Pennod 3: Diogeledd bwyd

Cyflwyniad

“Ceir diogeledd bwyd pan fo gan bawb, ar bob adeg, fynediad ffisegol ac economaidd at fwyd digonol, diogel a maethlon sy'n bodloni eu hanghenion deietegol a’u dewisiadau bwyd ar gyfer byw bywyd bywiog ac iach”. Uwchgynhadledd Bwyd y Byd, 1996.

Mae Bwyd a Chi 2 yn defnyddio Modiwl Arolwg Diogeledd Bwyd Oedolion yr Unol Daleithiau a luniwyd gan Adran Amaethyddiaeth yr Unol Daleithiau (USDA) i fesur diogeledd bwyd defnyddwyr.

Ceir rhagor o wybodaeth am sut y caiff diogeledd bwyd ei fesur, a sut y caiff dosbarthiadau eu neilltuo a’u diffinio, yn Atodiad A, ac ar wefan Mynediad Diogeledd Bwyd yr USDA.

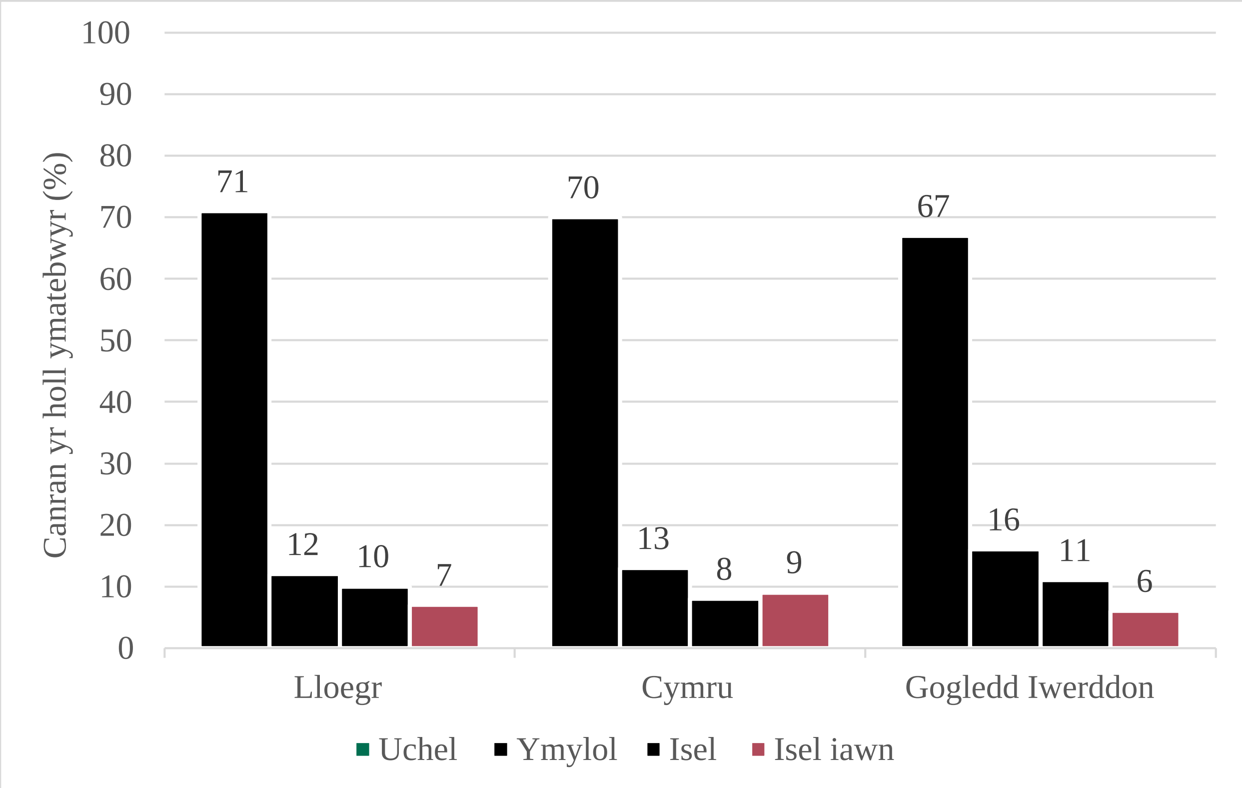
Diogeledd bwyd

Ledled Cymru, Lloegr a Gogledd Iwerddon, cafodd 82% o’r ymatebwyr eu dosbarthu fel pobl â diogeledd bwyd (70% uchel, 12% ymylol), a chafodd 18% o’r ymatebwyr eu dosbarthu fel pobl â diffyg diogeledd bwyd (10% isel, 7% isel iawn) (footnote 1).

