

# Crynodeb Gweithredol Bwyd a Chi 2 Cylch 4

Results available: Results available

Maes o ddiddordeb ymchwil: [Food and You 2](#)

Research topics: [Social science](#)

Awduron: Dr Beth Armstrong, Lucy King, Robin Clifford, Mark Jitlal, Ayla Ibrahim Jarchlo, Katie Mears

Cynhaliwyd gan: Ipsos and the Food Standards Agency

DOI: <https://doi.org/10.46756/sci.fsa.zdt530>

Cwblhau arfaethedig: 1 Awst 2022

Statws y prosiect: Wedi'i gwblhau

Dyddiad cyhoeddi: 10 Awst 2022

Llwythwch a darllen yr adroddiad cyfan yma:

PDF

[Gweld Adroddiad Bwyd a Chi 2 Cylch 4 as PDF\(Open in a new window\)](#) (870.65 KB)

## Trosolwg o Fwyd a Chi 2

Mae'r arolwg yn mesur gwybodaeth, agweddau ac ymddygiadau o ran diogelwch bwyd a materion bwyd eraill ymhlith oedolion yng Nghymru, Lloegr a Gogledd Iwerddon fel y'u cofnodir gan y defnyddwyr eu hunain.

Cynhaliwyd gwaith maes ar gyfer Bwyd a Chi 2: Cylch 4 rhwng 18 Hydref 2021 a 10 Ionawr 2022. Cafodd yr arolwg 'gwthio i'r we' (push-to-web) ei gwblhau gan gyfanswm o 5,796 o oedolion o 4,026 o gartrefi ledled Cymru, Lloegr a Gogledd Iwerddon (gweler Atodiad A am ragor o wybodaeth am y fethodoleg).

Mae'r modiwlau a gyflwynir yn yr adroddiad hwn yn cynnwys 'Bwyd y gallwch ymddiried ynddo', 'Pryderon am fwyd', 'Diogeldd bwyd', 'Bwyta allan a bwyd tecawê', 'Alergeddau ac anoddefiadau bwyd a mathau eraill o orsensitifrwydd', 'Bwyta gartref', 'Siopa am fwyd: cynaliadwyedd a'r effaith amgylcheddol', a 'Deietau cynaliadwy, dewisiadau amgen i gig a thechnolegau genetig'.

## Crynodeb o'r prif ganfyddiadau

### Bwyd y gallwch ymddiried ynddo

#### Hyder o ran diogelwch a dilysrwydd bwyd

- Dywedodd y rhan fwyaf o'r ymatebwyr (92%) eu bod yn hyderus bod y bwyd y maent yn ei brynu yn ddiogel i'w fwyta.
- Dywedodd mwy nag o 8 o bob 10 (86%) o'r ymatebwyr eu bod yn hyderus bod yr wybodaeth ar labeli bwyd yn gywir.

#### Hyder yn y gadwyn cyflenwi bwyd

- Dywedodd tua thri chwarter o'r ymatebwyr (76%) fod ganddynt hyder yn y gadwyn cyflenwi bwyd.

- Roedd yr ymatebwyr yn fwy tebygol o ddweud bod ganddynt hyder mewn ffermwyr (88%), a siopau ac archfarchnadoedd (85%) nag mewn siopau tecawê (61%) a gwasanaethau dosbarthu bwyd (45%).

## Ymwybyddiaeth o'r ASB ac ymddiriedaeth a hyder ynddi

- Roedd y rhan fwyaf o'r ymatebwyr (92%) wedi clywed am yr ASB.
- Dywedodd tua thri chwarter (77%) o'r ymatebwyr a oedd yn gwybod o leiaf rywfaint am yr ASB eu bod yn ymddiried ynddi i sicrhau bod bwyd yn ddiogel ac yn cyd-fynd â'r hyn sydd ar y label.
- Dywedodd mwy nag 8 o bob 10 (85%) o'r ymatebwyr eu bod yn hyderus y gellir dibynnu ar yr ASB (neu'r adran lywodraethol sy'n gyfrifol am ddiogelwch bwyd) i ddiogelu'r cyhoedd rhag risgiau sy'n gysylltiedig â bwyd (fel gwenwyn bwyd neu adweithiau alergaidd a achosir gan fwyd); roedd 80% yn hyderus bod yr ASB wedi ymrwmo i gyfathrebu'n agored â'r cyhoedd ynghylch risgiau sy'n gysylltiedig â bwyd, ac roedd 83% yn hyderus bod yr ASB yn cymryd camau priodol pan gaiff risg sy'n gysylltiedig â bwyd ei nodi.

