

中国科学营养新趋势白皮书

©2022.1 iResearch Inc.



营养健康现状：我国国民营养健康状况明显改善。

- 在**营养品认知**方面存在偏差，认为营养品等同于药品；
- 我国**营养监测工具**相对有限，缺乏相应的自检产品；
- 日常饮食调理仍然是主流的调理方式，其他科学的**营养补充方式**较为缺乏；
- 国内缺乏缺位专业的**补充效果评估**，评估方法较为局限，尚有很大提升空间。



重点锚定人群：银发人群为个人营养品消费主力，中青年女性为家庭营养品消费主力，Z世代人群为悦己型朋克养生党。

银发人群：

- 作为营养品消耗大户，他们既是主动购买者又是**营养品赠礼**的主要对象；
- 他们已养成**规律营养品食用习惯**，且会同时食用多种营养品；
- 他们会根据自身需求进行更有**针对性的营养补充**；
- 准银发人群对于**线上渠道**的接受度更高，银发人群获知和购买渠道随代际变迁逐渐呈现线上化趋势。

中青年女性：

- 消费力极强且为给家人购买营养品的**核心购买决策者**；
- 其中部分人群在**大学及之前**就开始购买营养品；
- 她们极为重视**父母**健康状况，购买产品时非常在意医生背书；
- 中青年女性非常重视**亲友推荐**的产品，因此也愿意向他人推荐分享营养品；
- 疫情之后，**线上购买**频次逐步增加，尤其是年轻未婚女性。

Z世代人群：

- 对自身营养补充高度重视，倾向**精准定向补充营养**，但**行动力和购买力缺乏**
- 多为**悦己型**养生，为自己购买营养品来保持健康、增强免疫力和预防疾病
- 电商平台等**线上渠道**是首要的信息获取渠道和购买渠道



科学营养趋势：品牌与平台强强联合，推动线上下健康服务，在健康营养领域拓宽生命科学边界。

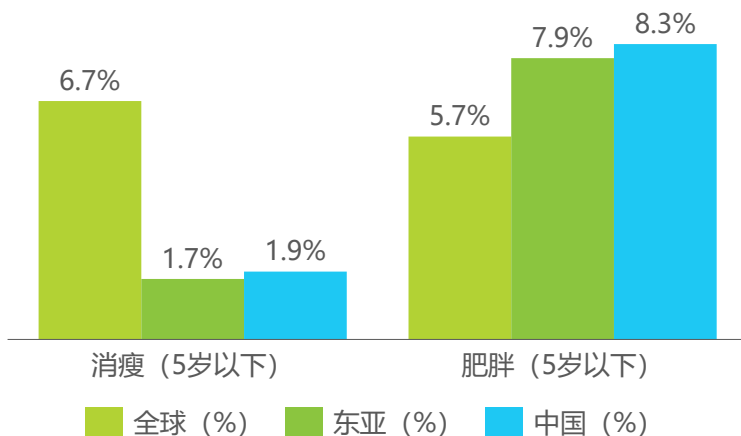
- 营养品牌与健康平台**强强联手**，共同促进中国膳食营养补充剂行业的发展；
- 线上问诊等互联网健康服务为消费者提供**专业问询**和**个性化营养补充方案**；
- 开设线下营养健康馆、营养品体验服务等**线下服务**配套完善用户医疗健康体验，增加用户粘性；
- 落实健康中国计划，加强营养**人才队伍**建设，通过营养师等从业人员共同带动行业发展；
- 推进抗衰老、疾病修复等重大**生命科学**议题突破，推动健康管理、慢病修复等科学健康领域发展。

