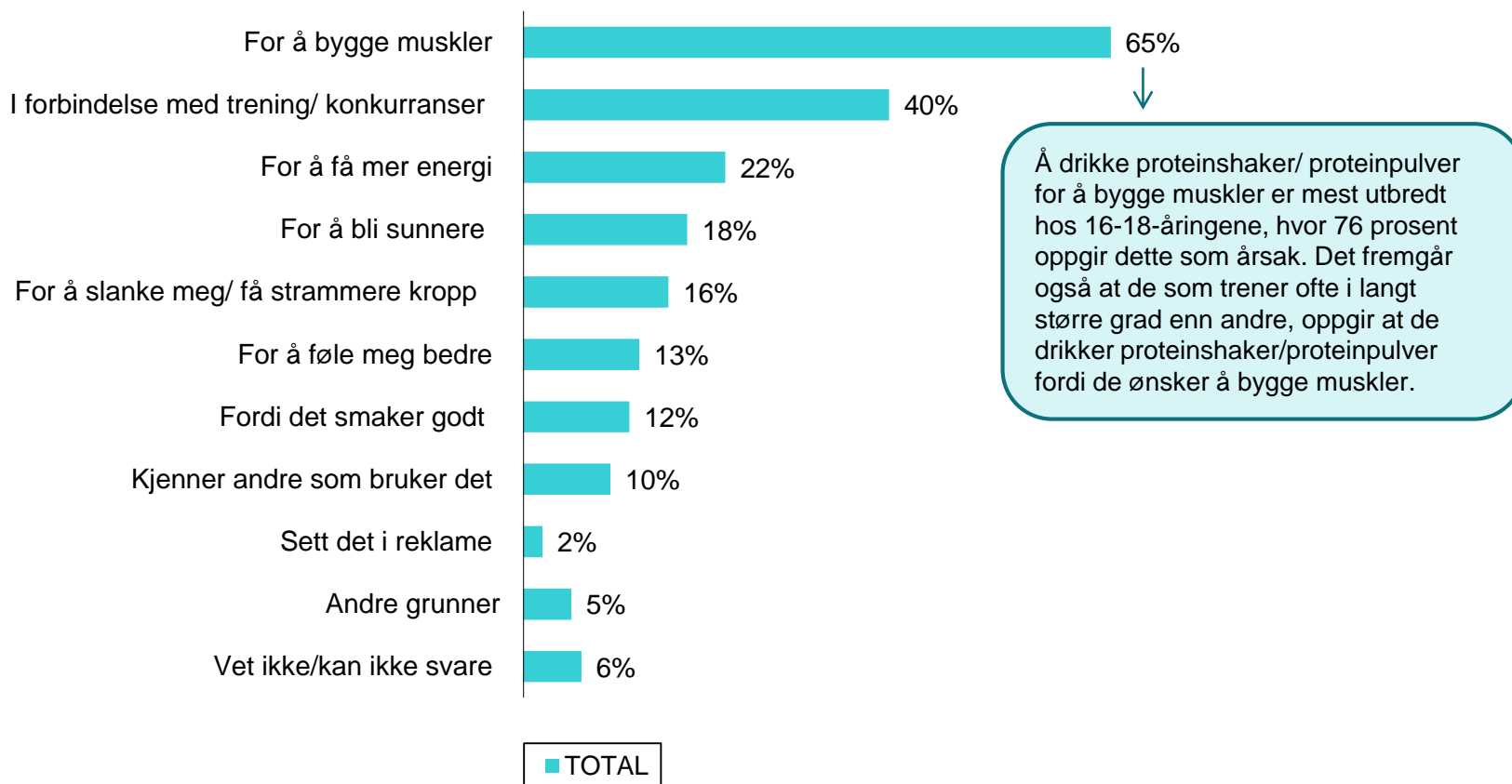
Hvor ofte drikker du proteinshaker/proteinpulver?



Nær 2 av 3 drikker proteinshaker/ proteinpulver for å bygge muskler, og 4 av 10 bruker det i forbindelse med trening og konkurranser.



