



Consumo di frutta e verdura in Emilia-Romagna: dati del sistema di sorveglianza PASSI (Anni 2017-2020)

Consumo di frutta e verdura

Bambini (8-9 anni)

Dai dati Okkio¹ 2019 emerge che in Emilia-Romagna, secondo quanto riferiscono i genitori, solo il 22% dei bambini di 8-9 anni consuma la frutta due o più volte al giorno e il 25% una sola porzione al giorno. Più della metà dei bambini (51%) mangia frutta meno di una volta al giorno nell'intera settimana e il 2% mai.

Per quanto riguarda il consumo di verdura il 18% dei bambini la mangia due o più volte al giorno e il 20% una sola porzione al giorno. Il 58% dei bambini consuma verdura meno di una volta al giorno nell'intera settimana e il 4% mai.

Nel consumo di verdura non sono presenti differenze significative per genere: il 43% delle bambine la mangia almeno una volta rispetto al 42% dei bambini; inoltre i bambini con madre laureata consumano più frutta o verdura rispetto a quelli con madre con basso titolo di studio.

Ragazzi (11-15 anni)

I dati HBSC² 2018 mostrano come in Emilia-Romagna il consumo di frutta sia molto inferiore a quello consigliato di almeno due o tre porzioni al giorno. Infatti, circa il 18% dei ragazzi (19% negli 15enni, 19% nei 13enni e 16% nei 15enni) aderisce a questa raccomandazione, mentre il 63% non ne consuma quotidianamente. L'abitudine a consumare la frutta ogni giorno è maggiore nelle ragazze rispetto ai ragazzi.

Anche il consumo di verdura è molto inferiore a quanto consigliato (almeno due o tre porzioni al giorno): solo il 17% circa dei ragazzi (16% negli 11enni, 19% nei 13enni e 19% nei 15enni) aderisce a tale raccomandazione. Il 65% non ne consuma quotidianamente. Come per la frutta, anche in questo caso si evidenzia un differenziale di genere a favore delle ragazze.

Adulti (18-69 anni)

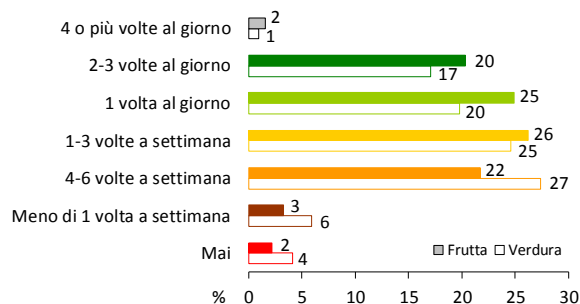
Secondo i dati PASSI in Emilia-Romagna la quasi totalità degli intervistati tra i 18 e i 69 anni (97%) mangia frutta e verdura almeno una volta al giorno e la metà (51%) ne consuma una o due porzioni³; poco più di un terzo (37%) tre o quattro e solo il 9% mangia le cinque o più porzioni raccomandate. Il consumo regionale di frutta e verdura è sovrapponibile a quello registrato a livello nazionale.

Persone ultra 69enni

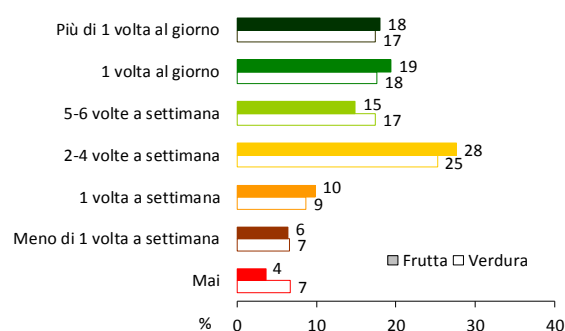
Dai dati PASSI d'Argento⁴ 2016-2020 appare che in Emilia-Romagna praticamente tutte le persone ultra 69enni (99%) mangiano frutta e verdura almeno una volta al giorno, ma il 32% ne consuma una o due porzioni, il 53% tre o quattro e solo il 14% mangia le cinque raccomandate.

