



Consumo di frutta e verdura in Emilia-Romagna: dati del sistema di sorveglianza PASSI (Anni 2022-2023)

Consumo di frutta e verdura

Bambini (8-9 anni)

Dai dati Okkio¹ 2023 emerge che in Emilia-Romagna, secondo quanto riferiscono i genitori, solo il 20% 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 (52%) mangia frutta meno di una volta al giorno nell'intera settimana e il 3% mai.

Per quanto riguarda il consumo di verdura, il 17% dei bambini la mangia due o più volte al giorno e il 18% una sola porzione al giorno. Il 60% dei bambini consuma verdura meno di una volta al giorno nell'intera settimana e il 5% mai.

Nel consumo di verdura e verdura non sono presenti differenze per genere, ma ci sono per livello d'istruzione della madre: i bambini con madre laureata consumano più frutta o verdura rispetto a quelli con madre con basso titolo di studio.

Ragazzi (11-17 anni)

I dati HBSC² 2022 mostrano come in Emilia-Romagna il consumo di frutta sia molto inferiore rispetto a quello consigliato, ovvero almeno due o tre porzioni al giorno. Infatti, circa il 18% dei ragazzi di 11-17 anni aderisce a questa raccomandazione, mentre il 60% non ne consuma quotidianamente e il 5% non la mangia mai. L'abitudine a consumare la frutta ogni giorno è leggermente 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 18% circa dei ragazzi con 11-17 anni aderisce a tale raccomandazione. Il 58% non ne consuma quotidianamente e il 7% non la mangia mai. Stratificando per genere si evidenzia una maggiore percentuale di ragazze che consumano quotidianamente la verdura; questa differenza è superiore a quella evidenziata per la frutta.

Adulti (18-69 anni)

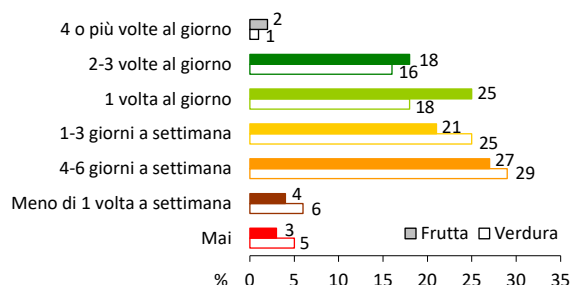
Secondo i dati PASSI del biennio 2022-2023, in Emilia-Romagna la quasi totalità degli intervistati tra i 18 e i 69 anni (98%) mangia frutta e verdura almeno una volta al giorno: il 57% ne consuma una o due porzioni³, il 35% tre o quattro e solo il 6% mangia le cinque o più porzioni raccomandate. Rispetto al dato nazionale in regione è maggiore la quota di chi consuma 1-2 porzioni ed inferiore la percentuale di coloro che ne mangiano 3-4 porzioni.

Persone ultra 69enni

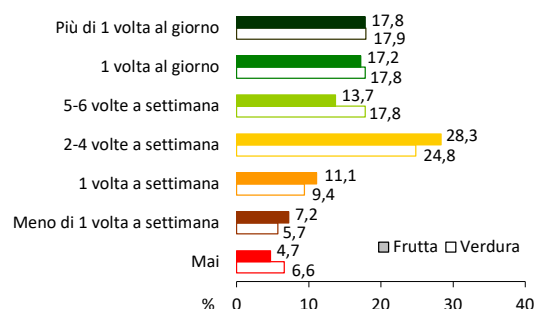
Dai dati PASSI d'Argento⁴ 2022-2023 appare che in Emilia-Romagna quasi tutte le persone ultra 69enni (99%) mangiano frutta e verdura almeno una volta al giorno: il 39% ne consuma una o due porzioni, il 49% tre o quattro e solo l'11% mangia le cinque raccomandate.

La prevalenza regionale di ultra 69enni che consumano le cinque porzioni di frutta e verdura secondo le raccomandazioni (11%) è più elevata di quella nazionale (9%).