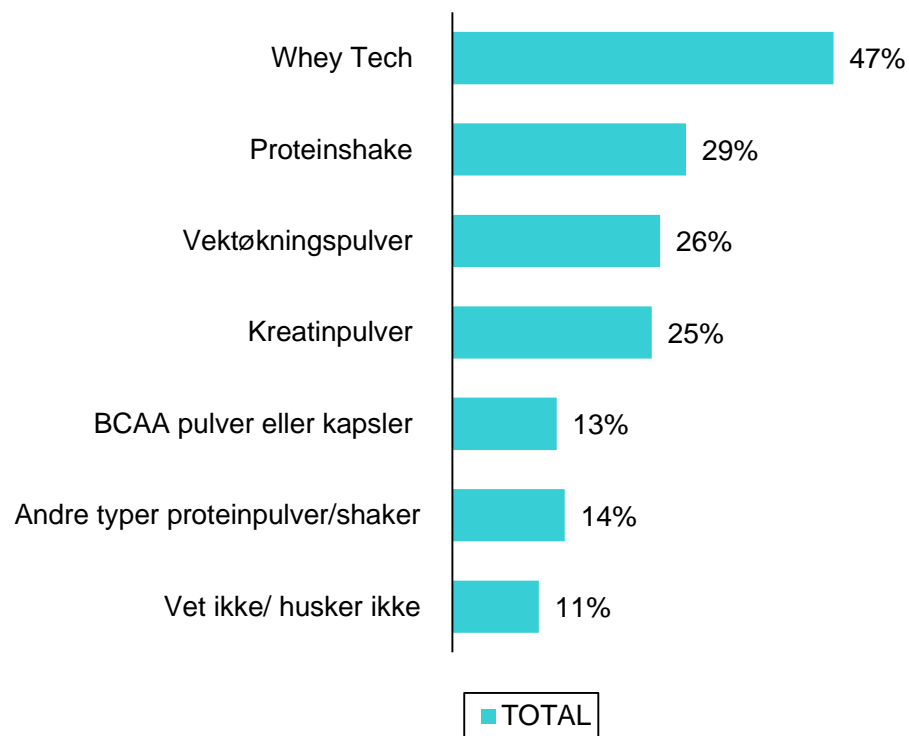
Hvorfor drikker du proteinshaker/proteinpulver?



Whey Tech er det mest populære produktet når det gjelder proteinshaker og proteinpulver.



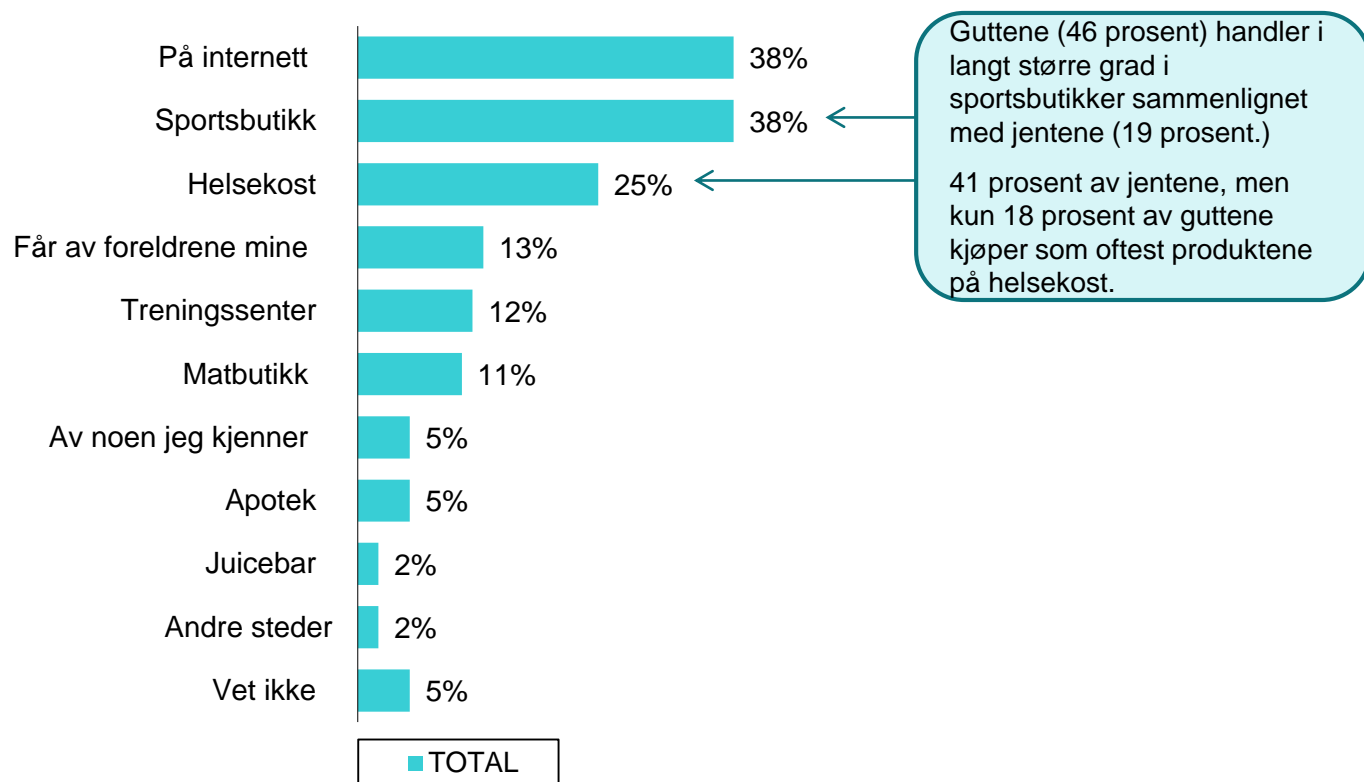
Hvilke proteinshaker/proteinpulver drikker du?



