

# Bwyd a Chi 2 Cylch 7: Pennod 6 Bwydydd newydd

## Cyflwyniad

Gweledigaeth yr ASB fel y'i hamlinellir yn [Strategaeth 2022-2027](#) yw system fwyd lle mae 'bwyd yn iachach ac yn fwy cynaliadwy'. Mae hyn yn rhoi ystyriaeth i iechyd a chynaliadwyedd deietegol fel blaenoriaethau cynyddol ar gyfer Llywodraeth Cymru, Llywodraeth y DU, Gweithrediaeth Gogledd Iwerddon, a defnyddwyr.

Yr ASB sy'n gyfrifol am [awdurdodi bwydydd newydd](#). Cadarnhawyd statws bwyd newydd canabidiol (CBD) yng [Nghymru a Lloegr ym mis Ionawr 2019](#). Yng [Ngogledd Iwerddon](#), mae cynhyrchion bwyd CBD yn fwydydd newydd heb eu hawdurdodi.

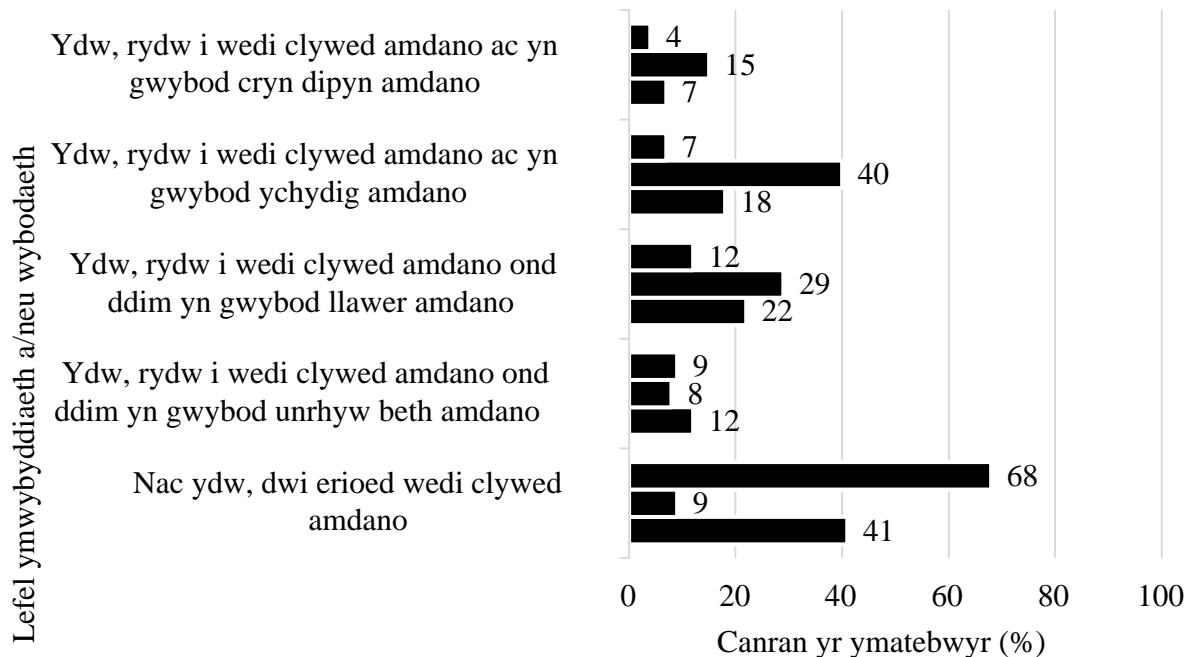
Mae gan [Adran yr Amgylchedd, Bwyd a Materion Gwledig \(Defra\)](#) gylch gwaith eang ac mae'n chwarae rhan fawr wrth gynyddu cynaliadwyedd, cynhyrchiant a gwytnwch y sectorau amaethyddiaeth, pysgota, bwyd a diod, gwella bioddiogelwch ar y ffin, a chodi safonau lles anifeiliaid. Yn ogystal, mae [Defra yn goruchwyllo'r gwaith o reoleiddio](#) technolegau genetig fel organebau a addaswyd yn enetig (GMO), organebau sydd wedi bod yn destun golygu genynnau (GE) ac organebau wedi'u bridio'n fanwl ([footnote 1](#)).