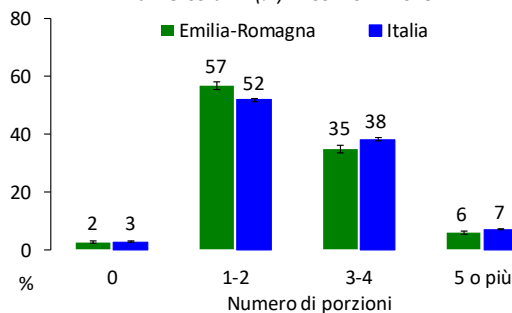
Consumo di frutta e verdura durante la settimana nei bambini di 8-9 anni (%) Emilia-Romagna Okkio 2023



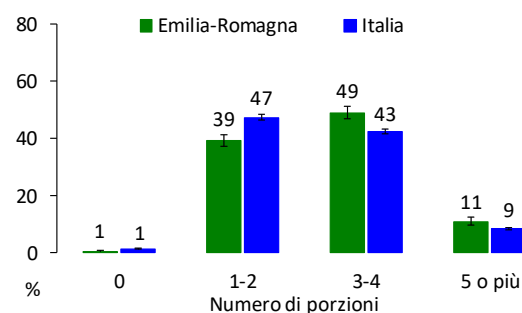
Consumo di frutta e verdura durante la settimana nei ragazzi di 11-17 anni (%) Emilia-Romagna HBSC 2022



Consumo di frutta e verdura al giorno nelle persone di 18-69 anni (%) PASSI 2022-2023



Consumo di frutta e verdura al giorno nelle persone ultra 69enni (%) PASSI d'Argento 2022-2023



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

² HBSC (Health Behaviour in School-aged Children) è un'indagine multicentrica internazionale che indaga i comportamenti di salute degli adolescenti di 11, 13, 15 e 17 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 nel biennio 2022-2023 il consumo delle cinque o più porzioni raccomandate di frutta e verdura è maggiore tra:

- le persone con 50-69 anni
- le donne
- le persone con alta istruzione.

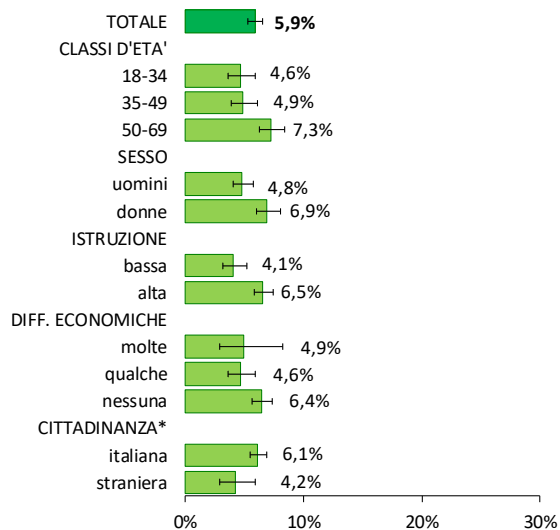
Il modello di regressione di *Poisson*, che corregge per l'influenza dei vari fattori tra di loro (età, sesso, livello d'istruzione, difficoltà economiche e cittadinanza), conferma le associazioni indicate sopra.

A livello territoriale nel triennio 2021-2023 il consumo raccomandato di frutta e verdura va dal 7,5% dell'Ausl della Romagna al 3,7% delle Ausl di Parma e Imola; appaiono differenze anche tra le zone geografiche omogenee: il consumo raccomandato è dell'8% nei comuni capoluoghi di Ausl, del 6% in quelli di montagna e del 5% in quelli di pianura/collina.