Nær 2 av 5 svarer at de kjøper proteinshaker/ proteinpulver på internett eller i sportsbutikk.



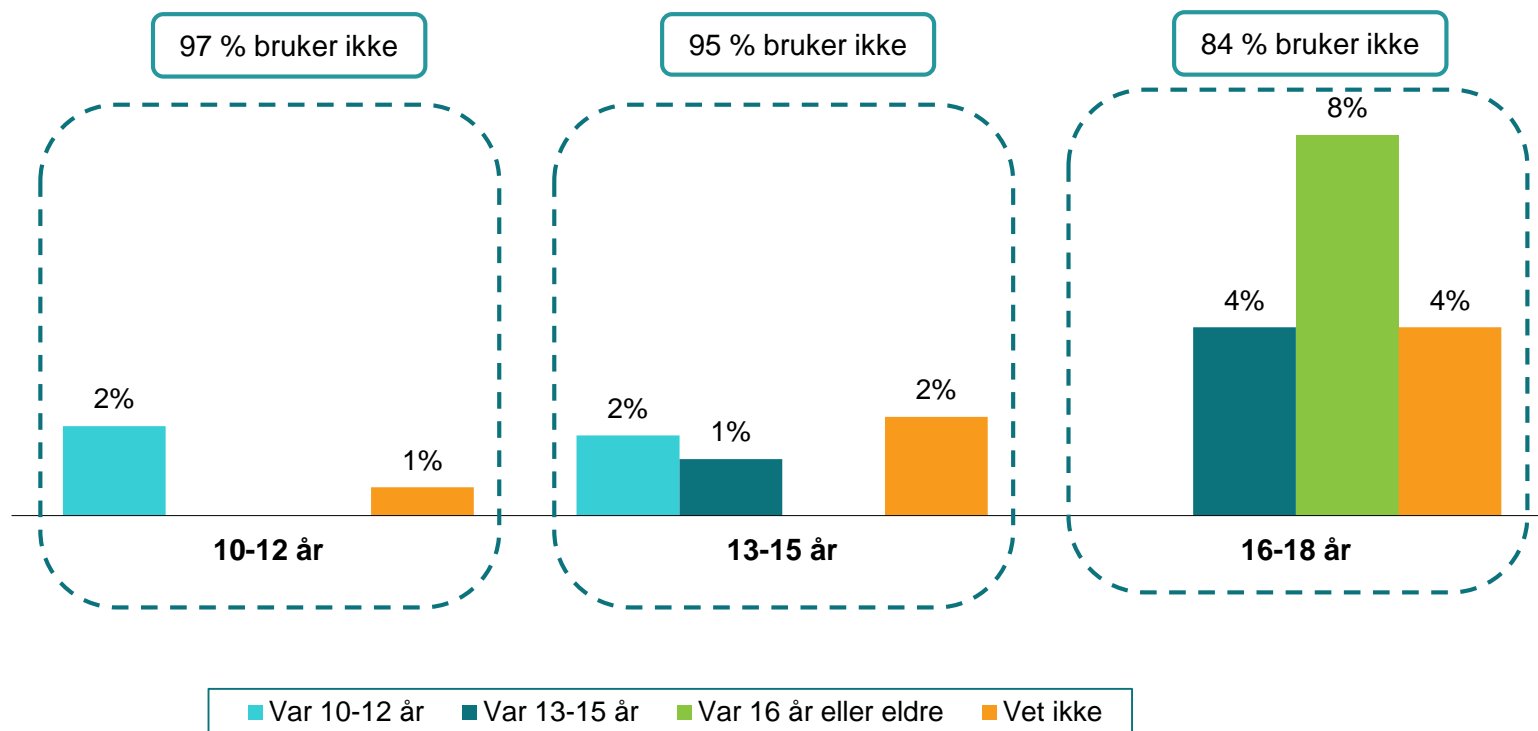
Hvor kjøper du som oftest proteinshaker/proteinpulver?