La prevalenza regionale di ultra 69enni che consumano le cinque porzioni di frutta e verdura secondo le raccomandazioni (14%) è più elevata di quella nazionale (11%).

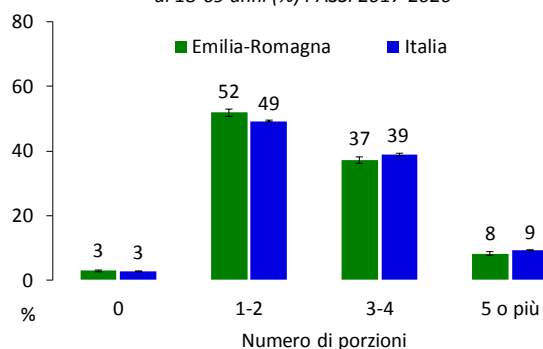
Consumo di frutta e verdura durante la settimana nei bambini di 8-9 anni (%) Emilia-Romagna OKkio 2019



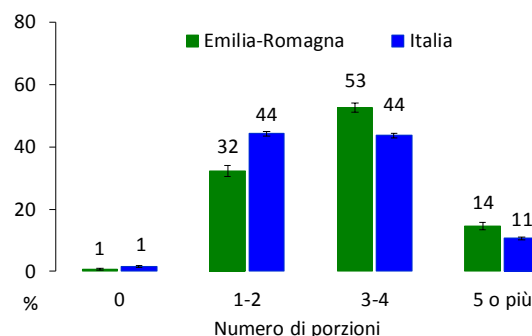
Consumo di frutta e verdura durante la settimana nei ragazzi di 11-15 anni (%) Emilia-Romagna HBSC 2018



Consumo di frutta e verdura al giorno nelle persone di 18-69 anni (%) PASSI 2017-2020



Consumo di frutta e verdura al giorno nelle persone ultra 69enni (%) PASSI d'Argento 2016-2020



¹ OKkio è un'indagine volta a monitorare lo stato ponderale, le abitudini alimentari e l'attività fisica dei bambini di III ele mentare

² HBSC (Health Behaviour in School-aged Children) è un'indagine multicentrica internazionale che indaga i comportamenti di salute degli adolescenti di 11, 13 e 15 anni

³ Porzione di frutta o verdura: quantitativo di frutta o verdura cruda che può essere contenuto sul palmo di una mano oppure mezzo piatto di verdura cotta

⁴ PASSI d'Argento è un'indagine su stili di vita e fattori di rischio nella popolazione ultra 64enne

Consumo negli adulti

In Emilia-Romagna il consumo delle cinque o più porzioni raccomandate di frutta e verdura è maggiore tra:

- le persone con 50-69 anni
- le donne

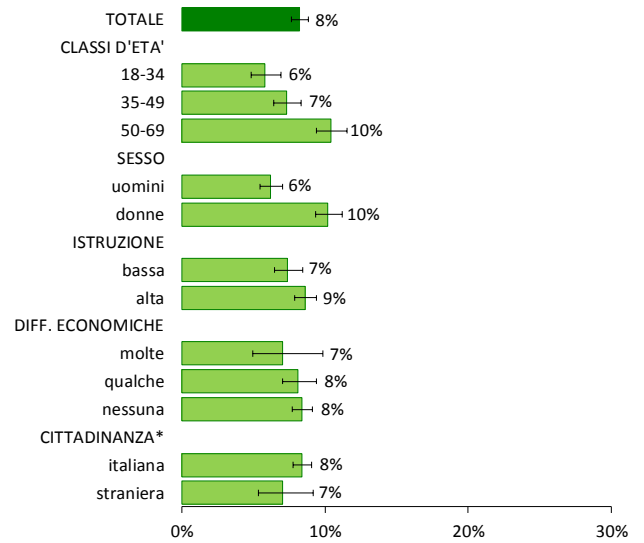
Il modello di regressione di *Poisson*, che corregge per l'influenza dei vari fattori tra di loro (età, sesso, livello d'istruzione, difficoltà economiche e cittadinanza), conferma l'associazione positiva del consumo raccomandato sia con le classi d'età avanzate che con il genere femminile.