## Pryderon am fwyd

- Nid oedd gan y rhan fwyaf o'r ymatebwyr (86%) unrhyw bryderon am y bwyd maent yn ei fwyta, a dim ond 14% o'r ymatebwyr a ddywedodd fod ganddynt bryder.
- Gofynnwyd i'r ymatebwyr a oedd â phryder esbonio'n gryno eu pryderon am y bwyd y maent yn ei fwyta. Roedd y pryderon mwyaf cyffredin yn ymwneud â dulliau cynhyrchu bwyd (31%) a phryderon amgylcheddol a moesegol (23%).
- Gofynnwyd i'r ymatebwyr nodi a oedd ganddynt bryderon am ystod o faterion sy'n gysylltiedig â bwyd, gan ddewis o blith rhestr o ddewisiadau. Roedd y pryderon mwyaf cyffredin yn ymwneud â gwastraff bwyd (63%), faint o siwgr sydd mewn bwyd (59%) a lles anifeiliaid (56%).

## Diogeledd bwyd

- Ledled Cymru, Lloegr a Gogledd Iwerddon, cafodd 82% o'r ymatebwyr eu dosbarthu fel pobl â diogeledd bwyd (70% diogeledd uchel, 12% diogeledd ymylol), a chafodd 18% o'r ymatebwyr eu dosbarthu fel pobl â diffyg diogeledd bwyd (10% diogeledd isel, 7% diogeledd isel iawn).
- Roedd lefelau diogeledd bwyd yn debyg ledled Cymru, Lloegr a Gogledd Iwerddon

## Bwyta allan a bwyd tecawê

- Yn y 4 wythnos flaenorol, roedd tua hanner yr ymatebwyr wedi bwyta bwyd mewn bwyty (53%), o gaffi, siop goffi neu siop frechdanau (naill ai i'w fwyta ar y safle neu i'w gymryd i ffwrdd) (52%) neu wedi archebu bwyd tecawê yn uniongyrchol o siop tecawê neu bwyty (50%).
- Roedd dros draean o'r ymatebwyr wedi bwyta bwyd o safle bwyd brys (naill ai i'w fwyta ar y safle neu i'w gymryd i ffwrdd) (38%) neu wedi archebu bwyd tecawê o gwmni dosbarthu bwyd ar-lein (er enghraifft, JustEat, Deliveroo, Uber Eats (35%). Nid oedd tuag 1 o bob 10 o'r ymatebwyr (9%) wedi bwyta bwyd o unrhyw un o'r busnesau bwyd a restrwyd yn ystod y 4 wythnos flaenorol.
- Dywedodd y rhan fwyaf o'r ymatebwyr (89%) eu bod wedi clywed am y Cynllun Sgorio Hylendid Bwyd. Dywedodd dros hanner (59%) o'r ymatebwyr eu bod wedi clywed am y Cynllun Sgorio Hylendid Bwyd ac eu bod yn gwybod o leiaf rywfaint amdano.

## Alergeddau ac anoddefiadau bwyd a mathau eraill o orsensitifrwydd

- Dywedodd y rhan fwyaf o'r ymatebwyr (76%) nad oedd ganddynt orsensitifrwydd i fwyd. Dywedodd fymryn dros 1 o bob 10 (12%) o'r ymatebwyr fod ganddynt anoddefiad bwyd; dywedodd 4% fod ganddynt alergedd bwyd; a dywedodd 1% fod ganddynt glefyd seliag.
- O'r ymatebwyr a ddywedodd fod ganddynt alergedd bwyd, y bwydydd a nodwyd amlaf ganddynt fel rhai sy'n achosi adwaith oedd pysgnau (26%) a ffrwythau (24%).
- O'r ymatebwyr a ddywedodd fod ganddynt anoddefiad bwyd, y bwydydd a nodwyd amlaf ganddynt fel rhai sy'n achosi adwaith oedd llaeth buwch a chynhyrchion a wneir â llaeth buwch (41%), a grawnfwydydd sy'n cynnwys glwten (19%).