Ffigur 6: Diogeledd bwyd yng Nghymru, Lloegr a Gogledd Iwerddon

Newid i weld tabl a fersiwn hygyrch

Newid i weld siart



?Gwlad	Uchel	Ymylol	Isel	Isel iawn
Lloegr	71	12	10	7
Cymru	70	13	8	9
Gogledd Iwerddon	67	16	11	6

Lawrlwytho'r siart hon

Delwedd .csv

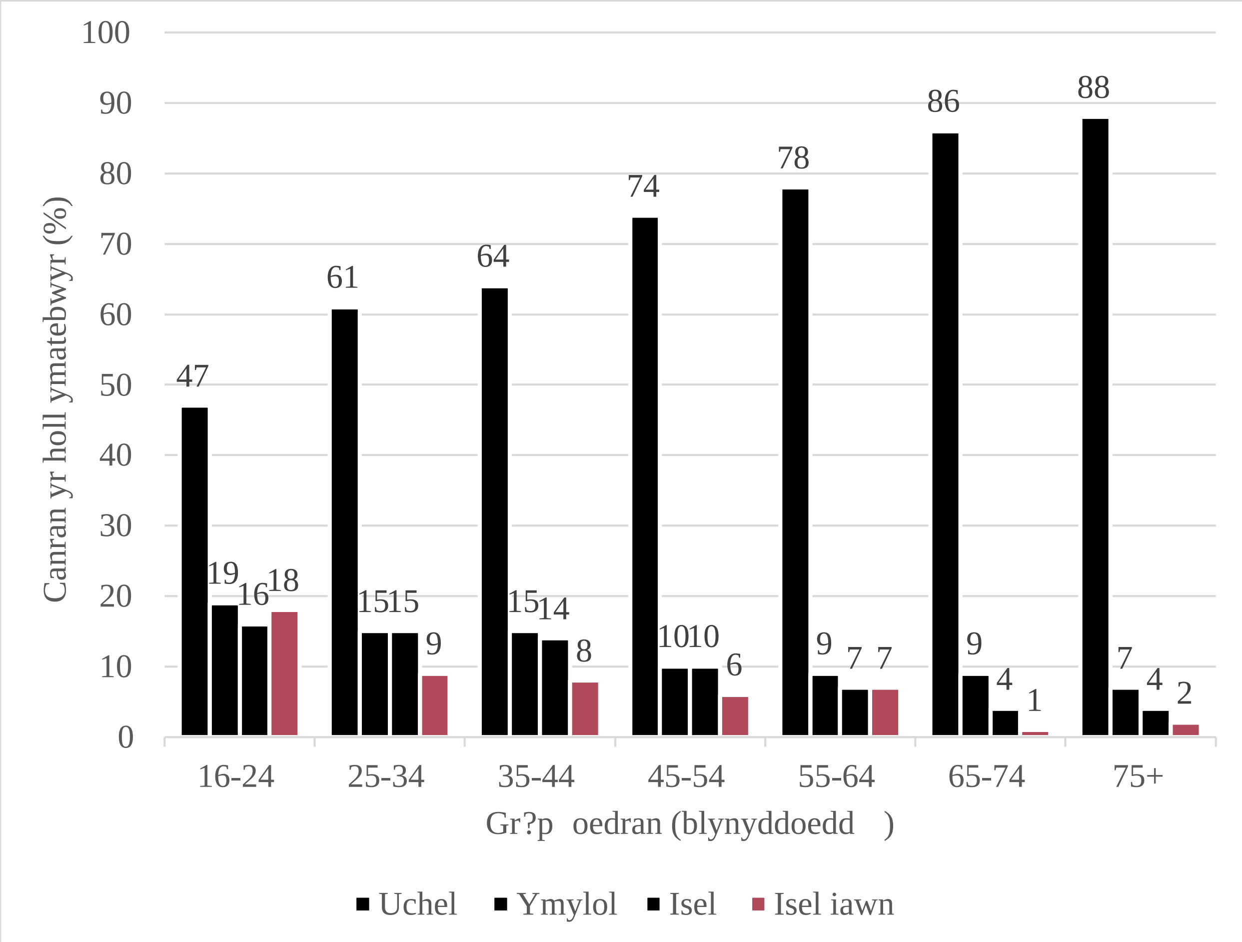
Ffynhonnell: Bwyd a Chi 2: Cylch 4

Roedd lefelau diogeledd bwyd yn debyg ledled Cymru, Lloegr a Gogledd Iwerddon Roedd tuag 8 o bob 10 o'r ymatebwyr â diogeledd bwyd (hynny yw, roedd ganddynt ddiogeledd bwyd uchel neu ymylol) yng Nghymru (83%), Lloegr (82%) a Gogledd Iwerddon (82%). Roedd gan oddeutu 1 o bob 6 o'r ymatebwyr ddiffyg diogeledd bwyd (hynny yw, roedd ganddynt ddiogeledd bwyd isel neu isel iawn) yng Nghymru (17%), Lloegr (18%) a Gogledd Iwerddon (18%) (Ffigur 6).

Ffigur 7: Diogeledd bwyd yn ôl gr?p oedran

Newid i weld tabl a fersiwn hygyrch

Newid i weld siart



?Gr?p oedran	Uchel	Ymylol	Isel	Isel iawn
16-24	47	19	16	18
25-34	61	15	15	9
35-44	64	15	14	8
45-54	74	10	10	6
55-64	78	9	7	7
65-74	86	9	4	1
75+	88	7	4	2