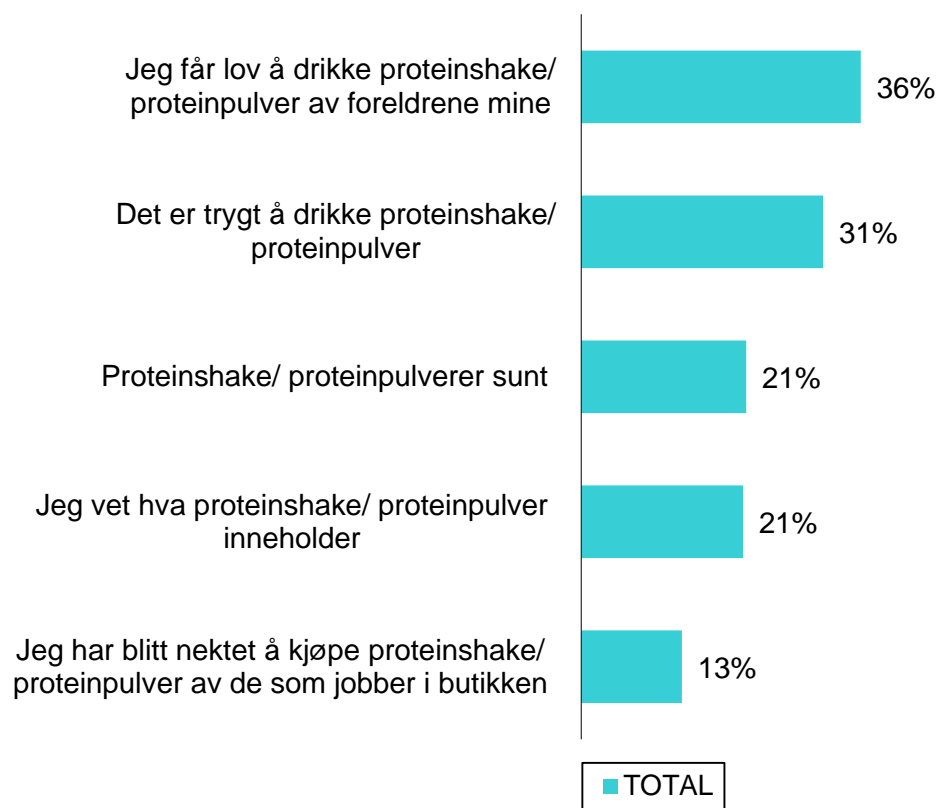
Blant 16-18 åringene, som er den eneste aldersgruppen hvor vi har historikk for hele perioden mellom 10 og 18 år, ser vi at ingen var yngre enn 13 år da de drakk proteinshaker/proteinpulver første gang. 4 prosent var mellom 13 og 15 år, mens 8 prosent var eldre enn 16 år.