Consumo delle cinque o più porzioni di frutta e verdura raccomandate (%) PASSI 2021-2023



Consumo delle cinque o più porzioni di frutta e verdura raccomandate (%) Emilia-Romagna PASSI 2022-2023

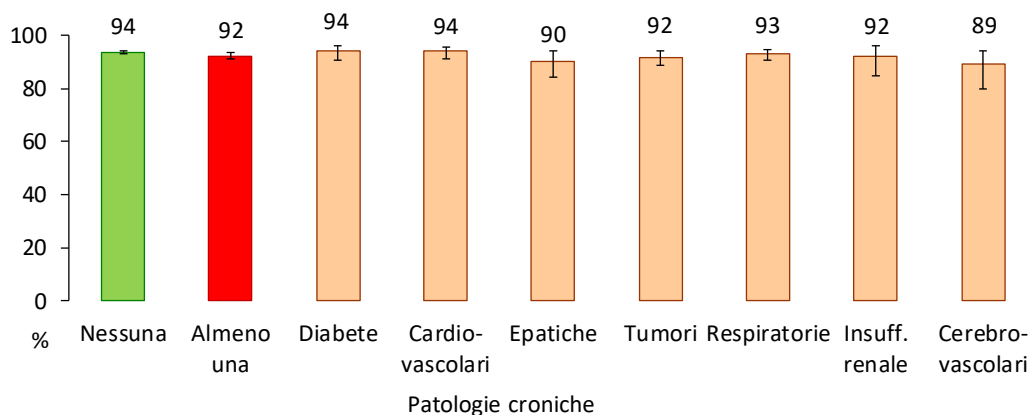


* Italiani: persone con cittadinanza italiana o provenienti da altri Paesi a Sviluppo Avanzato (PSA); Stranieri: persone immigrate da Paesi a Forte Pressione Migratoria (PFPM)

Ponendo l'attenzione sui 18-69enni emiliano-romagnoli con almeno una patologia, solo l'8% consuma le 5 o più porzioni raccomandate di frutta o verdura al giorno, mentre il restante 92% ne consuma meno, pari ad una stima di 537 mila persone; in particolare quest'ultima percentuale è maggiore tra chi è affetto da una patologia cardiovascolare o da diabete (94%).

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 (94%) rispetto a chi ne ha almeno una (92%).

Consumo di meno di cinque porzioni di frutta e verdura raccomandate nelle persone con almeno una patologia (%) PASSI 2019-2023



Il Piano nazionale della prevenzione (PNP) 2020-2025 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.

Nel biennio 2022-2023 in Emilia-Romagna il 41% delle persone con 18-69 anni consuma almeno tre porzioni di frutta e verdura al giorno, percentuale statisticamente inferiore a quella nazionale (45%).

A livello regionale la prevalenza di 18-69enni che hanno dichiarato di consumare giornalmente tre o più porzioni risulta più alta tra le persone:

- con 50-69 anni
- di genere femminile
- con alta istruzione
- senza difficoltà economiche.

Il modello di regressione di *Poisson*, che corregge per l'influenza dei vari fattori tra di loro, conferma l'associazione con la classe d'età 50-69 anni, il genere femminile e l'alta istruzione.

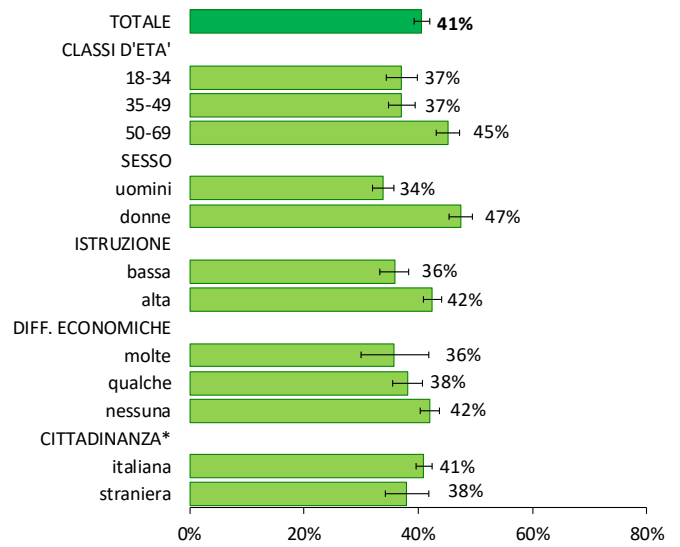
Nel periodo 2021-2023 a livello territoriale questa percentuale varia dal 46% dell'Ausl di Ferrara al 36% delle Ausl di Imola e Reggio Emilia; mostra, inoltre, modeste differenze tra le zone geografiche omogenee: è del 43% nei comuni capoluoghi di Ausl, del 41% in quelli di collina/pianura e del 37% in quelli di montagna.

