



## Consumo di frutta e verdura in Emilia-Romagna: dati del sistema di sorveglianza PASSI (Anni 2016-2019)

### Consumo di frutta e verdura

#### Bambini (8-9 anni)

Dai dati Okkio<sup>1</sup> 2016 emerge che in Emilia-Romagna, secondo quanto riferiscono i genitori, solo il 36% dei bambini di 8-9 anni consuma la frutta due o più volte al giorno e il 37% una sola porzione al giorno. Il 27% dei bambini mangia frutta meno di una volta al giorno o mai nell'intera settimana.

Per quanto riguarda il consumo di verdura il 30% dei bambini la mangia due o più volte al giorno e il 31% una sola porzione al giorno. Il 39% dei bambini consuma verdura meno di una volta al giorno o mai nell'intera settimana.

Nel consumo di verdura sono presenti differenze per genere: il 65% delle bambine la mangia almeno una volta rispetto al 59% 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 HBSC<sup>2</sup> 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 62% 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 18% 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)

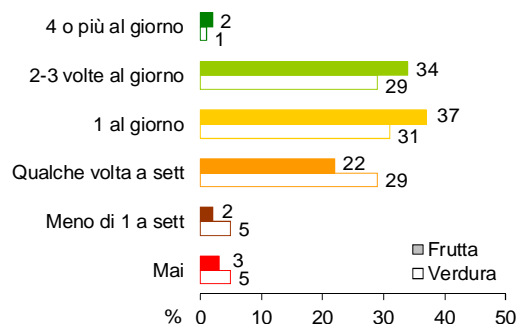
Secondo i dati PASSI in Emilia-Romagna la quasi totalità degli intervistati tra i 18 e i 69 anni (97%) mangia frutta e verdura almeno una volta al giorno, ma metà (51%) ne consuma una o due porzioni<sup>3</sup>, poco più di un terzo (37%) tre o quattro e solo il 9% mangia le cinque o più porzioni raccomandate. Il consumo regionale di frutta e verdura è simile a quello registrato a livello nazionale.

#### Persone ultra 69enni

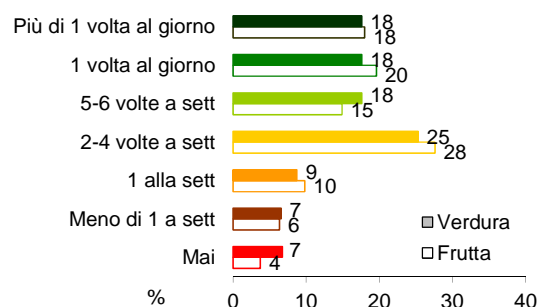
Dai dati PASSI d'Argento<sup>4</sup> 2016-2019 appare che in Emilia-Romagna praticamente tutte le persone ultra 69enni (99%) mangiano frutta e verdura almeno una volta al giorno, ma il 34% ne consuma una o due porzioni, il 51% tre o quattro e solo il 14% mangia le cinque raccomandate.

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%).

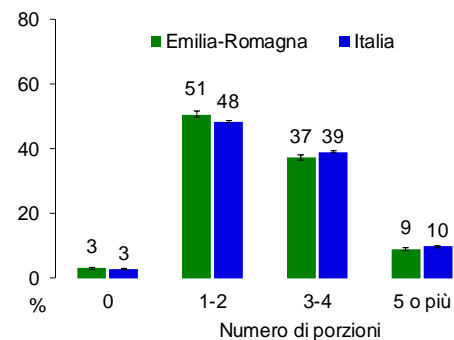
Consumo di frutta e verdura durante la settimana nei bambini di 8-9 anni (%) Emilia-Romagna OKkio 2016