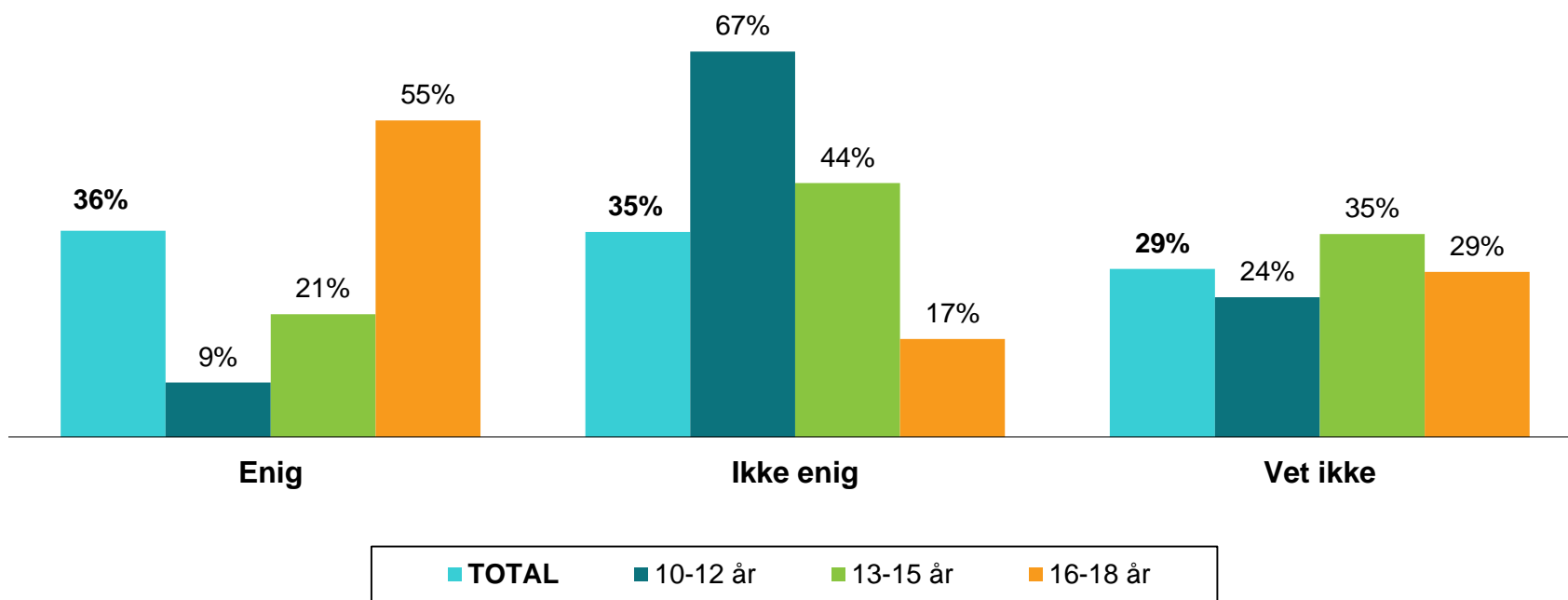
Hvor gammel var du første gangen du drakk proteinshaker/proteinpulver?



Andeler 10–18-åringer som er enig i ulike påstander knyttet til proteinshaker/proteinpulver.