Andamento temporale

In Emilia-Romagna si osserva fino al 2022 un aumento della prevalenza di 18-69enni che consumano giornalmente 1-2 porzioni di frutta e verdura e una riduzione di chi ne mangia 3-4, andamenti che risultano più evidenti nel triennio 2020-2022. Nel 2023, invece, si rilevano tendenze opposte.

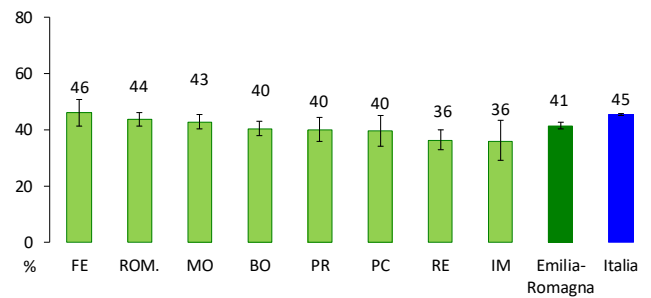
Il consumo di 5 o più porzioni risulta in riduzione nell'intero periodo osservato.

Consumo di tre o più porzioni di frutta e verdura (%)
Emilia-Romagna PASSI 2022-2023

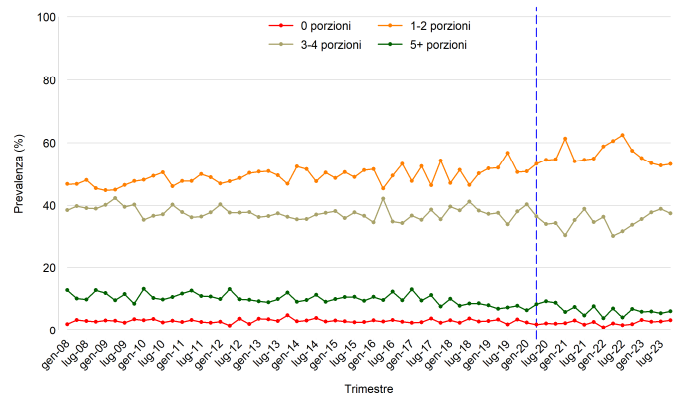


* Italiani: persone con cittadinanza italiana o provenienti da altri Paesi a Sviluppo Avanzato (PSA); Stranieri: persone immigrate da Paesi a Forte Pressione Migratoria (PFPM)

Consumo di tre o più porzioni di frutta e verdura (%)
PASSI 2021-2023

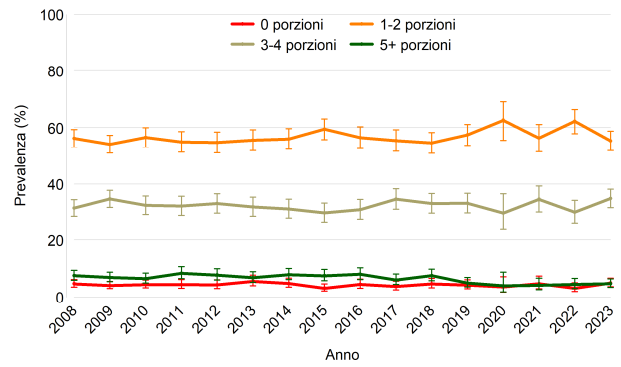


Porzioni di frutta e verdura consumate al giorno (%)
Emilia-Romagna PASSI 2008-2023