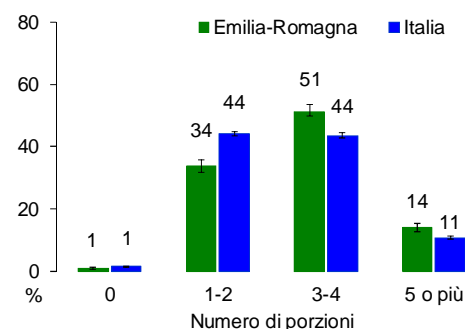
Consumo di frutta e verdura durante la settimana nei ragazzi di 11-15 anni (%) Emilia-Romagna HBSC 2018



Consumo di frutta e verdura al giorno nelle persone di 18-69 anni (%) PASSI 2016-2019



Consumo di frutta e verdura al giorno nelle persone ultra 69enni (%) PASSI d'Argento 2016-2019



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

<sup>2</sup> 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

<sup>3</sup> 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

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

## Consumo negli adulti

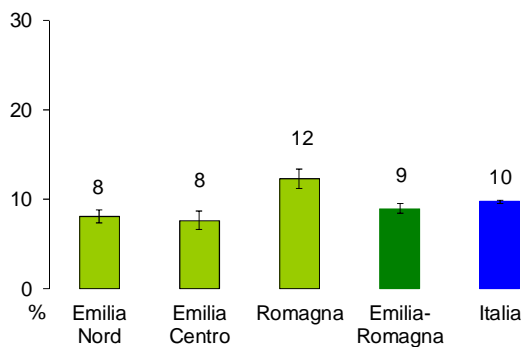
In Emilia-Romagna il consumo delle cinque o più porzioni raccomandate di frutta e verdura è maggiore tra:

- i 50-69enni
- le donne
- le persone senza difficoltà economiche.

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 con le classi d'età avanzate e il genere femminile.

A livello regionale il consumo raccomandato di frutta e verdura è superiore in Romagna (12%) rispetto all'Emilia Centro e all'Emilia Nord (entrambe 8%); non appaiono, invece, differenze tra le zone geografiche omogenee: il consumo raccomandato è del 9% sia nei comuni capoluoghi di Ausl sia in quelli di pianura/collina e in quelli di montagna.

Consumo delle cinque o più porzioni di frutta e verdura raccomandate (%) PASSI 2016-2019



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

Tra questi standard rientra l'incremento nella popolazione adulta del consumo giornaliero di frutta e verdura, che viene rilevato tramite la sorveglianza PASSI; in questo ambito il PNP poneva 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).

In Emilia-Romagna il 46% dei 18-69enni consuma tre o più porzioni di frutta o verdura, percentuale più alta tra:

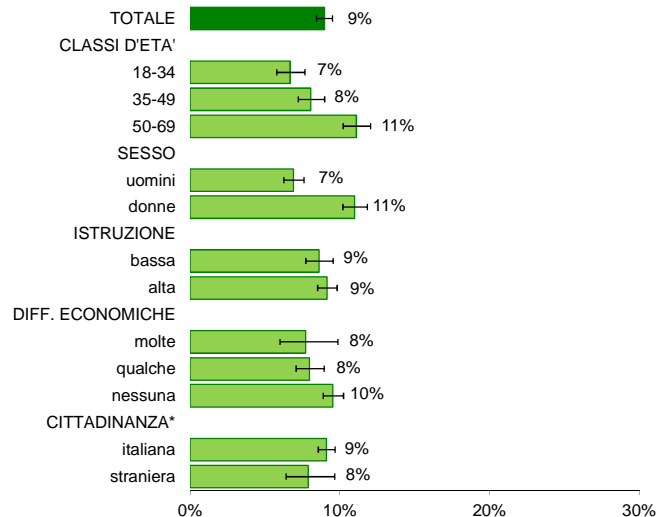
- i 50-69enni
- le donne
- le persone con alta istruzione
- gli intervistati senza difficoltà economiche
- gli italiani\*.