## Ymwybyddiaeth o fwydydd sydd wedi bod yn destun golygu genynnau (GE), bwydydd wedi'u haddasu'n enetig (GM) a bwydydd wedi'u bridio'n fanwl

**Ffigur 21. Ymwybyddiaeth a gwybodaeth am fwyd wedi'i addasu'n enetig (GM), bwyd sydd wedi bod yn destun golygu genynnau/golygu genomau (GE) a bwyd wedi'i fridio'n fanwl.**

Newid i weld tabl a fersiwn hygyrch

Newid i weld siart



- Bwyd wedi'i fridio'n fanwl
- Bwyd wedi'i addasu yn enetig (bwyd GM)
- Bwyd sydd wedi bod yn destun golygu genynnau neu genomau

<b>?Lefel ymwybyddiaeth a/neu wybodaeth</b>	<b>Bwyd wedi'i addasu yn enetig (bwyd GM)</b>	<b>Bwyd sydd wedi bod yn destun golygu genynnau neu genomau</b>	<b>Bwyd wedi'i fridio'n fanwl</b>
Nac ydw, dwi erioed wedi clywed amdano	9	41	68
Ydw, rydw i wedi clywed amdano ond ddim yn gwybod unrhyw beth amdano	8	12	9
Ydw, rydw i wedi clywed amdano ond ddim yn gwybod llawer amdano	29	22	12
Ydw, rydw i wedi clywed amdano ac yn gwybod ychydig amdano	40	18	7

?Lefel ymwybyddiaeth a/neu wybodaeth	Bwyd wedi'i addasu yn enetig (bwyd GM)	Bwyd sydd wedi bod yn destun golygu genynnau neu genomau	Bwyd wedi'i fridio'n fanwl
Ydw, rydw i wedi clywed amdano ac yn gwybod cryn dipyn amdano	15	7	4

Lawrlwytho'r siart hon

[Delwedd .csv](#)

Ffynhonnell: Bwyd a Chi 2: Cylch 7

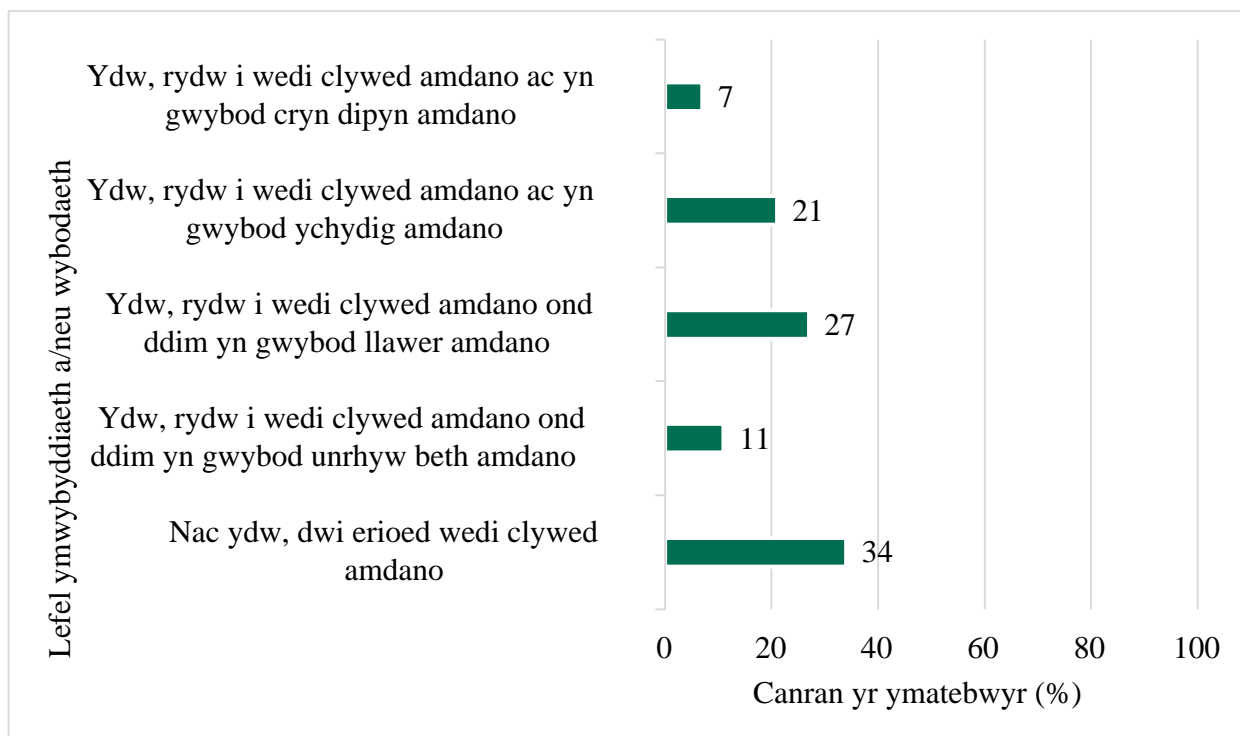
Gofynnwyd i'r ymatebwyr a oeddent erioed wedi clywed am fwyd wedi'i addasu'n enetig (GM), bwyd sydd wedi bod yn destun golygu genynnau neu olygu genomau a bwyd wedi'i fridio'n fanwl. Adroddodd yr ymatebwyr fod ganddyn nhw fwy o ymwybyddiaeth a gwybodaeth am fwyd a addaswyd yn enetig (GM) na bwyd sydd wedi bod yn destun golygu genynnau neu olygu genomau (GE) ac roeddent â'r wybodaeth leiaf am fwyd wedi'i fridio'n fanwl. Er enghraifft, nid oedd 68% o'r ymatebwyr erioed wedi clywed am fwyd wedi'i fridio'n fanwl, lle roedd 41% o'r ymatebwyr erioed wedi clywed am fwyd GE. Nid oedd 9% o'r ymatebwyr erioed wedi clywed am fwyd GM (Ffigur 21) [\(footnote 2\)](#).