A livello regionale il consumo raccomandato di frutta e verdura è superiore in Romagna (11%) rispetto all'Emilia Nord (8%) e all'Emilia Centro (7%); non appaiono, invece, differenze significative tra le zone geografiche omogenee: il consumo raccomandato è del 9% nei comuni capoluoghi di Ausl e dell'8% in quelli di pianura/collina e di montagna.

Ponendo l'attenzione sui 18-69enni emiliano-romagnoli con almeno una patologia, solo il 10% consuma le 5 o più porzioni raccomandate di frutta o verdura al giorno mentre il restante 90% ne consuma meno, pari ad una stima di 500mila persone.

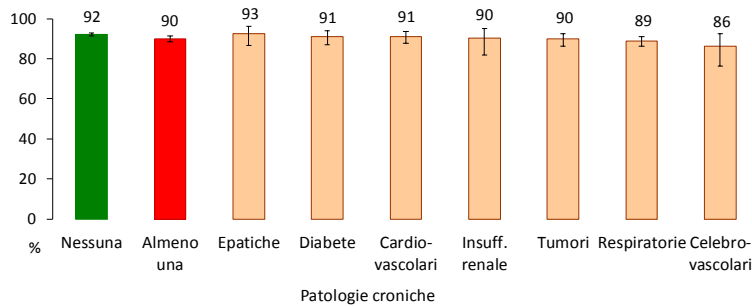
A livello regionale la prevalenza di chi assume meno delle porzioni di frutta o verdura raccomandate è statisticamente più elevata negli adulti con nessuna patologia (92%) rispetto a chi ne ha almeno una (90%) ed è maggiore tra chi ha una patologia epatica (93%), il diabete (91%), il diabete (91%), il diabete (90%), i tumori (90%), le patologie respiratorie (89%) e le patologie cerebrovascolari (86%).

Consumo delle cinque o più porzioni di frutta e verdura raccomandate (%) Emilia-Romagna PASSI 2017-2020

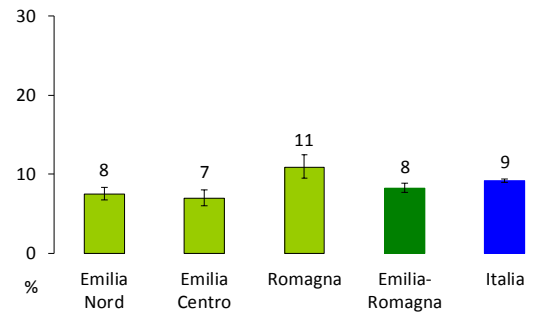


* Italiani: persone con cittadinanza italiana o provenienti da altri Paesi a Sviluppo Avanzato (PSA);
Stranieri: persone immigrate da Paesi a Forte Pressione Migratoria (PFPM)

Consumo di meno di cinque porzioni di frutta e verdura raccomandate (%) PASSI 2017-2020



Consumo delle cinque o più porzioni di frutta e verdura raccomandate (%) PASSI 2017-2020



Il Piano nazionale della prevenzione (PNP) 2014-2018 ha indicato obiettivi essenziali per migliorare la salute e la qualità della vita degli italiani; al fine di valutare il raggiungimento di questi obiettivi ha introdotto a livello nazionale e regionale una serie di indicatori accompagnati da uno standard da conseguire.

Tra questi standard rientra l'incremento tra la popolazione adulta del consumo giornaliero di frutta e verdura, che viene rilevato tramite la sorveglianza PASSI; in questo ambito il PNP ha posto come obiettivo al 2018 l'aumento del 10% della prevalenza di persone che consumano tre o più porzioni rispetto al valore registrato nel 2013 (46,6% in Emilia-Romagna e 48,5% in Italia). Nel quadriennio 2017-2020 si è registrato un incremento di mezzo punto percentuale del consumo di frutta e verdura, sia a livello regionale che nazionale.