Il modello di regressione di *Poisson* conferma l'associazione positiva del consumo di tre o più porzioni giornaliere con le classi d'età più avanzate, il genere femminile, l'alta istruzione 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%).

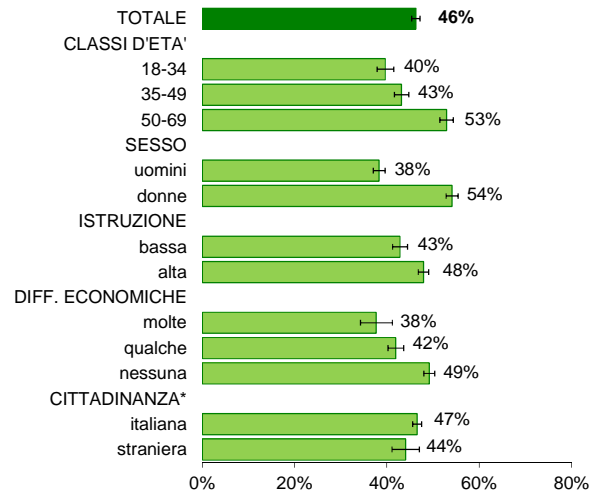
A livello regionale questa percentuale appare significativamente più elevata in Romagna e in Emilia Centro rispetto all'Emilia Nord; non mostra differenze significative tra le zone geografiche omogenee (47% nei comuni capoluoghi di Ausl; 46% in quelli di collina/pianura e 45% in quelli di montagna).

Consumo delle cinque o più porzioni di frutta e verdura raccomandate (%) Emilia-Romagna PASSI 2016-2019



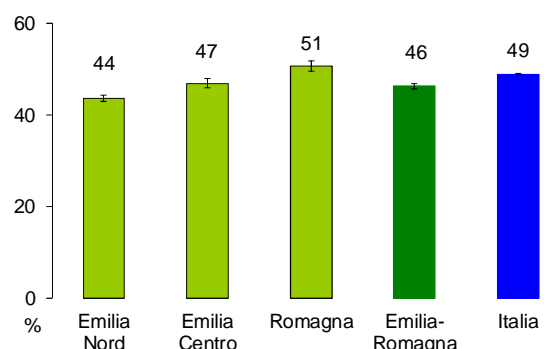
\* Italiani: persone con cittadinanza italiana o provenienti da altri Paesi a Sviluppo Avanzato (PSA); Stranieri: persone immigrate da Paesi a Forte Pressione Migratoria (PFPM)

Consumo di tre o più porzioni di frutta e verdura (%) Emilia-Romagna PASSI 2016-2019



\* 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 2016-2019



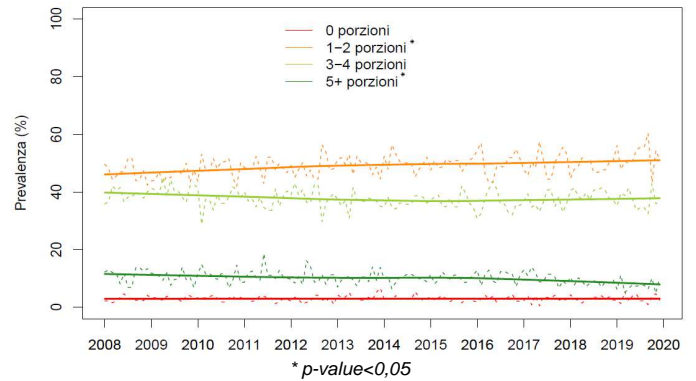
## Andamento temporale

In Emilia-Romagna il consumo di frutta e verdura appare complessivamente in diminuzione nel periodo 2008-2019. Si registra, infatti, una riduzione non significativa della prevalenza di persone che consumano tre o quattro porzioni al giorno e un aumento di quella di chi ne consuma una o due porzioni. Inoltre anche il consumo delle cinque porzioni raccomandate appare in diminuzione, andamento che raggiunge la significatività statistica. Questo fenomeno però sembra attenuarsi nell'ultimo anno.