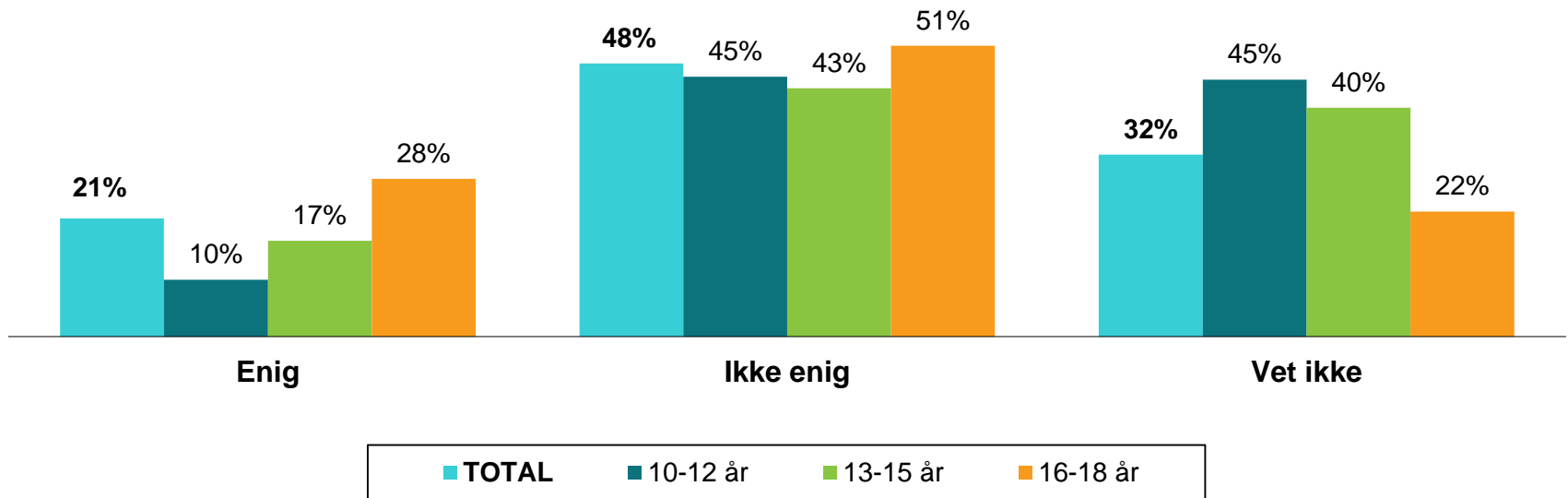


«Jeg får lov å drikke proteinshaker/proteinpulver av foreldrene mine.»

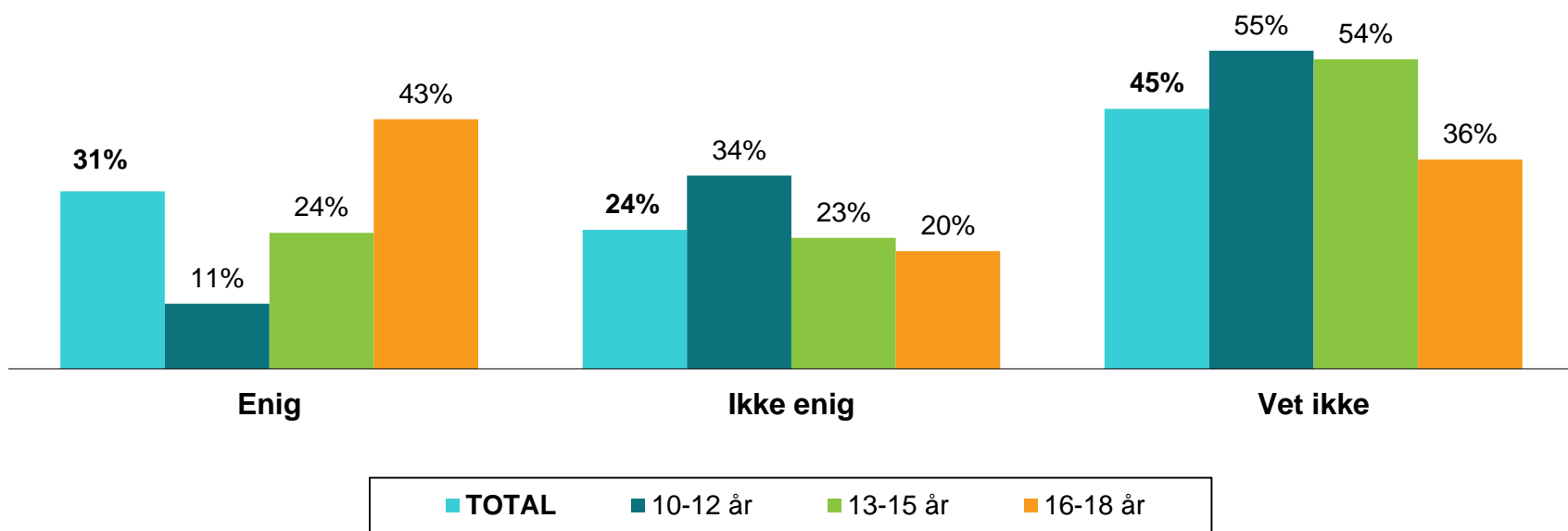




«Jeg vet hva proteinshaker/proteinpulver inneholder.»