In Emilia-Romagna infatti il 47% dei 18-69enni consuma tre o più porzioni di frutta o verdura, percentuale più alta tra:

- le persone con 50-69 anni
- le donne
- le persone con alta istruzione
- gli intervistati senza difficoltà economiche
- gli italiani*.

Il modello di regressione di *Poisson* conferma l'associazione positiva del consumo di tre o più porzioni giornaliere con il genere femminile e l'assenza di difficoltà economiche.

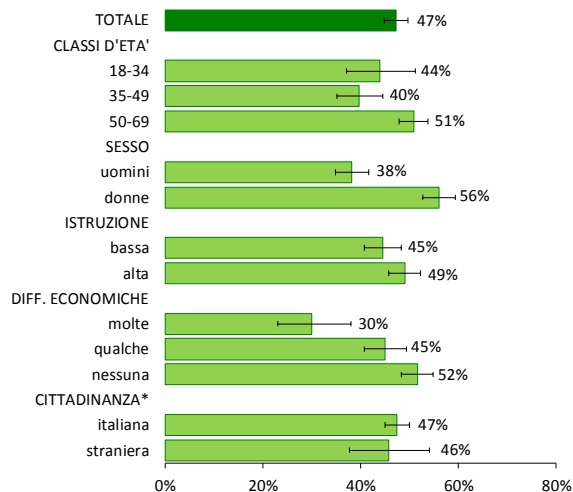
La prevalenza regionale di persone che consumano tre o più porzioni di frutta e verdura al giorno (46%) risulta sovrapponibile a quella nazionale (49%).

A livello regionale questa percentuale appare significativamente più elevata in Romagna (55%) rispetto all'Emilia Centro e all'Emilia Nord (entrambe 45%); non mostra differenze significative tra le zone geografiche omogenee (48% nei comuni capoluoghi di Ausl, 47% in quelli di collina/pianura e 46% in quelli di montagna).

Andamento temporale

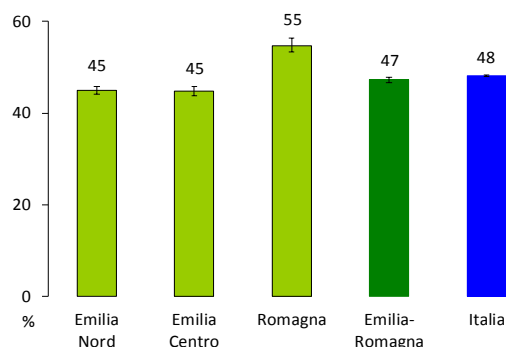
In Emilia-Romagna l'analisi temporale condotta su dati trimestrali, evidenzia come il consumo di frutta e verdura appare complessivamente in diminuzione. Nel periodo 2008-2020 si registra, in particolare, una riduzione non significativa della prevalenza di persone che consuma tre o quattro porzioni al giorno e un aumento di quella di chi ne consuma una o due porzioni. Anche il consumo delle cinque porzioni raccomandate appare in diminuzione, andamento che raggiunge la significatività statistica. Questo fenomeno però sembra attenuarsi nell'ultimo anno.