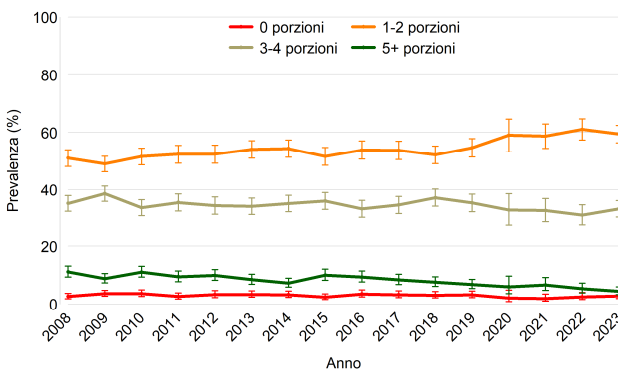


In Emilia-Romagna l'analisi dei dati annuali per il periodo 2008-2023 mostra come l'aumento del consumo di una o due porzioni e la diminuzione del consumo delle tre o quattro porzioni sia più marcato nel triennio 2020-2022 nelle donne, dopo i 35 anni, tra le persone con difficoltà economiche e in quelle con bassa istruzione. Anche in questi sottogruppi si rilevano andamenti opposti nel 2023.

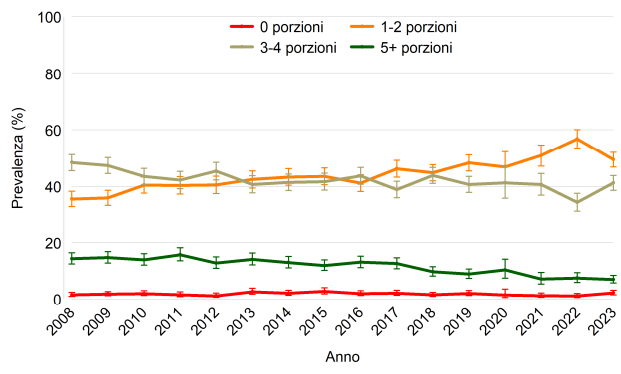
Porzioni di frutta e verdura consumate al giorno nelle persone con 18-34 anni (%) Emilia-Romagna PASSI 2008-2023



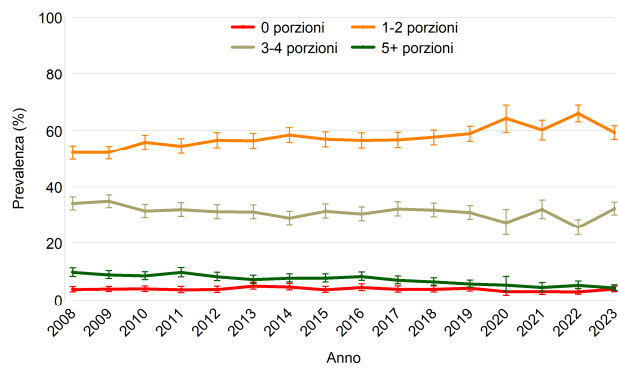
Porzioni di frutta e verdura consumate al giorno nelle persone con 35-49 anni (%) Emilia-Romagna PASSI 2008-2023



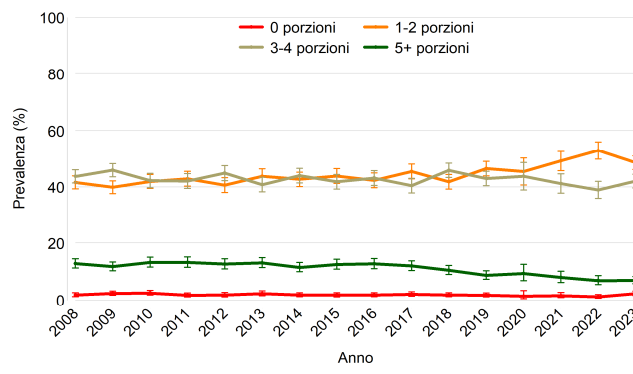
Porzioni di frutta e verdura consumate al giorno nelle persone con 50-69 anni (%) Emilia-Romagna PASSI 2008-2023