## **Bwyta gartref**

### **Dyddiadau 'defnyddio erbyn'**

- Dywedodd dros ddwy ran o dair (69%) o'r ymatebwyr taw'r dyddiad 'defnyddio erbyn' yw'r wybodaeth sy'n dangos nad yw bwyd yn ddiogel i'w fwyta mwyach.
- Dywedodd tua dwy ran o dair (67%) o'r ymatebwyr eu bod bob amser yn gwirio'r dyddiadau 'defnyddio erbyn' cyn iddynt goginio neu baratoi bwyd
- Dywedodd y rhan fwyaf o'r ymatebwyr nad oeddent wedi bwyta pysgod cregyn (90%), pysgod eraill (82%), pysgod mwg (76%) neu gig amrwd (71%) ar ôl y dyddiad 'defnyddio erbyn' yn ystod y mis diwethaf.

## **Atal croeshalogi**

- Dywedodd dros hanner yr ymatebwyr (56%) nad ydynt byth yn golchi cyw iâr amrwd, tra bo 40% o'r ymatebwyr yn golchi cyw iâr amrwd o leiaf yn achlysurol.

## **Siopa bwyd: cynaliadwyedd a'r effaith amgylcheddol**

- Dywedodd bron i ddwy ran o dair (30%) o'r ymatebwyr eu bod yn prynu bwyd sydd ag effaith amgylcheddol isel bob tro neu'r rhan fwyaf o'r amser. Dywedodd hanner yr ymatebwyr taw bwyta llai o fwyd wedi'i brosesu (50%) sy'n cyfrannu fwyaf tuag at ddeiet cynaliadwy, a dywedodd 47% taw lleihau gwastraff bwyd sy'n cyfrannu ato fwyaf.
- Roedd y rhan fwyaf (59%) o'r ymatebwyr yn credu taw prynu bwyd a gynhyrchir yn lleol neu fwyd sydd yn ei dymor sy'n cyfrannu fwyaf at ddewisiadau siopa bwyd cynaliadwy. Fodd bynnag, dywedodd bron i 1 o bob 10 (9%) o'r ymatebwyr nad oeddent yn gwybod beth oedd yn cyfrannu fwyaf at ddewisiadau siopa bwyd cynaliadwy.

## **Deietau cynaliadwy, dewisiadau amgen i gig, a thechnolegau genetig**

- Y newidiadau mwyaf cyffredin a nodwyd gan ymatebwyr yn y 12 mis diwethaf oedd bwyta llai o fwyd wedi'i brosesu (40%) a dechrau lleihau gwastraff bwyd (40%).
- Dywedodd tua dwy ran o dair (32%) o'r ymatebwyr eu bod yn bwyta dewisiadau amgen i gig ar hyn o bryd; dywedodd 21% o'r ymatebwyr eu bod yn arfer bwyta dewisiadau amgen i gig ond nad ydynt yn eu bwyta bellach; a dywedodd 39% o'r ymatebwyr nad oeddent erioed wedi bwyta dewisiadau amgen i gig.
- Nododd ymatebwyr well ymwybyddiaeth o fwyd wedi'i addasu'n enetig (GM) (nid oedd 9% erioed wedi clywed am fwyd GM) na bwyd sydd wedi bod yn destun golygu genynnau neu olygu genomau (GE) (nid oedd 42% erioed wedi clywed am fwyd GE).

## **Diolchiadau**

Yn gyntaf oll, diolchwn i'r holl ymatebwyr am roi eu hamser i gymryd rhan yn yr arolwg.

Hoffem ddiolch i dîm Ipsos a wnaeth gyfraniad sylweddol i'r prosiect, yn enwedig David Candy, Charlie Peto, Christy Lai, Kathryn Gallop, Kelly Ward, Sally Horton, Hannah Hossein-Ali, a Dr Patten Smith.

Hoffem ddiolch i weithgor yr ASB, yr Uned Iaith Gymraeg, a'n cydweithwyr yn yr ASB – Joanna Disson a Clifton Gay.

Yn olaf, diolch i'n cynghorwyr allanol – yr Athro George Gaskell, yr Athro Anne Murcott, a Joy Dobbs am eu cyfarwyddyd a'u harweiniad gwerthfawr.

Awduron: Dr Beth Armstrong, Lucy King, Robin Clifford, Mark Jitlal, Ayla Ibrahimi Jarchlo, Katie Mears.