## Ymwybyddiaeth a defnydd o Ganabidiol (CBD)

### Ffigur 22. Ymwybyddiaeth o ganabidiol (CBD) a gwybodaeth amdano.

Newid i weld tabl a fersiwn hygyrch

Newid i weld siart



<b>?Lefel ymwybyddiaeth a/neu wybodaeth</b>	<b>Canran yr ymatebwyr (%)</b>		
Nac ydw, dwi erioed wedi clywed amdano	34		
Ydw, rydw i wedi clywed amdano ond ddim yn gwybod unrhyw beth amdano	11		
Ydw, rydw i wedi clywed amdano ond ddim yn gwybod llawer amdano	27		
Ydw, rydw i wedi clywed amdano ac yn gwybod ychydig amdano	21		
Ydw, rydw i wedi clywed amdano ac yn gwybod cryn dipyn amdano	7		

Lawrlwytho'r siart hon

[Delwedd .csv](#)

Ffynhonnell: Bwyd a Chi 2: Cylch 7

Gofynnwyd i'r ymatebwyr a oedden nhw erioed wedi clywed am ganabidiol (CBD). Roedd tua hanner (55%) yr ymatebwyr wedi clywed am CBD: dywedodd 7% eu bod yn gwybod cryn dipyn amdano; dywedodd 21% eu bod yn gwybod ychydig amdano; dywedodd 27% nad ydyn nhw'n gwybod llawer amdano, a dywedodd 11% nad ydyn nhw'n gwybod dim amdano. Dywedodd tua thraean (34%) yr ymatebwyr nad oedden nhw erioed wedi clywed am CBD (Ffigur 22) [\(footnote 3\)](#).