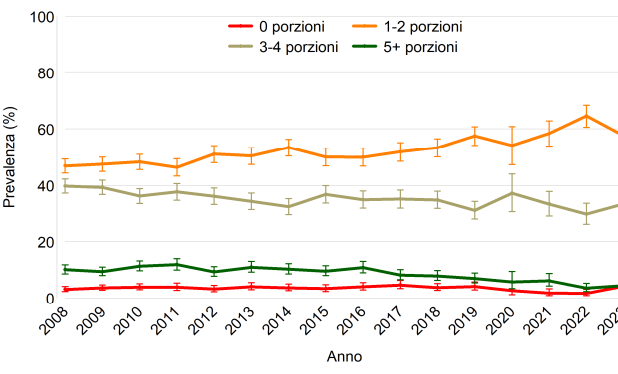
Porzioni di frutta e verdura consumate al giorno negli uomini (%) Emilia-Romagna PASSI 2008-2022



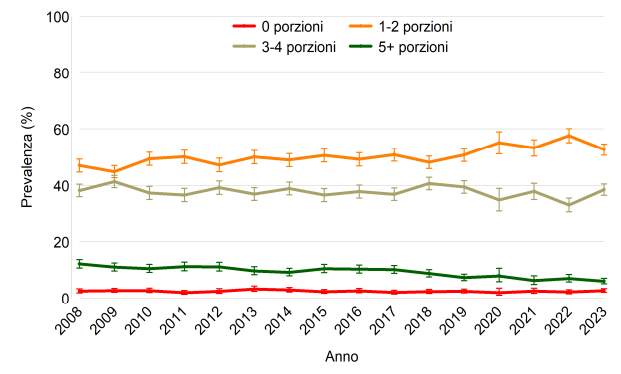
Porzioni di frutta e verdura consumate al giorno nelle donne (%) Emilia-Romagna PASSI 2008-2023



Porzioni di frutta e verdura consumate al giorno nelle persone con bassa istruzione* (%) Emilia-Romagna PASSI 2008-2023

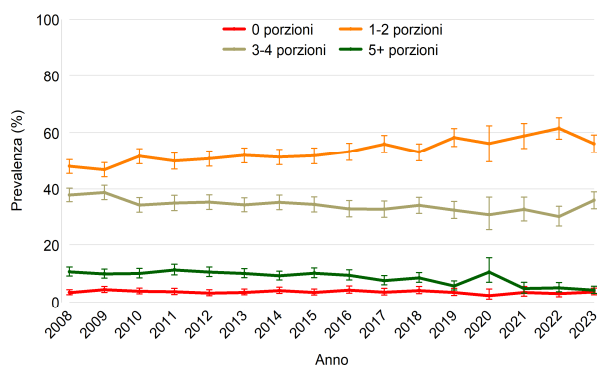


Porzioni di frutta e verdura consumate al giorno nelle persone con alta istruzione* (%) Emilia-Romagna PASSI 2008-2023

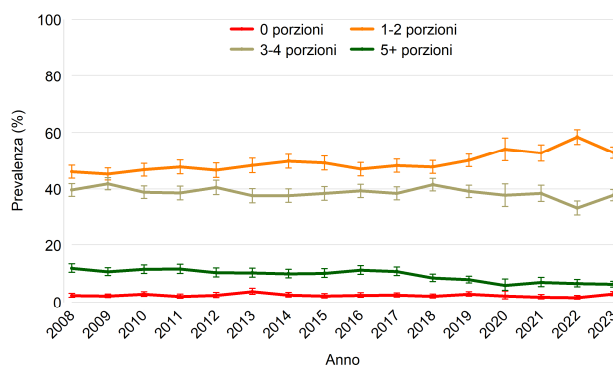


* Bassa istruzione: nessun titolo, licenza elementare, licenza media inferiore; Alta Istruzione: licenza media superiore, laurea

Porzioni di frutta e verdura consumate al giorno nelle persone con difficoltà economiche (%) Emilia-Romagna PASSI 2008-2022



Porzioni di frutta e verdura consumate al giorno nelle persone senza difficoltà economiche (%) Emilia-Romagna PASSI 2008-2023



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

In Emilia-Romagna nel biennio 2022-2023 il 60% delle persone con 70 anni e oltre ha dichiarato di consumare giornalmente tre o più porzioni di frutta e verdura.