国民营养现状	1
营养品消费者洞察	2
科学营养趋势展望	3

全球各种形式的营养不良依然存在，中国在某些指标上表现仍低于东亚平均水平

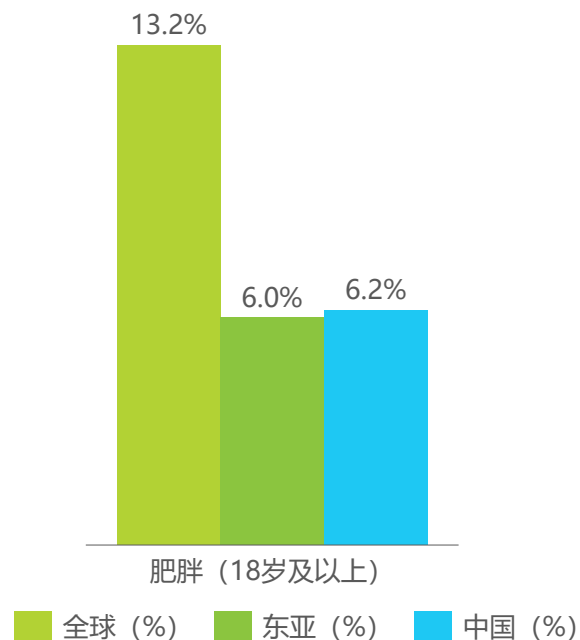
根据联合国粮农组织《2021 年世界粮食安全和营养状况》，全球范围内，各种形式营养不良依然是一项挑战，2020 年，估计五岁以下儿童中有 6.7% 消瘦，5.7% 超重。2016 年 18 岁及以上成人肥胖率约为 13.2%。与东亚平均水平相比，中国某些营养指标仍达不到东亚平均水平，中国 5 岁以下儿童消瘦发生率为 1.7%、肥胖发生率为 8.3%，18 岁及以上成人肥胖发生率为 6.2%，均与东亚平均水平有差距。

2020 年 5 岁以下儿童消瘦与肥胖
情况各地区发生率



来源：联合国儿基会、世界卫生组织、联合国粮农组织。

2016 年 18 岁及以上成年人肥胖
情况各地区发生率



来源：联合国儿基会、世界卫生组织、联合国粮农组织。

1

全球范围营养不良情况

全球范围内仍存在各式各样的营养不良问题，体现在各种人群上，包括 5 岁以下儿童常见的消瘦、肥胖问题，及成人的肥胖问题等。

2

与东亚对比，中国营养不良情况

在某些营养指标上，中国已经远远低于全球平均发生率。但是与东亚地区平均水平相比，中国部分指标仍然不及东亚平均水平，如 5 岁以下儿童消瘦及肥胖问题、成人肥胖率问题等。

我国国民营养健康状况明显改善，但亚健康情况仍普遍存在

近年来，我国人民生活水平不断提高，营养供给能力显著增强，且国民营养意识逐渐增强，国民营养健康状况明显改善。历次全国营养与健康监测结果也表明，我国居民营养不足与体格发育问题持续改善。但受社会经济发展水平不平衡、人口老龄化和不健康饮食方式等影响，当前我国居民仍面临居民营养缺乏与过剩并存、膳食营养与生活方式有待改进、部分人群中营养相关疾病高发等问题。《基于亚健康评定量表（SHMS V1.0）的我国城镇居民亚健康状况评价研究（2021年）》中显示，2018年我国六省市城镇居民总体亚健康检出率为68.06%（10254/15066），亚健康情况仍普遍存在。

国民营养状况改善维度

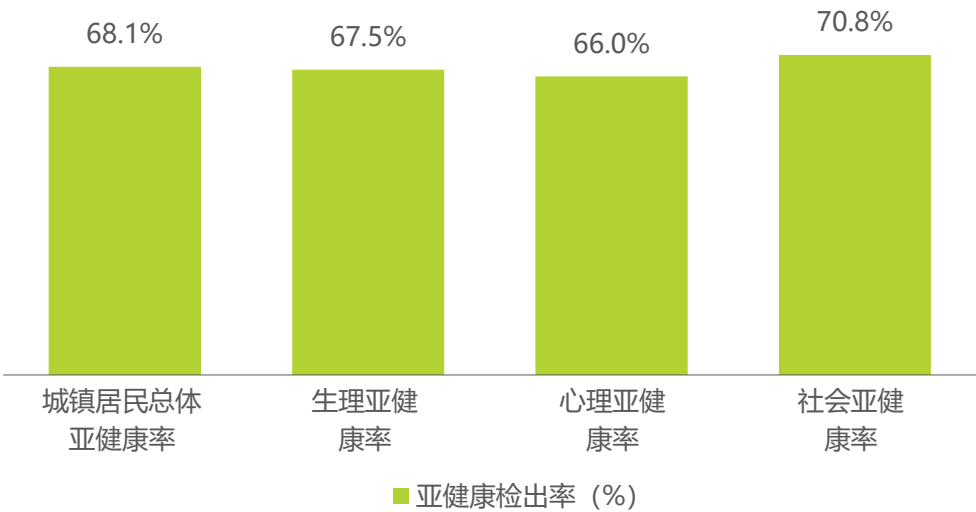
意识

- 国民健康意识逐渐增强
- 国民关注膳食营养概念，注重健康养生方面知识积累
- 定期测量体重、血压、血糖、血脂等健康指标的人群比例显著增加，健康体检消费支出逐年上升

行动

- 消费结构变化，保证蔬果与蛋白质摄入比例
- 居民膳食质量普遍提高，优质蛋白的摄入量增加
- 烹饪方式改变，平均盐摄入量下降
- 部分居民日常有服用营养品习惯，进行营养补充