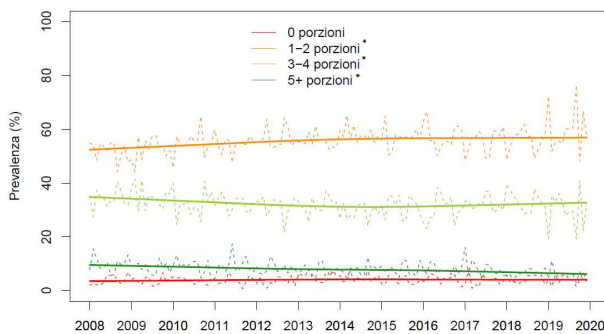
Osservando l'andamento del consumo di frutta e verdura per genere e classe d'età, si notano un aumento significativo tra gli uomini della prevalenza di consumo di una o due porzioni e una diminuzione di quella delle tre o quattro e delle cinque o più porzioni; nelle donne si evidenzia un aumento significativo solo nella prevalenza delle consumatrici di una o due porzioni di frutta e verdura e una diminuzione nel consumo di cinque o più porzioni.

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).

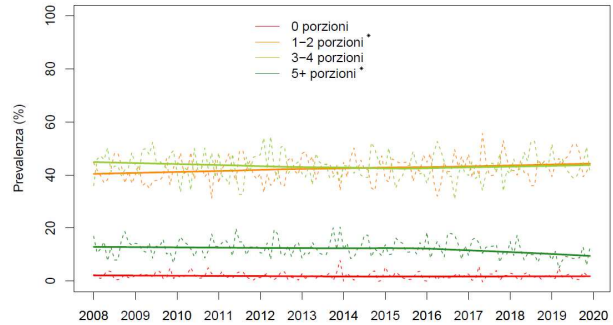
Porzioni di frutta e verdura consumate al giorno (%)  
Emilia-Romagna PASSI 2008-2019



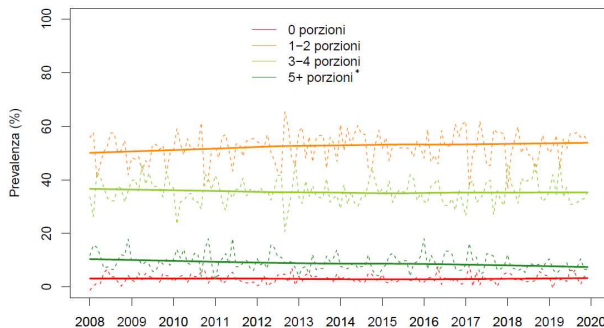
Porzioni di frutta e verdura consumate al giorno  
negli uomini (%)  
Emilia-Romagna PASSI 2008-2019



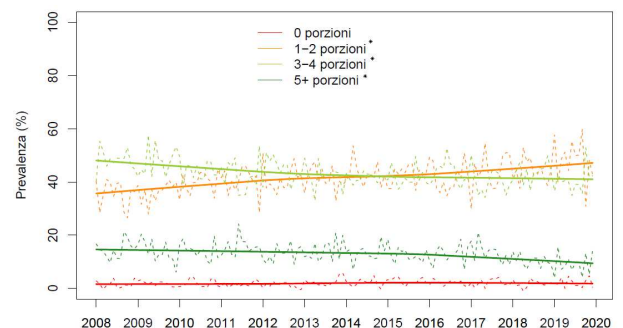
Porzioni di frutta e verdura consumate al giorno  
nelle donne (%)  
Emilia-Romagna PASSI 2008-2019