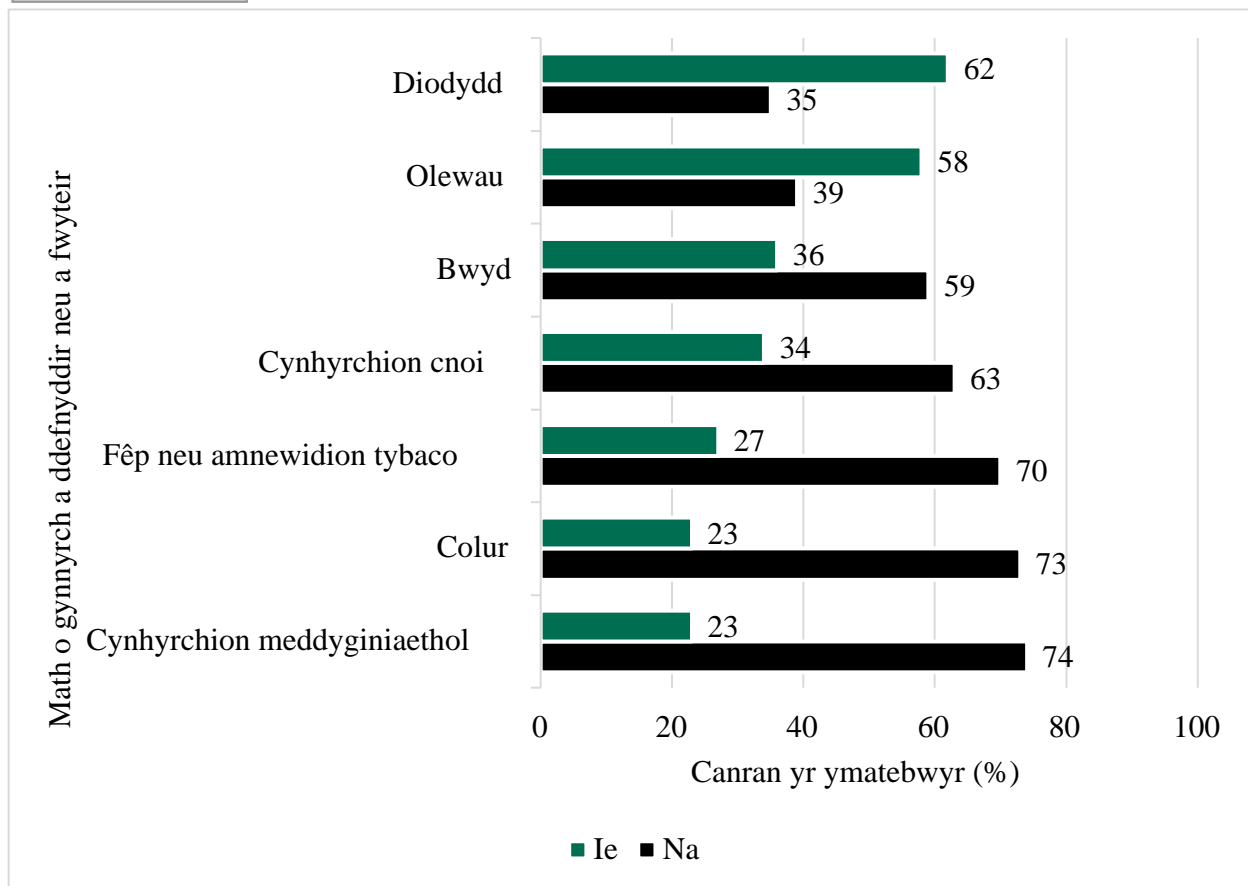
Gofynnwyd i'r ymatebwyr a oeddent wedi defnyddio neu fwyta CBD yn ystod y 12 mis blaenorol. Dywedodd dros 1 o bob 10 (14%) o'r ymatebwyr eu bod wedi defnyddio neu fwyta CBD a dywedodd 60% o'r ymatebwyr nad oeddent wedi defnyddio na bwyta CBD. Dywedodd chwarterer (25%) yr ymatebwyr nad oeddent nhw'n gwybod a oeddent nhw wedi defnyddio neu fwyta CBD ([footnote 4](#)) yn ystod y 12 mis blaenorol.

Gofynnwyd i'r ymatebwyr a oedd wedi defnyddio neu fwyta CBD yn ystod y 12 mis blaenorol sut y gwnaethant benderfynu ar ddos neu faint dogn addas. Y dulliau mwyaf cyffredin o benderfynu ar ddos neu faint dogn addas oedd dilyn y cyfarwyddiadau ar y pecyn neu'r label (58%), ymchwilio i'r pwnc ar y we (22%), a monitro'r effaith mae'n ei gael a chynyddu/lleihau'r dos yn ôl yr angen (21%) ([footnote 5](#)).

## Ffigur 23. Mathau o gynnyrch cannabidiol (CBD) a ddefnyddir neu a fwyteir ymhlith defnyddwyr CBD.

Newid i weld tabl a fersiwn hygyrch

Newid i weld siart



?Math o gynnyrch a ddefnyddir neu a fwyteir	Ie	Na
Cynhyrchion meddyginiaethol	23	74
Colur	23	73

?Math o gynnych a ddefnyddir neu a fwyteir	le	Na
Fêp neu amnewidion tybaco	27	70
Cynhyrchion cnoi	34	63
Bwyd	36	59
Olewau	58	39
Diodydd	62	35

Lawrlwytho'r siart hon

[Delwedd .csv](#)

Ffynhonnell: Bwyd a Chi 2: Cylch 7

Gofynnwyd i'r ymatebwyr a oedd wedi defnyddio neu fwyta CBD yn ystod y 12 mis blaenorol pa mor aml yr oeddent wedi defnyddio neu fwyta gwahanol fathau o gynhyrchion CBD. Dywedodd tua 6 o bob 10 o'r ymatebwyr eu bod wedi yfed diodydd (62%) neu olewau (58%) yn cynnwys CBD. Dywedodd tua thraean yr ymatebwyr eu bod wedi bwyta bwyd (36%) neu gynhyrchion cnoi (34%) yn cynnwys CBD. Roedd tua chwarter yr ymatebwyr wedi defnyddio fêps neu gynhyrchion tybaco (27%), colur (23%) neu gynhyrchion meddyginiaethol (23%) yn cynnwys CBD (Ffigur 23) ([footnote 6](#)).