Consumo di tre o più porzioni di frutta e verdura (%)
Emilia-Romagna PASSI 2017-2020

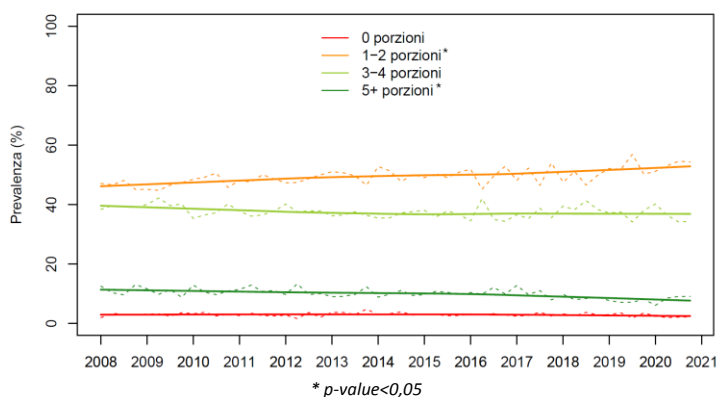


* Italiani: persone con cittadinanza italiana o provenienti da altri Paesi a Sviluppo Avanzato (PSA); Stranieri: persone immigrate da Paesi a Forte Pressione Migratoria (PFPM)

Consumo di tre o più porzioni di frutta e verdura (%)
PASSI 2017-2020

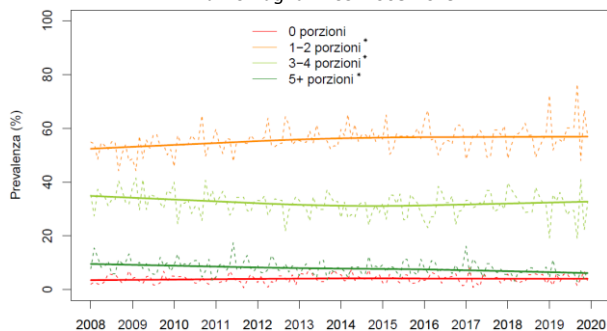


Porzioni di frutta e verdura consumate al giorno (%)
Emilia-Romagna PASSI 2008-2020

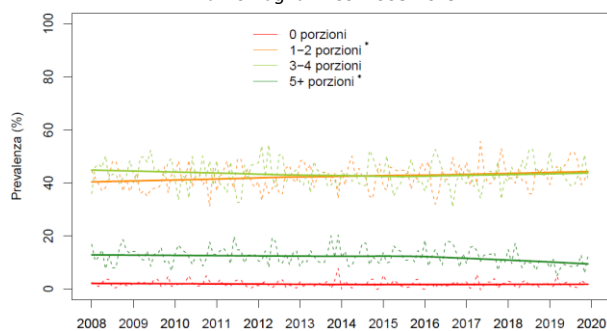


L'analisi temporale per sottogruppi di popolazione è possibile condurla solo fino al 2019; osservando l'andamento del consumo di frutta e verdura per genere e classe d'età per il periodo 2008-2019, si nota un aumento significativo tra gli uomini della prevalenza di consumo di una o due porzioni e una diminuzione di quella delle tre o quattro e delle cinque o più porzioni. Nelle donne si evidenzia un aumento significativo solo nella prevalenza delle consumatrici di una o due porzioni di frutta e verdura e una diminuzione nel consumo di cinque o più porzioni.

Porzioni di frutta e verdura consumate al giorno negli uomini (%)
Emilia-Romagna PASSI 2008-2019

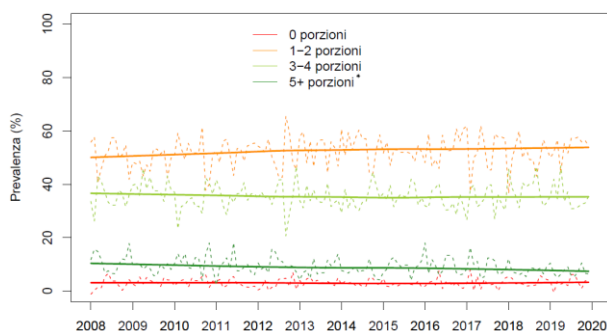


Porzioni di frutta e verdura consumate al giorno nelle donne (%)
Emilia-Romagna PASSI 2008-2019