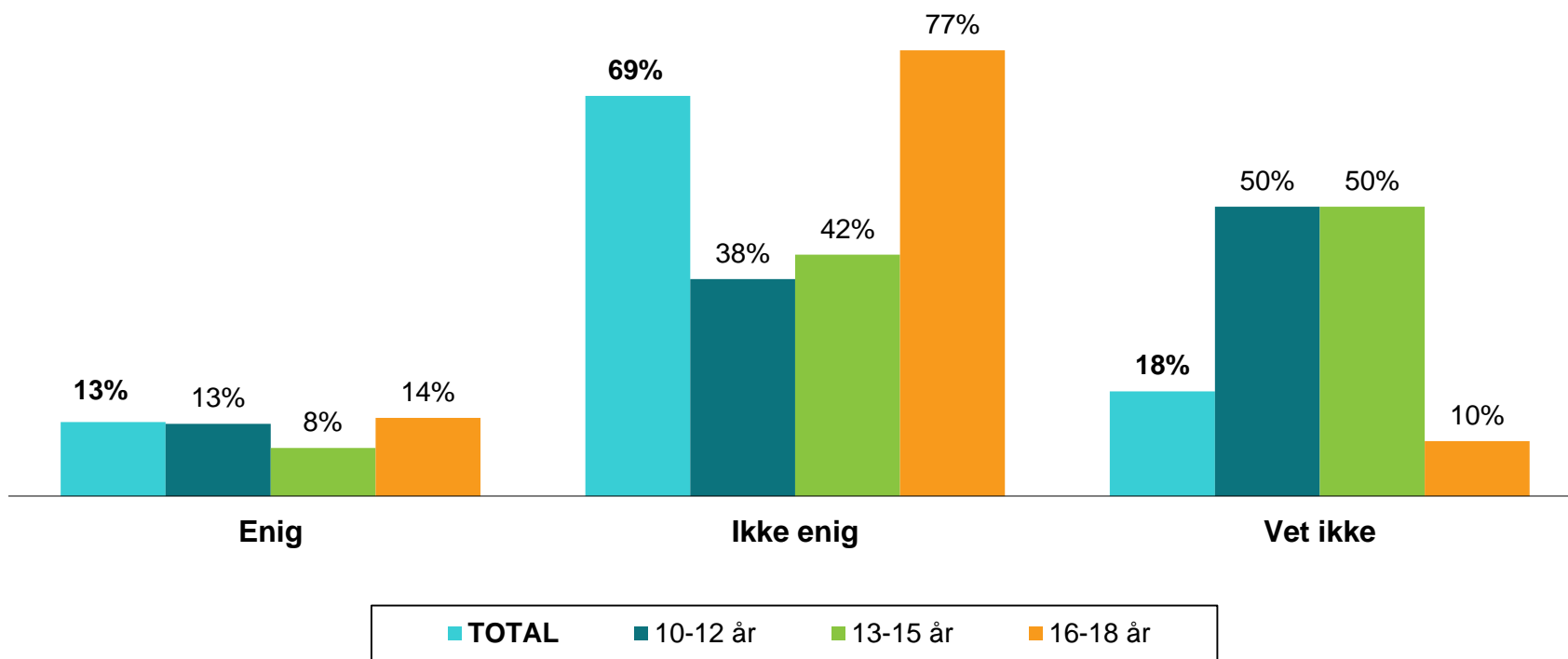


«Det er trygt å drikke proteinshaker/proteinpulver.»





«Jeg har blitt nektet å kjøpe proteinshaker/proteinpulver av de som jobber i butikken.»



«Proteinshaker/proteinpulver er sunt.»