Lawrlwytho’r siart hon

Delwedd .csv

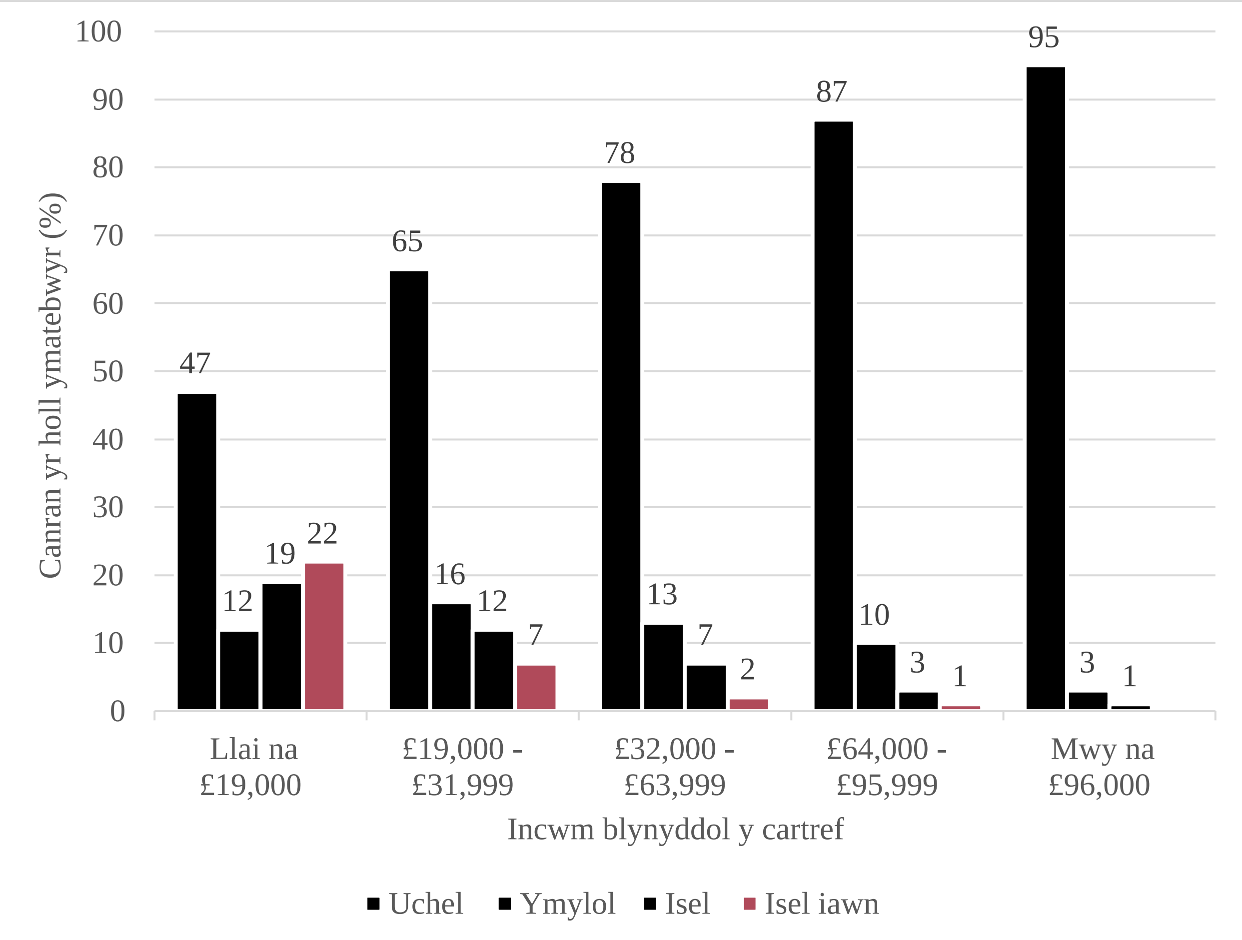
Ffynhonnell: Bwyd a Chi 2: Cylch 4

Roedd diogeledd bwyd yn amrywio yn ôl gr?p oedran gydag oedolion h?n yn fwy tebygol o ddweud bod ganddynt ddiogeledd bwyd ac yn llai tebygol o ddweud bod ganddynt ddiffyg diogeledd bwyd nag oedolion iau. Er enghraifft, roedd 34% (16% isel, 18% isel iawn) o'r ymatebwyr rhwng 16 a 24 oed â diffyg diogeledd bwyd o gymharu â 5% o'r rheiny 75 oed a h?n (Ffigur 7).

Ffigur 8: Diogeledd bwyd yn ôl incwm y cartref

Newid i weld tabl a fersiwn hygyrch

Newid i weld siart



Incwm blynyddol y cartref	Uchel	Ymylol	Isel	Isel iawn
Llai na ?19,000	47	12	19	22
?19,000 - ?31,999	65	16	12	7
?32,000 - ?63,999	78	13	7	2
?64,000 - ?95,999	87	10	3	1

Incwm blynyddol y cartref	Uchel	Ymylol	Isel	Isel iawn
Mwy na ?96,000	95	3	1	

Lawrlwytho'r siart hon

Delwedd .csv

Ffynhonnell: Bwyd a Chi 2: Cylch 4

Roedd diogeledd bwyd yn gysylltiedig ag incwm y cartref. Roedd ymatebwyr ag incwm uwch yn fwy tebygol o ddweud fod ganddynt diogeledd bwyd na'r rheiny ag incwm is. Er enghraifft, nododd 95% o ymatebwyr ag incwm dros £96,000 fod ganddynt ddiogeledd bwyd uchel o gymharu â 47% o'r rheiny ag incwm llai nag £19,000 (Ffigur 8). Nododd pedwar o bob deg (40%) o'r rheiny ag incwm y cartref blynyddol o lai nag £19,000 fod ganddynt ddiogeledd bwyd isel neu isel iawn.

