Vöktun áhrifaþátta

Mataræði 2021

Undanfarin ár hefur embætti landlæknis vaktað nokkra helstu áhrifaþætti heilbrigðis og vellíðanar. Markmiðið er að fylgjast með heilsuhegðun og líðan Íslendinga yfir tíma og meta þörf fyrir aðgerðir. Gallup framkvæmir könnunina fyrir embætti landlæknis og hefur hún verið lögð fyrir mánaðarlega frá árinu 2016. Í úrtakinu eru fullorðnir einstaklingar af öllu landinu, valdir af handahófi úr viðhorfahópi Gallup og þjóðskrá.

Á myndritinu má sjá hlutfall fullorðinna sem borðaði ávexti (ber) eða grænmeti einu sinni á dag eða oftar og tók D-vítamín fjórum sinnum í viku eða oftar árin 2020 og 2021.

Heimild:

Embætti landlæknis. (2022, júní). *Mataræði 2021*. https://www.landlaeknir.is/servlet/file/store93/item49874/Talnabrunnur\_juni\_2022.pdf