

# Bwyd a Chi 2, Cylch 8: Pennod 3 – Diogeled bwyd

## Cyflwyniad

Mae'r bennod hon yn adrodd am lefelau diogeled bwyd yng Nghymru, Lloegr a Gogledd Iwerddon, a sut roedd diogeled bwyd yn amrywio rhwng gwahanol gategoriâu o bobl.

“Mae diogeled bwyd yn bodoli pan fydd 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 Diogeled Bwyd Oedolion yr Unol Daleithiau](#) a ddatblygwyd gan Adran Amaeth yr Unol Daleithiau (USDA) i fesur statws diogeled bwyd defnyddwyr.

Mae'r ymatebwyr yn cael eu neilltuo i un o'r categorïau statws diogeled bwyd canlynol:

- Uchel: dim arwyddion o broblemau na chyfyngiadau o ran mynediad at fwyd.
- Diogeled bwyd ymylol: un neu ddau o arwyddion wedi'u nodi – fel arfer, pryder o ran a oes digon o fwyd neu brinder bwyd yn y t?. Ychydig neu ddim arwydd o newidiadau mewn deietau neu gymeriant bwyd.
- Isel: adroddiadau bod ansawdd, amrywiaeth neu ddymunoldeb deiet wedi gostwng. Ychydig neu ddim arwydd o gymeriant bwyd is.
- Isel iawn: adroddiadau o arwyddion lluosog o darfu ar batrymau bwyta a chymeriant bwyd is.

Cyfeirir at y rhai sydd â lefelau uchel neu ymylol o ddiogeled bwyd fel rhai sydd â diogeled bwyd. Cyfeirir at bobl â lefelau isel neu isel iawn o ddiogeled bwyd fel rhai â diffyg diogeled bwyd.

Ceir rhagor o wybodaeth am sut y caiff diogeled bwyd ei fesur, a sut y caiff dosbarthiadau eu neilltuo a'u diffinio, yn Atodiad A, ac ar [wefan Diogeled Bwyd yr USDA](#).

## Diogeled bwyd

Ar draws Cymru, Lloegr a Gogledd Iwerddon, cafodd 76% o'r ymatebwyr eu dosbarthu fel pobl â diogeled bwyd (60% â diogeled bwyd uchel, 16% â diogeled bwyd ymylol), a chafodd 24% o'r ymatebwyr eu dosbarthu fel pobl â diffyg diogeled bwyd (11% â diogeled bwyd isel, 13% â diogeled bwyd isel iawn). [\(footnote 1\)](#)

## Ffigur 5. Diogeled bwyd yng Nghymru, Lloegr a Gogledd Iwerddon

Newid i weld tabl a fersiwn hygyrch

Newid i weld siart

?Gwlad	Uchel	Ymylol	Isel	Isel iawn
Cymru	58	15	11	16
Lloegr	61	16	11	12
Gogledd Iwerddon	58	15	13	14

Lawrlwytho'r siart hon

[Delwedd .csv](#)

Ffynhonnell: Bwyd a Chi 2: Cylch 8

Roedd tua thri chwarter yr ymatebwyr â diogeled bwyd (hynny yw, roedd ganddyn nhw lefel uchel neu ymylol o ddiogeled bwyd) yng Nghymru (73%), Lloegr (77%) a Gogledd Iwerddon (73%). Roedd gan oddeutu chwarter yr ymatebwyr ddiffyg diogeled bwyd (hynny yw, roedd ganddyn nhw lefel isel neu isel iawn o ddiogeled bwyd) yng Nghymru (27%), Lloegr (23%) a Gogledd Iwerddon (27%) (Ffigur 5).

## Profiadau o ddiffyg diogeled bwyd

Gofynnwyd hyd at ddeg cwestiwn i'r ymatebwyr o Fodiwl Arolwg Diogeled Bwyd Oedolion UDA ([footnote 2](#)), a hynny er mwyn pennu eu dosbarthiad diogeled bwyd.