Roedd lefelau diogeledd bwyd cofnodedig hefyd yn amrywio rhwng gwahanol gategorïau o bobl yn y ffyrdd canlynol:

- Maint cartrefi: roedd cartrefi llai (er enghraifft, 86% o gartrefi un person) yn fwy tebygol o adrodd bod ganddynt ddiogeledd bwyd uchel o gymharu â chartrefi gyda mwy na 5 o bobl (72%).
- Plant dan 16 oed yn y cartref: dywedodd 85% o'r cartrefi heb blant dan 16 oed fod ganddynt ddiogeledd bwyd o gymharu â 75% o'r cartrefi â phlant o dan 16 oed.
- NS-SEC: roedd diogeledd bwyd yn fwy tebygol o gael ei nodi gan ymatebwyr yn y rhan fwyaf o grwpiau galwedigaethol (er enghraifft, 88% o'r rheiny mewn galwedigaethau rheoli, gweinyddol, a phroffesiynol), o gymharu â'r rheiny mewn galwedigaethau gwaith lled-ailadroddus ac ailadroddus (73%), a myfyrwyr amser llawn (71%). Y rheiny a oedd yn ddi-waith yn y tymor hir a/neu erioed wedi gweithio (44%) oedd leiaf tebygol o fod â diogeledd bwyd.
- Gr?p ethnig: roedd ymatebwyr gwyn (85%) yn fwy tebygol o ddweud bod ganddynt ddiogeledd bwyd o gymharu ag ymatebwyr Asiaidd neu Asiaidd Prydeinig (66%).
- Cyflwr iechyd hirdymor: roedd ymatebwyr nad oedd ganddynt gyflwr iechyd hirdymor (88%) yn fwy tebygol o ddweud bod ganddynt ddiogeledd bwyd o gymharu â'r rheiny â chyflwr iechyd hirdymor (73%).

Defnyddio banciau bwyd

Gofynnwyd i'r ymatebwyr a ydyn nhw, neu unrhyw un arall yn eu cartref, wedi cael parsel bwyd am ddim gan fanc bwyd neu ddarparwr bwyd brys arall yn ystod y 12 mis diwethaf. Dywedodd y rhan fwyaf o'r ymatebwyr (93%) nad oeddent wedi defnyddio banc bwyd neu ddarparwr bwyd brys arall yn ystod y 12 mis diwethaf; nododd 4% o'r ymatebwyr eu bod nhw wedi (footnote 2).

Gofynnwyd i ymatebwyr a oedd wedi cael parsel bwyd gan fanc bwyd neu ddarparwr arall nodi pa mor aml yr oeddent wedi cael parsel bwyd yn ystod y 12 mis diwethaf. O blith yr ymatebwyr hyn, roedd tua thraean (34%) wedi cael parsel bwyd ar un achlysur yn unig yn ystod y 12 mis diwethaf; roedd 51% wedi cael parsel bwyd ar fwy nag un achlysur ond yn llai aml na phob mis; ac roedd 8% wedi cael parsel bwyd bob mis neu'n amlach (footnote 3).

Prydau ysgol, clybiau prydau, a thalebau Cychwyn Iach

63TGofynnwyd i ymatebwyr â phlant rhwng 7 a 15 oed yn eu cartref a yw eu plant yn cael prydau ysgol am ddim. Dywedodd y rhan fwyaf (80%) o’r ymatebwyr gyda phlentyn/plant rhwng 7 a 15 oed yn eu cartref nad oedd y plentyn/plant yn cael prydau ysgol am ddim. Nododd oddeutu un o bob pump (19%) o’r ymatebwyr fod y plentyn/plant yn cael prydau ysgol am ddim (footnote 4).

63TGofynnwyd i ymatebwyr â phlant rhwng 7 ac 15 oed yn eu cartref a oedd y plentyn/plant wedi cymryd rhan mewn clwb ysgol lle darparwyd pryd o fwyd yn ystod y 12 mis diwethaf. Dywedodd y rhan fwyaf o’r ymatebwyr (74%) nad oedd y plentyn/plant yn eu cartref wedi mynychu un o'r clybiau hyn yn ystod y 12 mis diwethaf. Dywedodd 1 o bob 7 (15%) o’r ymatebwyr fod y plentyn/plant yn eu cartref wedi mynychu clwb brecwast cyn ysgol, dywedodd 8% fod y plentyn/plant wedi cymryd rhan mewn clwb ar ôl ysgol lle cawsant bryd o fwyd; a dywedodd 6% fod y plentyn/plant wedi cymryd rhan mewn clwb cinio a gweithgareddau a gynhaliwyd yn ystod gwyliau ysgol (footnote 5).