2018年中国城镇居民亚健康状况



来源：中国居民膳食指南科学研究报告2021，基于亚健康评定量表（SHMS V1.0）的我国城镇居民亚健康状况评价研究（2021），艾瑞根据公开数据整理。

国民在营养均衡健康各个环节均缺乏意识或行动

01

营养品认知存在偏差

- 大部分受访者已经具有相当的营养意识
- 但有部分受访者对营养品认知存在偏差，认为营养品等同于药品

02

缺乏有效的营养检测工具/渠道

- 相比美国，中国营养检测途径有限，体检为最主要渠道，且缺乏自检产品
- 超半数国民当身体出现不适症状才意识到自己需要补充营养

03

缺乏科学的营养摄取&补充方式

- 通过日常饮食调整来进行营养摄取仍是主流，仅有少数人群能严格按照膳食营养配合营养品进行日常营养补充

04

缺乏营养补充效果评估

- 国内目前缺少权威且专业的个体营养状况补充效果检测途径
- 少数提供类似服务的企业存在着多种局限

国民营养意识及补充态度

国民营养意识较高，能够认知到营养补充的重要性

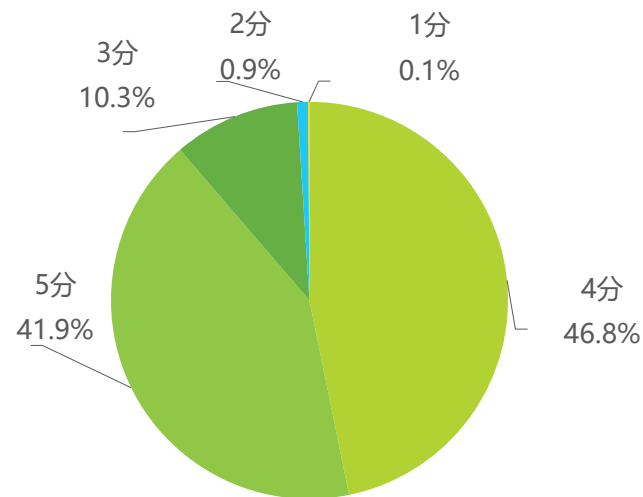
提到“营养均衡”，受访者最常想到的词是“健康”，其他出现频率较高词汇依次为“维生素”、“荤素搭配”、“蛋白质”、“膳食纤维”、“蔬菜”、“水果”等等，营养搭配、膳食平衡等概念已深入人心。在对“营养补充”的重要性认知方面，绝大多数受访者给营养补充的重要性打4-5分，认为其非常重要，这类人群占比接近90%，而持“不太重要”观点的人仅占约0.9%。

消费者对“营养均衡”的联想



消费者对“营养补充”重要性认知

受访者对“营养补充”重要性打分



来源：艾瑞2021年营养品调研问卷，A3 “营养补充” 对您的重要性是？（1分为非常不重要，5分为非常重要）N=1512。

国民营养意识及补充态度

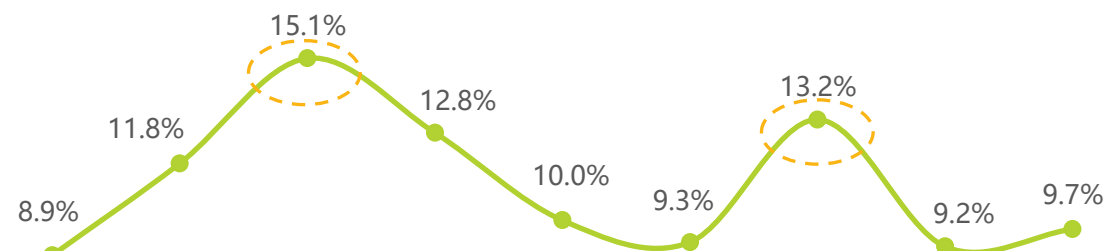
国民营养意识及补充态度有很大改进，但对营养品的认知仍存在偏差

绝大部分人认为营养补充非常重要，大多数人日常会进行营养补充，但有超半数消费者对营养品的认知出现偏差。82%的受访者能意识到营养品是补充人体欠缺营养成分的食品，但仍有55%的受访者认为营养品有疾病预防作用，23%认为营养品是药品。在持有“营养品可预防疾病”观念的人群中，85后（30-34岁）占比最高，达到15.1%，其次为65后（50-54岁），占比达到13.2%。

受访者对营养品认知



认为营养品“可预防疾病”的人群代际分布



预览已结束，完整报告链接和二维码如下：

https://www.yunbaogao.cn/report/index/report?reportId=1_36261