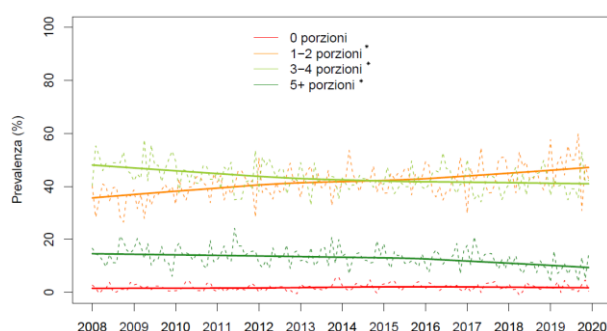


Tra le persone con 18-34 anni non si rilevano andamenti significativi mentre tra i 35-49enni si osserva un incremento non significativo sul piano statistico di chi consuma una o due porzioni e una diminuzione di chi ne mangia tre o quattro (andamento non statisticamente significativo) o cinque o più porzioni (andamento statisticamente significativo). Tra gli intervistati con 50-69 anni si notano gli stessi gradienti osservati nelle altre classi d'età: aumento del consumo delle una o due porzioni e calo delle tre o quattro (andamenti statisticamente significativi) e delle cinque o più porzioni (andamento statisticamente significativo).

Porzioni di frutta e verdura consumate al giorno nelle persone 35-49enni (%)
Emilia-Romagna PASSI 2008-2019



Porzioni di frutta e verdura consumate al giorno nelle persone 50-69enni (%)
Emilia-Romagna PASSI 2008-2019

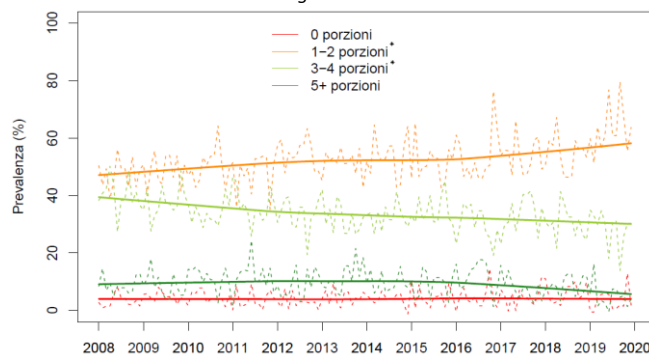


* p-value < 0,05

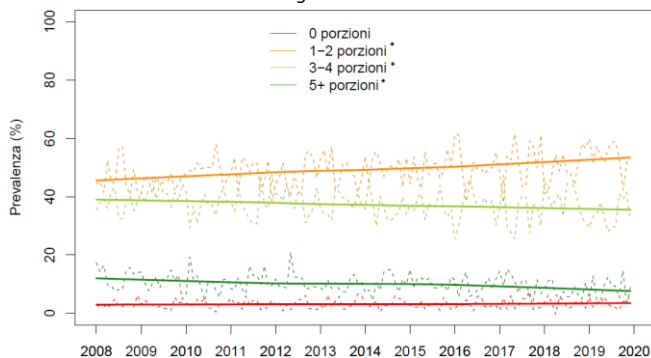
L'aumento della forbice tra chi consuma una o due porzioni di frutta o verdura e chi ne mangia tre o quattro è particolarmente evidente tra gli intervistati con un livello socio-economico⁵ medio-basso rispetto a quelli che ne riferiscono uno alto; ciò comporta un incremento delle diseguaglianze socio-economiche.

⁵ Livello basso: persona con bassa istruzione e presenza di difficoltà economiche; livello medio: persona con bassa istruzione e assenza di difficoltà economiche oppure con alta istruzione e presenza di difficoltà economiche; livello alto: persona con alta istruzione e assenza di difficoltà economiche

