



[Etusivu](#) › [Testattu](#) › [Tutkimukset](#) › [Suuri proteiinipatukkatutkimus](#)

Tutkimukset

Testing Lab toteuttaa erilaisia internet-kyselytutkimuksia keräten liikunnasta ja hyvinvoinnista kiinnostuneiden liikkujien mielipiteet koko Suomesta. Kyselytutkimusten voittajat valitaan suuren vastaajajoukon käyttökokemusten perusteella. Testing Labin toteuttamat julkiset tutkimukset ovat nähtävissä alla olevista linkeistä.

Suuri proteiinipatukkatutkimus

16.11.2017

Testing Labin toteuttama suuri proteiinipatukkatutkimus selvitti: Maku, laatu ja luonnollisuus ratkaisevat patukan valinnan

Ensimmäistä kertaa Suomessa toteutettu suuri proteiinipatukkatutkimus kiteytyy kolmeen asiaan: patukan valinnan ratkaisee maku ja ravinteikkaus, patukoita käytetään selvästi eniten välipaloina ja patukoilta vaaditaan tulevaisuudessa yhä enemmän laatua ja luonnollisuutta.

Testing Lab toteutti suuren proteiinipatukkatutkimuksen selvittääkseen suomalaisten proteiinipatukkakäyttötymistä, syitä käyttämättömyyteen sekä sen mikä proteiinipatukoissa on tärkeintä ja millaisia patukoiden tulisi olla tulevaisuudessa, jotta ne pystyvät vastaamaan kuluttajien tarpeisiin.

Tutkimuksessa oli mukana 29 proteiinipatukkamerkkiä. Tutkimukseen vastasi 712 liikkujaa huippu-urheilijoista terveysliikkujiin. Vastanneista 81 % ilmoitti käyttävänsä proteiinipatukoita. Proteiinipatukoita on perinteisesti käytetty ensisijaisesti urheilusuorituksesta palautumiseen. Tutkimus kuitenkin osoitti, että ennakkokäsityksistä poiketen proteiinipatukoiden suurin käyttötarkoitus on välipalakäyttö ja peräti 85 % vastaajista käyttää proteiinipatukoita välipalana. Aterian korvikkeenakin patukoita käyttää jo 23 % vastaajista. Urheilusuorituksesta palautumiseen proteiinipatukoita käyttää ”vain” puolet vastaajista. Välipalakäytössä korostuvat vastaajien kokemat proteiinipatukan nauttimisen suurimmat hyödyt: nopea ja helppo proteiininlähde, aikaa säästävä välipala ja terveellinen vaihtoehto makeannälkään.

Proteiinipatukan valinnassa painottuvat hyvä maku, ravinteikkaus, riittävän suuri proteiinin määrä ja proteiinin laadukkuus.

- Käyttäjistä on tullut terveystietoisempia eikä enää riitä, että tuotteessa on riittävä määrä proteiinia, vaan tuotteen laadusta kertoo käytetty proteiininlähde, **Matti Taini** tutkimuksen toteuttaneesta Testing Labista toteaa.

Puolet vastaajista kokee heraproteiinin parhaaksi proteiininlähteeksi. Kolmasosa vastaajista mieltää pähkinät ja siemenet parhaaksi proteiininlähteeksi niiden luonnollisuuden ja laadukkuuden ansiosta ja tulevaisuudessa proteiinipatukoihin toivotaankin enemmän pähkinöitä ja siemeniä laadukkaiksi proteiininlähteiksi.

Mielenkiintoista on sekin, että Suomessa myydyissä patukoissa yksi yleisimmin käytetyistä proteiineista on soijaproteiini ja sen mieltä parhaaksi proteiininlähteeksi vain 3 % vastaajista.

Suurimmat syyt proteiinipatukoiden käyttämättömyyteen liittyvät siihen, että liikkujat eivät koe saavansa patukoista riittävästi hyötyä ja he kokevat pärjäävänsä hyvin tavallisella ruualla. Heidän mielestään patukoiden tulisi olla ravinteikkaampia, terveellisempiä, luonnollisia ja paremman makuisia. Samaan aikaan lähes kolmasosa vastaajista toivoisi patukoiden olevan sokerittomia ja makeutusaineettomia, jotta he aloittaisivat käyttämään niitä.

- Sokerittomuus ja makeutusaineettomuus yhdistettynä hyvään makuun ei ole ihan helppo yhdistelmä, mutta kertoo tutkimuksen vastaajien ehdottaneen käytettäväksi luonnollisia makeuttajia, kuten hedelmiä ja marjoja, jolloin samalla proteiinipatukan ravintoarvokin paranisi, Taini toteaa.

Näin tutkittiin

- Internet-tutkimus
- Vastausaika 29.9.-31.10.2017
- Testing Labin testaajatietokannan jäsenet saivat kutsun tutkimukseen sähköpostilla
- Proteiinipatukatutkimuksessa mukana olevilla yrityksillä oli mahdollisuus jakaa tutkimuslinkkiä
- Keskustelupalstat, Facebook
- 712 vastaajaa
- Mukana tutkimuksessa oli 29 proteiinipatukkamerkkiä



Tutkimukseen liittyvää

- Käyttäjätutkimus (Ei markkinatutkimus)
- Selvitettiin käyttäytymiseen liittyvät tekijät
- Tietoa käyttämättömyydestä ja käytöstä
- Katsaus proteiiniapatukkamerkkien nykytilanne
- Kehittyvän markkinan väliaikapiste
- Herättää keskustelua proteiiniapatukoiden käytöstä ja käyttämättömyydestä
- Kurkistaa tulevaisuuden suuntauksiin