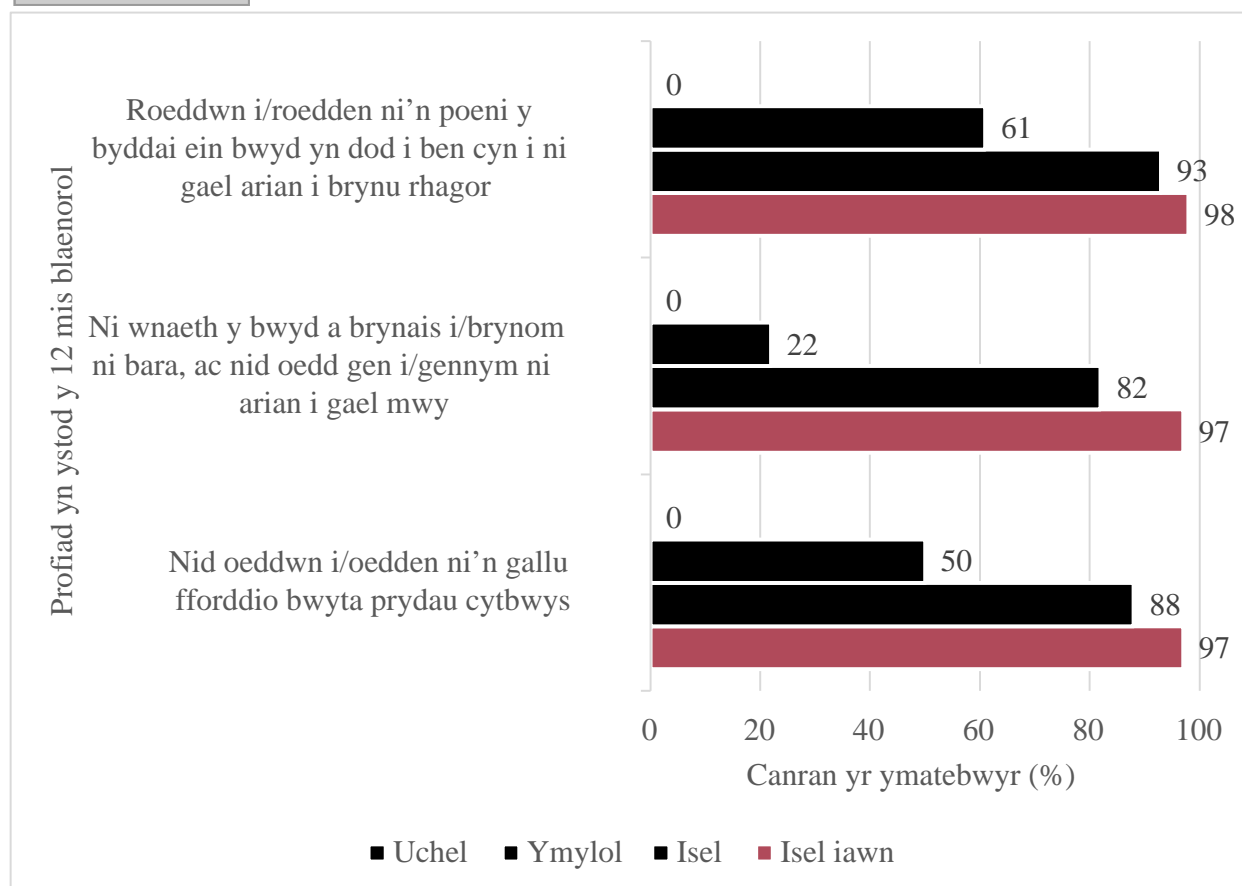
Gofynnwyd y tri chwestiwn cyntaf o'r modiwl arolwg diogeled bwyd i'r holl ymatebwyr. Gofynnwyd i'r ymatebwyr pa mor aml, os o gwbl, roedden nhw wedi profi unrhyw un o'r canlynol yn ystod y 12 mis blaenorol:

- Roeddwn i/roedden ni'n poeni y byddai ein bwyd yn dod i ben cyn i ni gael arian i brynu rhagor
- Ni wnaeth y bwyd a brynais i/brynom ni bara, ac nid oedd gen i/gennym ni arian i gael mwy
- Nid oeddwn i/oedden ni'n gallu fforddio bwyta prydau cytbwys

## Ffigur 6. Profiadau o ddiogeledd bwyd yn ôl dosbarthiad diogeledd bwyd.

Newid i weld tabl a fersiwn hygyrch

Newid i weld siart



?Profiad yn ystod y 12 mis blaenorol	Uchel	Ymylol	Isel	Isel iawn
Nid oeddwn i/oedden ni'n gallu fforddio bwyta prydau cytbwys	0	50	88	97
Ni wnaeth y bwyd a brynais i/brynom ni bara, ac nid oedd gen i/gennym ni arian i gael mwy	0	22	82	97
Roeddwn i/roedden ni'n poeni y byddai ein bwyd yn dod i ben cyn i ni gael arian i brynu rhagor	0	61	93	98

Lawrlwytho'r siart hon

[Delwedd .csv](#)