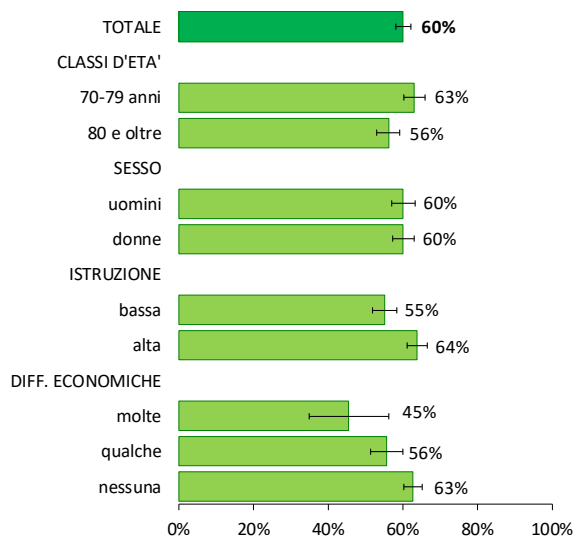
Questa percentuale è maggiore tra le persone con 70-79 anni, quelle con alta istruzione e quelle con qualche o nessuna difficoltà economica.

Il modello di regressione di *Poisson*, che corregge per l'influenza dei vari fattori tra di loro, conferma l'associazione dell'alto consumo di frutta e verdura (più di tre porzioni in una giornata) con l'alta istruzione e l'assenza di molte difficoltà economiche.

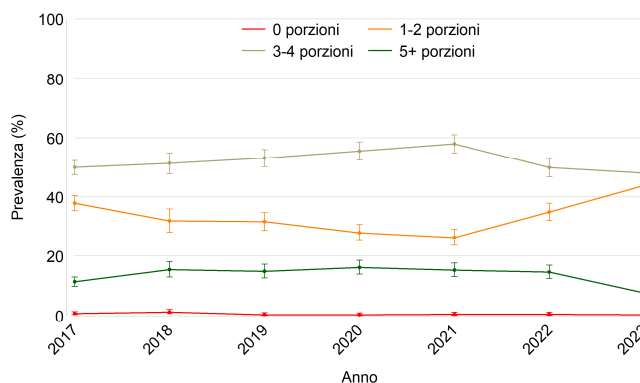
Tra gli ultra 69enni emiliano-romagnoli con patologie croniche, il 59% delle persone con almeno una patologia cronica ha riportato di consumare giornalmente tre o più porzioni di frutta e verdura, percentuale leggermente inferiore a chi non ne ha riportata alcuna (62%).

Nel periodo 2017-2023 in Emilia-Romagna risulta una diminuzione della percentuale di persone che hanno dichiarato 1-2 porzioni di frutta e verdura al giorno e un aumento di chi ne consuma 3-4 porzioni fino al 2021; nel 2022-2023, invece, appare un'inversione di queste due tendenze. Nel 2023 si registra anche una diminuzione della percentuale di chi mangia le 5 o più porzioni raccomandate. Questi andamenti si osservano anche a livello nazionale.

Alto consumo di frutta e verdura nelle persone ultra 69enni (tre o più porzioni) durante la settimana (%) PASSI d'Argento 2022-2023



Porzioni di frutta e verdura consumate al giorno nelle persone ultra 69enni (%) Emilia-Romagna PASSI d'Argento 2017-2023



Per maggiori informazioni consultare: <http://salute.regione.emilia-romagna.it/sanita-pubblica/sorveglianza/passi-er>

A cura del Gruppo Tecnico PASSI Emilia-Romagna: Giuliano Carrozzi, Letizia Sampaolo, Giorgio Chiaranda, Sara Visciarelli, Cristina Sartori, Monica Nepmi, Elena Zambiasi, Alice Corsaro, Maria Grazia Rotolo, Isabella Bisceglia, Letizia Bartolini, Vincenza Perlangeli, Sara De Lisio, Muriel Assunta Musti, Anna Prengka, Cristina Conti, Roberta Matulli, Sara Ferioli, Giulia Silvestrini, Viviana Santoro, Cristina Raineri, Roberta Farneti, Elisa Paglia, Giorgia D'Aulerio, Marina Di Meco, Patrizia Vitali, Cania Adrian, Paola Angelini

