

## "HÁBITOS DE CONSUMO DE SUPLEMENTOS ALIMENTARES" - 2020



O estudo foi realizado em sete capitais, nas cinco regiões do Brasil, no primeiro trimestre de 2020  
(Primeira edição da pesquisa foi realizada em 2015)



dos lares brasileiros possuem, no mínimo, **uma pessoa consumindo suplementos**



Em comparação com a edição anterior, o número de lares com consumidores de suplementos alimentares  **aumentou 10%**



72%

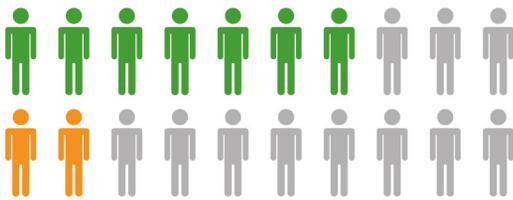
dos entrevistados **aumentaram seus cuidados com a alimentação**



28%

dos entrevistados afirmam que os suplementos **aumentam a disposição física**.  
Consumo com **responsabilidade e incorporação de hábitos saudáveis** também cresceu no período

Cerca de duas vezes ao ano, os entrevistados se consultam:



**Médicos (71%)**

**Nutricionistas (24%)**



Hábito é **maior entre mulheres**



Percentual dos entrevistados que tendem a fazer **refeições fora de casa cresce 26%**, alcançando 87% em 2020

Acesso às informações é mais frequente pela internet (68%).  
E 96% dos entrevistados estão presentes nas mídias sociais - um crescimento de 28% em cinco anos, praticamente todos os indivíduos.



## CONSUMO DE SUPLEMENTOS ALIMENTARES



Quase a totalidade (98%) dos entrevistados estão **MUITO SATISFEITOS / SATISFEITOS** com o uso de suplementos alimentares

**SAÚDE** é o principal fator que leva os entrevistados a consumirem suplementos alimentares



Entendem que os suplementos alimentares são **complementos da alimentação**

A maior parte das **recomendações de consumo** de suplementos são feitas por **profissionais de saúde**



das compras de suplementos alimentares são feitas em **farmácias**

Dos consumidores de suplementos alimentares **praticam atividades esportivas**



**Vitaminas, Proteínas e Minerais**  
lideram os grupos de produtos consumidos