1. Mae bridio manwl yn ffordd o newid DNA planhigion neu anifeiliaid mewn ffordd fanwl gywir, gan ddefnyddio technegau gan gynnwys golygu genynnau. Mae golygu genynnau yn defnyddio ensymau arbenigol i dorri DNA ar bwyntiau penodol. Mae'n rhaid i'r newidiadau hyn fod yn rhai a allai fod wedi cael eu gwneud gan ddefnyddio dulliau traddodiadol o fridio planhigion ac anifeiliaid.
2. Cwestiwn: Ydych chi erioed wedi clywed am...A/B? A) Bwyd sydd wedi'i addasu'n enetig (bwyd GM)? B) Bwyd sydd wedi bod yn destun golygu genynnau neu olygu genomau C) Bwyd wedi'i fridio'n fanwl? Ymatebion: Ydw, rydw i wedi clywed amdano ac yn gwybod cryn dipyn amdano; Ydw, rydw i wedi clywed amdano ac yn gwybod ychydig amdano; Ydw, rydw i wedi clywed amdano ond dydw i ddim yn gwybod llawer amdano; Ydw, rydw i wedi clywed amdano ond dydw i ddim yn gwybod dim amdano; Na, dydw i erioed wedi clywed amdano. Sylfaen= 5812, pawb a ymatebodd.
3. Cwestiwn: Ydych chi wedi clywed am Ganabidiol, y cyfeirir ato'n aml fel CBD? Ymatebion: Ydw, rydw i wedi clywed amdano ac yn gwybod cryn dipyn amdano; Ydw, rydw i wedi clywed amdano ac yn gwybod ychydig amdano; Ydw, rydw i wedi clywed amdano ond dydw i ddim yn gwybod llawer amdano; Ydw, rydw i wedi clywed amdano ond dydw i ddim yn gwybod dim amdano; Na, dydw i erioed wedi clywed amdano. Sylfaen = 3617, pawb a ymatebodd ar-lein.

4. Cwestiwn: Ydych chi wedi defnyddio cynhyrchion sy'n cynnwys Canabidiol (CBD) yn ystod y 12 mis diwethaf? Ymatebion: Ydw, Nac ydw, Ddim yn gwybod, Mae'n well gennyf beidio â dweud. Sylfaen = 2481, yr holl ymatebwyr ar-lein sydd wedi clywed am Ganabidiol.
  
5. Cwestiwn: Wrth ddefnyddio/bwyta cynhyrchion sy'n cynnwys canabidiol (CBD), sut ydych chi'n penderfynu dbeth yw dos neu ddogn addas? Ymatebion: Trwy fonitro'r effaith y mae'n ei chael arnaf a chynyddu/lleihau'r dos yn ôl yr angen, Dilyn y cyfarwyddiadau ar y pecyn neu'r label, Dilyn cyngor gan fy meddyg, Dilyn cyngor gan fferylllydd neu gynorthwydd siop, Ymchwilio am y pwnc ar y we, Nid yw hyn yn rhywbeth rydw i'n meddwl amdano, Arall. Sylfaen = 295, Pawb a ymatebodd ar-lein sydd wedi defnyddio/bwyta cynhyrchion sy'n cynnwys Canabidiol yn ystod y 12 mis diwethaf.
  
6. Cwestiwn: Pa mor aml y cawsant eu defnyddio neu eu cymryd yn ystod y 12 mis diwethaf... a) Diodydd; b) Bwyd; c) Olewau; d) Cynhyrchion cnoi; e) Cynhyrchion meddyginiaethol; f) Fêps neu amnewidion tybaco; g) Colur... (cynhyrchion sy'n cynnwys CBD)? Ymatebion: Y rhan fwyaf o ddiwrnodau neu bob dydd, Sawl gwaith yr wythnos, Tuag unwaith yr wythnos, Sawl gwaith y mis, Tuag unwaith y mis, Unwaith neu ambell waith dros y flwyddyn ddiwethaf, Byth. Sylfaen = 295, Pawb a ymatebodd ar-lein sydd wedi defnyddio/bwyta cynhyrchion sy'n cynnwys Canabidiol yn ystod y 12 mis diwethaf.