Arolwg defnyddwyr yr ASB yn dangos bod tua un o bob pedwar o bobl yn dal i fod â diffyg diogeledd bwyd

Mae adroddiad Cylch 8, a gyhoeddwyd heddiw, yn datgelu bod 24% o gyfranogwyr ledled Cymru, Lloegr a Gogledd Iwerddon wedi dweud eu bod yn dioddef o ddiffyg diogeledd bwyd. Mae hyn yn golygu bod ganddynt fynediad cyfyngedig neu ansicr at fwyd digonol.

Roedd lefelau diffyg diogeledd bwyd wedi codi'n raddol yn ystod y blynyddoedd diwethaf, o 15% yng Nghylch 3 (Ebrill – Mehefin 2021), i 25% yng Nghylch 6 (Hydref 2022 – Ionawr 2023) a Chylch 7 (Ebrill –Gorffennaf 2023).

Mae Cylch 8 hefyd wedi datgelu bod oedolion iau, y sawl sy'n ddi-waith yn yr hirdymor, cartrefi ag incwm is, cartrefi â phlant, a'r rheiny â chyflyrau iechyd hirdymor ymhlith y grwpiau sy'n fwy tebygol o nodi eu bod â diffyg diogeledd bwyd.?At hynny, mae 4% o'r ymatebwyr yn dweud eu bod wedi defnyddio banc bwyd neu ddarparwr bwyd brys yn ystod y 12 mis diwethaf.

Mae Cylch diweddaraf yr arolwg hefyd wedi dangos nad oedd 79% o'r ymatebwyr wedi codi unrhyw bryderon am y bwyd y maent yn ei fwyta. Fodd bynnag, pan gofynnwyd i ymatebwyr ddewis o blith rhestr o bynciau yn ymwneud â bwyd, y pryderon mwyaf cyffredin oedd prisiau bwyd (69%), ansawdd bwyd (65%), gwastraff bwyd (63%), a faint o siwgr sydd mewn bwyd (58%).

Dywedodd Katie Pettifer, Prif Weithredwr Dros Dro yr ASB:

> "Mae Bwyd a Chi 2 yn rhoi data cadarn i'r ASB a'r llywodraeth ehangach ar yr hyn y mae pobl yn ei feddwl ac yn ei wneud o ran bwyd. Mae'n destun pryder ein bod yn dal i weld lefelau uchel o ddiffyg diogeledd bwyd, a byddwn yn parhau i fonitro hyn.
>
> "Mae profiadau pobl yn hanfodol bwysig i waith yr ASB o ran diogelu iechyd y cyhoedd a buddiannau ehangach defnyddwyr mewn perthynas â bwyd. Byddwn yn parhau i rannu ein cyngor ar food.gov.uk i helpu pobl i wneud i'w bwyd fynd ymhellach, ac aros yn ddiogel ar yr un pryd."

Mae'r adroddiad hefyd yn nodi'r canlynol:

- Dywedodd 90% o'r ymatebwyr eu bod yn hyderus bod y bwyd y maent yn ei brynu yn ddiogel i'w fwyta.
- Dywedodd 72% o'r ymatebwyr a oedd ag leiaf rywfaint o wybodaeth 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 72% o'r ymatebwyr fod ganddynt hyder yn y gadwyn cyflenwi bwyd.
- Y newidiadau mwyaf cyffredin i arferion bwyta a nodwyd gan yr ymatebwyr oedd bwyta llai o fwyd wedi'i brosesu (43%) a dechrau lleihau gwastraff bwyd (38%).

Yngl?n â'r adroddiad:

Cynhaliwyd y gwaith maes ar gyfer Bwyd a Chi 2: Cylch 8 rhwng 12 Hydref 2023 ac 8 Ionawr 2024.?Cwblhawyd yr arolwg gan 5,808 o oedolion o 4,006 o gartrefi ledled Cymru, Lloegr a Gogledd Iwerddon. Am y tro cyntaf, cafodd y gwaith maes ei ehangu i gynnwys yr Alban, a bydd Safonau Bwyd yr Alban (FSS) yn adrodd ar y canfyddiadau hyn ar wahân yn ddiweddarach eleni.

Mae arolwg Bwyd a Chi 2 yn ystadegyn swyddogol ac mae’n mesur yr wybodaeth, yr agweddau a’r ymddygiadau o ran diogelwch bwyd a materion bwyd eraill, fel y’u cofnodir gan y defnyddwyr eu hunain.

Mae gwiriwr ffeithiau wrth fwyta gartref yr ASB yn cynnwys ambell air o gyngor i ddefnyddwyr ar sut i helpu i wneud y mwyaf o’ch bwyd a chadw’n ddiogel.

Darllen y gwaith ymchwil

Mae adroddiad llawn Cylch 8 ar gael yn yr adran ymchwil ar ein gwefan.