63TGofynnwyd i ymatebwyr a oedd â phlant rhwng 0 a 4 oed yn eu cartref neu a oedd yn feichiog a ydynt yn cael talebau Cychwyn Iach. Dywedodd y rhan fwyaf o’r ymatebwyr (88%) nad ydynt yn cael talebau Cychwyn Iach; fe wnaeth 6% o'r ymatebwyr ddweud eu bod yn cael y talebau (footnote 6).

1. Cwestiwn / Ymatebion: Newidyn deilliedig, gweler canllawiau yr USDA ar Ddiogeledd Bwyd a’r Adroddiad Technegol. Sylfaen= 5796, yr holl ymatebwyr. Pwysig: Gweler Atodiad A am wybodaeth am ddosbarthiadau a diffiniadau lefelau diogeledd bwyd.

2. Yn ystod y 12 mis diwethaf, a ydych chi, neu unrhyw un arall yn eich cartref, wedi cael parsel bwyd am ddim gan fanc bwyd neu ddarparwr bwyd brys arall? Ymatebion: Ydw/Ydyn, Nac ydw/Nac ydyn, Mae’n well gennyf beidio â dweud. Sylfaen = 3745, pob un a ymatebodd ar-lein.

3. Cwestiwn: Pa mor aml yn ystod y 12 mis diwethaf ydych chi, neu unrhyw un arall yn eich cartref, wedi cael parsel bwyd am ddim gan fanc bwyd neu ddarparwr bwyd brys arall? Ymatebion: Dim ond unwaith yn ystod y flwyddyn ddiwethaf, Dwy neu dair gwaith yn ystod y flwyddyn ddiwethaf, Pedair i chwe gwaith yn ystod y flwyddyn ddiwethaf, Mwy na chwe gwaith ond nid pob mis, Bob mis neu’n amlach, Ddim yn gwybod, Mae’n well gennyf beidio â dweud. Sylfaen = 123, yr holl ymatebwyr a nododd fod rhywun yn eu cartref wedi defnyddio banc bwyd neu fwyd brys neu wedi cael parsel bwyd gan fanc bwyd neu ddarparwr bwyd brys arall yn ystod y 12 mis diwethaf.

4. Cwestiwn: A yw unrhyw blentyn yn cael prydau ysgol am ddim? Ymatebion: Ydyn, Nac ydyn, Ddim yn gwybod, Mae’n well gennyf beidio â dweud. Sylfaen = 1020, yr holl ymatebwyr a oedd â phlentyn/plant rhwng 7 a 15 oed yn byw yn y cartref. Mae’r meini prawf cymhwysedd ar gyfer prydau ysgol am ddim yn amrywio rhwng Cymru, Lloegr a Gogledd Iwerddon.

5. Cwestiwn: A wnaeth eich plentyn/unrhyw un o’r plant yn eich cartref fynd i unrhyw un o’r canlynol yn ystod y 12 mis diwethaf? Ymatebion: Clwb brecwast cyn ysgol, Clwb ar ôl ysgol lle cawsant bryd o fwyd (te/cinio), Clwb cinio a gweithgareddau a oedd yn cael ei gynnal yn ystod gwyliau ysgol yn unig, Dim un o’r rhain, Ddim yn gwybod. Sylfaen = 792, yr holl ymatebwyr â phlentyn/plant rhwng 5 a 15 oed yn y cartref.

6. Cwestiwn: Ydych chi’n cael talebau Cychwyn Iach ar eich cyfer chi eich hunan neu ar gyfer eich plant? Ymatebion : Ydw, Nac ydw, Ddim yn gwybod, Mae’n well gennyf beidio â dweud. Sylfaen = 469, yr holl ymatebwyr a ymatebodd ar-lein sy'n feichiog neu sydd â phlentyn/plant rhwng 0 a 4 oed yn eu cartref, a phawb a lenwodd yr holiadur papur sydd â phlentyn/plant rhwng 0 a 4 oed yn byw yn eu cartref.