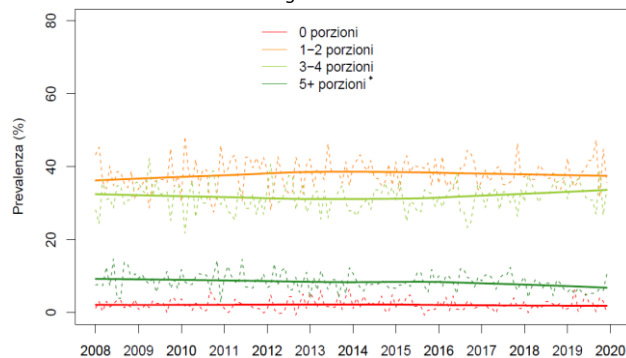
Porzioni di frutta e verdura consumate al giorno nelle persone con basso livello socio-economico (%) Emilia-Romagna PASSI 2008-2019



Porzioni di frutta e verdura consumate al giorno nelle persone con medio livello socio-economico (%) Emilia-Romagna PASSI 2008-2019



Porzioni di frutta e verdura consumate al giorno nelle persone con alto livello socio-economico (%) Emilia-Romagna PASSI 2008-2019



* p-value < 0,05

L'alto consumo di frutta e verdura negli ultra 69enni

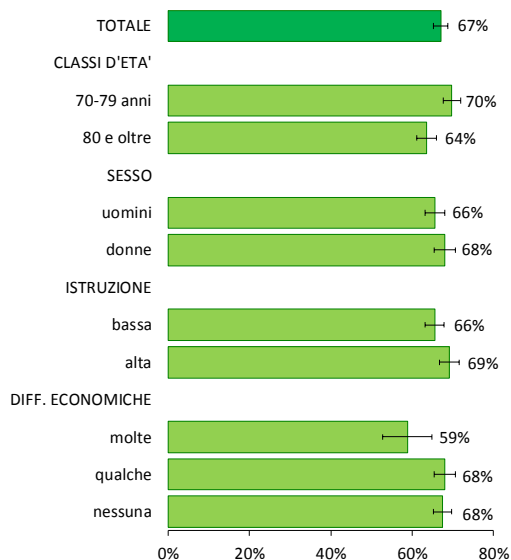
In Emilia-Romagna tra le persone con 70 anni e oltre il consumo di tre o più porzioni di frutta e verdura (67%) è maggiore tra le persone di fascia d'età 70-79 anni e tra chi riferisce qualche o nessuna difficoltà economica.

Infatti l'alto consumo decresce significativamente nella fascia degli ultra 80enni e con l'aumentare delle difficoltà economiche.

Correggendo i dati in un modello di regressione di *Poisson* per genere, classi d'età, livello d'istruzione e difficoltà economiche, si evidenzia un'associazione statisticamente significativa tra l'alto consumo di frutta e verdura (più di tre porzioni in una giornata), l'età e le difficoltà economiche.

Ponendo l'attenzione sugli ultra 69enni emiliano-romagnoli con patologie croniche, il consumo di tre o più porzioni di frutta e verdura è del 66% tra chi soffre di una patologia cronica e del 64% tra chi ne ha 2 o più patologie rispetto al 69% di chi non ne ha riportate.

Alto consumo di frutta e verdura nelle persone ultra 69enni (più di tre porzioni) durante la settimana (%) PASSI d'Argento 2016-2020



Per maggiori informazioni consultare: <http://salute.regione.emilia-romagna.it/sanita-pubblica/sorveglianza/passi-er> oppure www.ausl.mo.it/dsp/passier

A cura del Gruppo Tecnico PASSI Emilia-Romagna: Giuliano Carrozzi, Letizia Sampaolo, Angela Grieco, Fabio Faccini, Elena Zambiasi, Rita Prazzoli, Rosanna Giordano, Marta Ottone, Isabella Bisceglia, Vincenza Perlangeli, Sara De Lisio, Muriel Assunta Musti, Simona Saraceni, Bianca Venturi, Sara Ferioli, Giulia Silvestrini, Viviana Santoro, Cristina Ranieri, Nicoletta Bertozzi, Sabrina Guidi, Patrizia Vitali, Laura Sardonini, Michela Morri, Cania Adrian, Paola Angelini, Rossana Mignani