Ffynhonnell: Bwyd a Chi 2: Cylch 8

Yn seiliedig ar y 12 mis blaenorol:

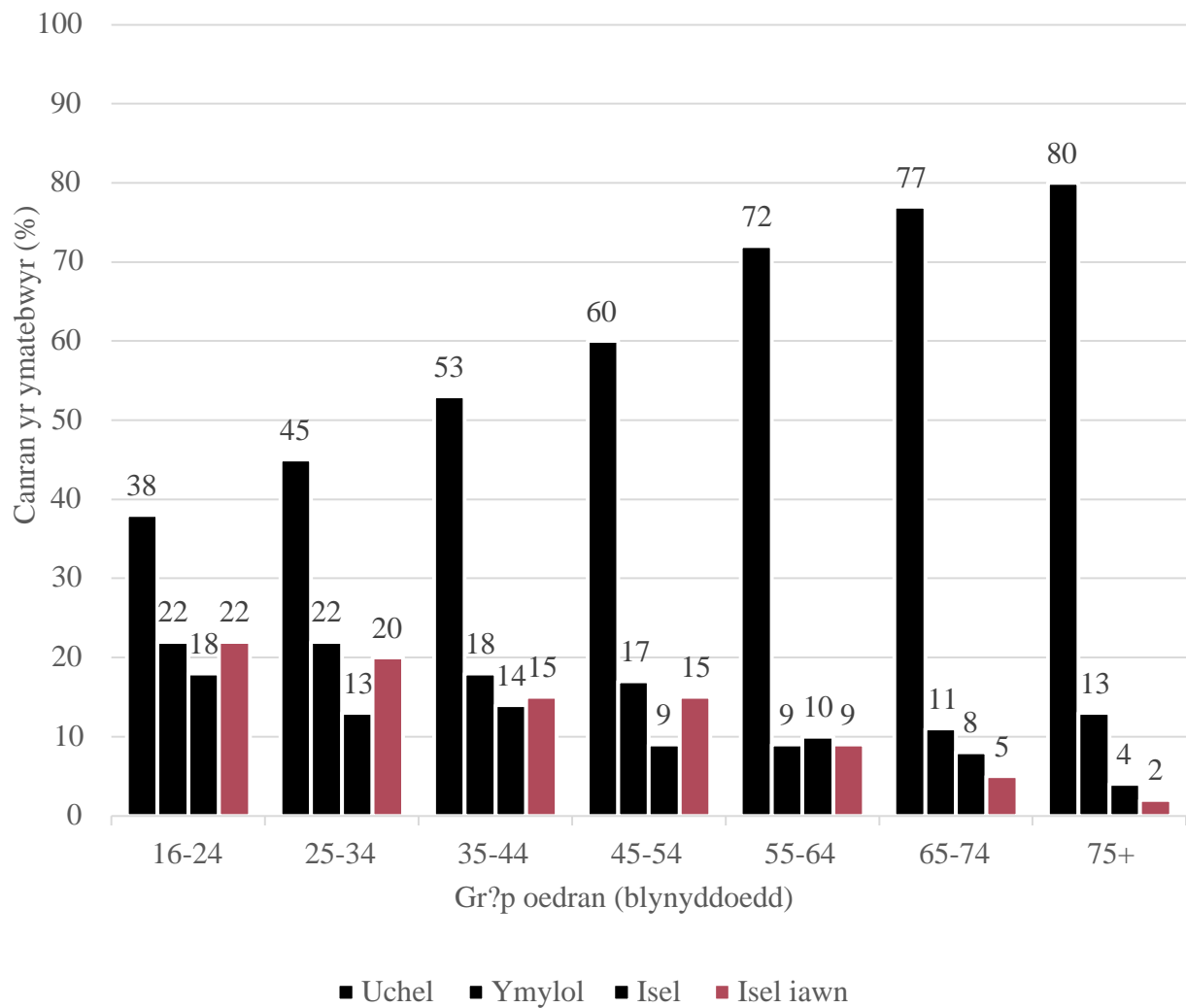
- Dywedodd 98% o'r rheiny â diogeled bwyd isel iawn, a 93% o'r rheiny â diogeled bwyd isel eu bod yn poeni a fyddai bwyd yn dod i ben cyn iddyn nhw gael arian i brynu mwy, wrth i 61% o'r rheiny â diogeled bwyd ymylol ddweud eu bod yn poeni am hyn.
- Roedd 97% o'r rheiny â diogeled bwyd isel iawn, ac 82% o'r rheiny â diogeled bwyd isel yn poeni nad oedd y bwyd a brynwyd ganddyn nhw'n para, ac nad oedd ganddyn nhw arian i gael mwy. Roedd llai na chwarter (22%) y rheiny â diogeled bwyd ymylol yn poeni am hyn.
- Dywedodd 97% o'r rheiny â diogeled bwyd isel iawn, ac 88% o'r rheiny â diogeled bwyd isel na allen nhw fforddio bwyta prydau cytbwys.
- Dywedodd hanner (50%) y rheiny â diogeled bwyd ymylol fod hyn yn wir amdany nhw.
- Dywedodd yr ymatebwyr â lefelau uchel o ddiogeled bwyd nad oedden nhw wedi cael unrhyw un o'r profiadau hyn yn ystod y 12 mis diwethaf (Ffigur 6).