Vastaajien taustat

Kyselyyn vastasi 712 vastaajaa. Alla on nähtävissä vastaajien taustatietojen yhteenveto:

- 54 % naisia
- Suurin osa vastaajista 18-49 -vuotiaita
- 60 % vastaajista kuntoliikkuja, 18 % kilpaurheilijoita ja 13 % terveysliikkuja
- Liikuntamäärä yleisimmin 3-4 tai 5-6 kertaa viikossa
- 81 % tutkimuksen vastaajista käyttää proteiiniapatukoita

Tulokset

Tutkimuksessa oli mukana 29 proteiinipatukkamerkkiä. Proteiinipatukkatutkimuksen kokonaisvoittajan, parhaan makuisen proteiinipatukkamerkin ja parhaan toimivuuden omaavan proteiinipatukkamerkin selvittämiseksi vastaajat pisteyttivät kaikki kokeilemansa proteiinipatukkamerkit.

Kokonaistulokset

1. Sportyfeel
2. Leader
3. Fast
4. Gainomax
5. Tupla+ Protein
6. Teho Sport
7. Quest Nutrition
8. Maxim
9. Raw Bite
10. PowerBar
11. Star Nutrition
12. Cocovi
13. SportLife Nutrition
14. Clif
15. FitFarm
16. nakd & TREK
17. Mars
18. Dexal
19. Puls Nutrition
20. Squeezy
21. Myprotein
22. Alfa & Delight
23. Evoke
24. Pirkka
25. Weider
26. QNT
27. SWEBAR
28. Rainbow
29. Nutrend

Suuren proteiinipatukkatutkimuksen kokonaisvoittaja on Sportyfeel.

***PROTEIINIPATUKKA-
TUTKIMUS***



***KOKONAIS-
VOITTAJA***

testinglab.fi

Paras toimivuus

1. Fast
2. Sportyfeel
3. Gainomax
4. Leader
5. Teho Sport

**PROTEIINIPATUKKA-
TUTKIMUS**



**PARAS
TOIMIVUUS**

testinglab.fi

Kilpaurheilijoiden valinta

1. Fast
2. Tupla+ Protein
3. Leader
4. Sportyfeel
5. Gainomax



Paras maku

1. Tupla+ Protein
2. Fast
3. Sportyfeel
4. Mars
5. Gainomax



Makumenestyjät vertailussa



Top 5 makumenestyjät vertailussa

Merkki	Kcal / 100g	Sokereita / 100g	Makeuttajat
<u>TUPLA+</u> (Protein Choco Almond)	434 kcal	27 g	sokeri, osittain invertoitu sokerisiirappi
<u>Fast</u> (Nix Crunchy Peanut)	426 kcal	23 g	sokeri, glukoosisiirappi, <u>inverttisokerisiirappi</u>
<u>Sportyfeel</u> (Crispy caramel)	352 kcal	1,8 g	maltitoli, <u>sukraloosi</u>
<u>Mars Protein</u>	400 kcal	23 g	sokeri, maltitoli, glukoosisiirappi, <u>inverttisokerisiirappi</u>
<u>Gainomax</u> (Raise The Bar Blueberry)	390 kcal	31g	sokeri, glukoosisiirappi

Top 5 makumenestyjät Sportyfeeliä lukuunottamatta sisältävät neljäsoosan sokereita. Sportyfeel on ainoa proteiinipatukkamerkki, jonka kaikki patukat ovat sokerittomia ja ne ovat makeutettu maltitolilla ja sukraloosilla. Vähäkalorisia ja sokerittomia patukoita etsiville Sportyfeelin patukat ovat hyvä ja maistuva vaihtoehto. Luonnollisen maukkaita proteiinipatukoita etsiville Cliff (makuvertailun sija 10) ja Raw Bite (makuvertailun sija 14) tarjoavat luonnollisesti makeutettuja patukoita.

Tutkimusraportti

Tilaa tutkimuksen raportti hintaan 200 € + ALV lähettämällä sähköpostia osoitteeseen matti.taini@testinglab.fi.

Raportista selviää mm.

- Proteiinipatukkakäyttäytymiseen liittyvät tekijät (käyttämättömyydestä ja käytöstä)
- Keitä ovat käyttäjät ja ei-käyttäjät
- Syyt miksi proteiinipatukoita ei käytetä
- Millainen proteiinipatukan tulisi olla, jotta niitä käytettäisiin
- Mihin tarkoitukseen proteiinipatukoita ensisijaisesti käytettäisiin ja käytetään
- Proteiinipatukoiden käyttötiheys
- Mikä proteiinipatukassa on tärkeintä
- Proteiinipatukan valintaperusteet
- Proteiinipatukan paras/parhaat proteiinin lähteet
- Proteiinipatukoiden paras/parhaat makeuttajat
- Proteiinipatukan paras kuorutus/kuoruttamattomuus
- Millainen proteiinipatukan ravintosisällön tulisi olla terveellisyysnäkökulmasta
- Tietoa proteiinipatukoiden ravintoaineiden tärkeysjärjestyksestä
- Proteiinipatukoiden käytön suurimmat hyödyt
- Mikä vaikuttaa eniten uuden proteiinipatukatuotteen ostopäätökseen?
- Tulevaisuuden proteiinipatukat

Lisätietoa tutkimuksesta

Matti Taini

Palvelupäällikkö

Testing Lab

040 182 4474

matti.taini@testinglab.fi

[Takaisin tutkimuksiin](#)

Testatut tuotteet

Vertailutestit