**Sut mae diogeled bwyd yn amrywio rhwng grwpiau economaidd-gymdeithasol a demograffig**

## **Ffigur 7. Diogeled 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	38	22	18	22
25-34	45	22	13	20
35-44	53	18	14	15
45-54	60	17	9	15
55-64	72	9	10	9
65-74	77	11	8	5
75+	80	13	4	2

Lawrlwytho'r siart hon

[Delwedd .csv](#)

Ffynhonnell: Bwyd a Chi 2: Cylch 8

Roedd diogeledd bwyd yn amrywio yn ôl grŵp oedran gydag oedolion hŷn yn fwy tebygol o ddweud bod ganddyn nhw ddiogeledd bwyd ac yn llai tebygol o ddweud bod ganddyn nhw ddiffyg diogeledd bwyd nag oedolion iau. Er enghraifft, roedd 40% o'r ymatebwyr rhwng 16 a 24 oed â diffyg diogeledd bwyd (18% isel, 22% isel iawn) o gymharu â 6% o'r rheiny 75 oed a hŷn (4% isel, 2% isel iawn) (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 nag £19,000	34	13	19	35

?Incwm blynyddol y cartref	Uchel	Ymylol	Isel	Isel iawn
£19,000 – £31,999	53	17	13	18
£32,000 – £63,999	61	22	10	8
£64,000 – £95,999	77	16	6	
Mwy na £96,000	94	4	2	

Lawrlwytho'r siart hon

[Delwedd .csv](#)

Ffynhonnell: Bwyd a Chi 2: Cylch 8

Roedd diogeledd bwyd yn gysylltiedig ag incwm y cartref. Roedd yr ymatebwyr ag incwm is yn fwy tebygol o ddweud bod ganddyn nhw ddiffyg diogeledd bwyd na'r rheiny ag incwm uwch. Er enghraifft, nododd 54% o'r rheiny ag incwm cartref blynyddol o lai nag £19,000 ddiffyg diogeledd bwyd (19% isel, 35% isel iawn) o gymharu â 7% o'r rheiny ag incwm rhwng £64,000 a £95,999 (6% isel, llai na 0.5% isel iawn) (Ffigur 8).

## Ffigur 9. Diogeledd bwyd yn ôl dosbarthiad economaidd-gymdeithasol (NS-SEC)

Newid i weld tabl a fersiwn hygyrch

Newid i weld siart

<b>?Dosbarthiad NS-SEC</b>	<b>Uchel</b>	<b>Ymylol</b>	<b>Isel</b>	<b>Isel iawn</b>
Myfyriwr amser llawn	35	13	33	19
Yn ddi-waith yn y tymor hir a/neu erioed wedi gweithio	30	20	5	45



?Dosbarthiad NS-SEC	Uchel	Ymylol	Isel	Isel iawn
Galwedigaethau gwaith ailadroddus a lled-ailadroddus	47	17	14	21
Galwedigaethau goruchwyllo a thechnegol is	55	16	11	17
Cyflogwyr bach a gweithwyr ar eu liwt eu hunain	64	15	9	12
Galwedigaethau canolradd	60	19	11	10
Galwedigaethau rheolaethol, gweinyddol a phroffesiynol	68	15	8	8

Lawrlwytho'r siart hon

[Delwedd .csv](#)

Ffynhonnell: Bwyd a Chi 2: Cylch 8

Roedd yr ymatebwyr a oedd wedi bod yn ddi-waith yn y tymor hir a/neu nad oedden nhw erioed wedi gweithio (50%), myfyrwyr amser llawn (52%), a'r rheiny mewn galwedigaethau gwaith ailadroddus a lled-ailadroddus (36%) yn fwy tebygol o nodi nad oedd ganddyn nhw ddiogeledd bwyd o gymharu â'r rhan fwyaf o grwpiau galwedigaethol eraill (er enghraifft 17% o'r rheiny mewn galwedigaethau rheoli, gweinyddol a phroffesiynol) (Ffigur 9). [\(footnote 3\)](#)

Roedd lefel y diffyg diogeledd bwyd a nodwyd hefyd yn amrywio rhwng gwahanol gategoriâu o bobl yn y ffyrdd canlynol:

- Maint y cartref: roedd cartrefi â 5 neu fwy o bobl (34%) yn fwy tebygol o nodi bod ganddyn nhw ddiffyg diogeledd bwyd o gymharu â'r rheiny mewn cartrefi â 2 neu lai o bobl (19% mewn cartrefi â dau berson, 23% mewn cartrefi ag un person).
- Plant dan 16 oed yn y cartref: Dywedodd 31% o'r cartrefi â phlant dan 16 oed fod ganddyn nhw ddiffyg diogeledd bwyd o gymharu â 21% o'r cartrefi heb blant o dan 16 oed.
- Plant dan 6 oed yn y cartref: Dywedodd 37% o'r cartrefi â phlant dan 6 oed fod ganddyn nhw ddiffyg diogeledd bwyd o gymharu â 22% o'r cartrefi heb blant dan 6 oed.
- Grŵp ethnig: Dywedodd 33% o'r ymatebwyr Asiaidd neu Asiaidd Prydeinig fod ganddyn nhw ddiffyg diogeledd bwyd o gymharu â 21% o'r ymatebwyr gwyn. [\(footnote 4\)](#)
- Cyflwr iechyd hirdymor: Roedd yr ymatebwyr a oedd â chyflwr iechyd hirdymor (33%) yn fwy tebygol o ddweud bod ganddyn nhw ddiffyg diogeledd bwyd o gymharu â'r rheiny heb gyflwr iechyd hirdymor (19%).
- Rhanbarth (Lloegr) [\(footnote 5\)](#): Roedd yr ymatebwyr sy'n byw yng Ngorllewin Canolbarth Lloegr (31%), Swydd Efrog a'r Humber (27%) a Gogledd-ddwyrain Lloegr (33%) yn fwy tebygol o ddweud nad oes ganddyn nhw ddiogeledd bwyd na'r rheiny yn Llundain (17%) a De-ddwyrain Lloegr (18%).

## Defnyddio banciau bwyd

Gofynnwyd i'r ymatebwyr a oedden nhw, neu unrhyw un arall yn eu cartref, wedi cael parcel bwyd am ddim gan fanc bwyd neu ddarparwr bwyd brys arall yn ystod y 12 mis diwethaf. Dywedodd y rhan fwyaf o'r ymatebwyr (94%) nad oedden nhw wedi defnyddio banc bwyd neu ddarparwr bwyd brys arall yn ystod y 12 mis diwethaf; nododd 4% o'r ymatebwyr eu bod wedi defnyddio un o'r rhain. [\(footnote 6\)](#)

1. Cwestiwn/Ymatebion: Newidyn deilliedig, gweler [canllawiau'r USDA ar Ddiogeledd Bwyd a'r Adroddiad Technegol](#). Sylfaen = 5808, pawb a ymatebodd. Sylwer: Gweler Atodiad A am wybodaeth am ddsbarthiadau a diffiniadau o lefelau diogeledd bwyd.
2. Gweler [canllawiau Diogeledd Bwyd USDA i gael mwy o wybodaeth am yr arolwg a'r dosbarthiadau](#).
3. System ddsbarthu yw [Dosbarthiad Economaidd-gymdeithasol Ystadegau Gwladol \(NS-SEC\)](#) sy'n awgrymu sefyllfa economaidd-gymdeithasol unigolion ar sail statws cyflogaeth a galwedigaeth.
4. Sylwer: nid adroddir am ffigurau grwpiau ethnig eraill oherwydd maint sylfaen / sampl isel.
5. Dim ond yn Lloegr yr ystyriwyd gwahaniaethau rhanbarthol oherwydd bod maint sampl/sylfaen isel yng Nghymru a Gogledd Iwerddon.
6. Cwestiwn: Yn ystod y 12 mis diwethaf, ydych chi, neu unrhyw un arall yn eich cartref, wedi cael parcel bwyd am ddim gan fanc bwyd neu ddarparwr bwyd brys arall? Ymatebion: Ydw/Ydyn, Nac ydw/Nac ydyn, Mae'n well gennyf/gennym beidio â dweud. Sylfaen = 5808, pawb a ymatebodd.