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



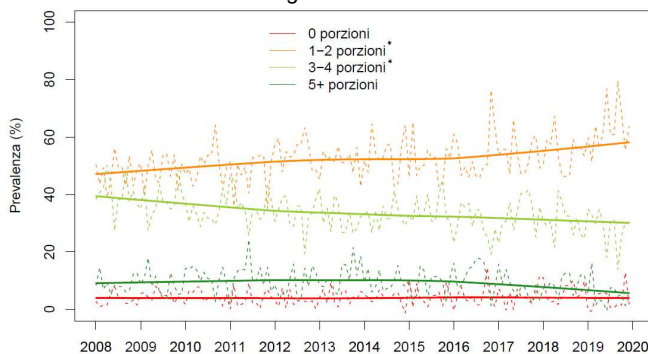
Porzioni di frutta e verdura consumate al giorno  
nelle persone 50-69enni (%)  
Emilia-Romagna PASSI 2008-2019



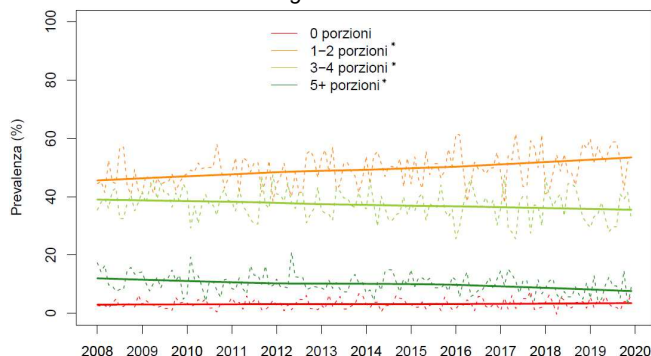
\* p-value < 0,05

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-economico<sup>5</sup> medio-basso rispetto a quelli che ne riferiscono uno alto, comportando perciò un incremento delle disuguaglianze socio-economiche.

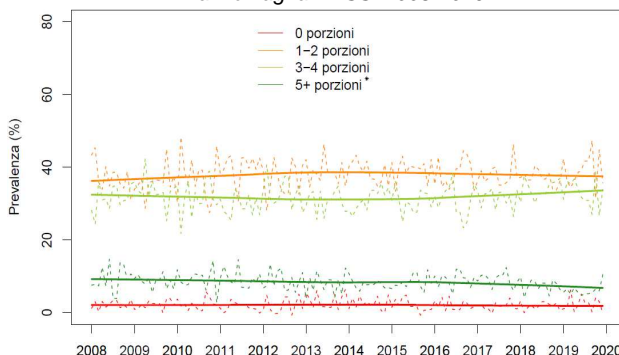
Porzioni di frutta e verdura consumate al giorno nelle persone con basso livello socio-economico (%) Emilia-Romagna PASSI 2008-2019



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



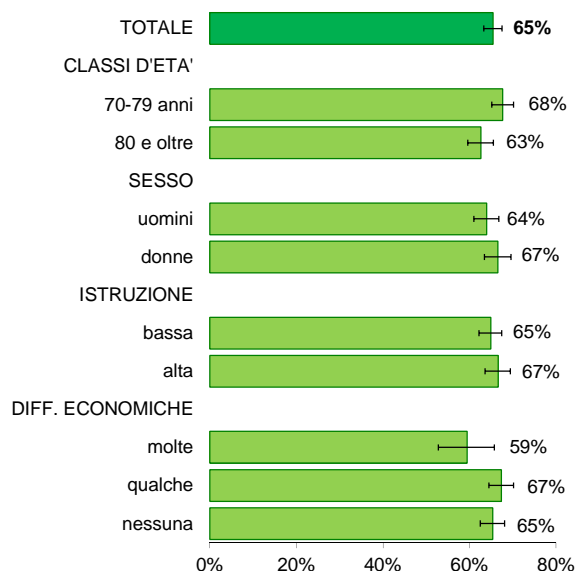
\* p-value < 0,05

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

In Emilia-Romagna il consumo di tre o più porzioni di frutta e verdura (65%) è maggiore tra le persone di fascia d'età 70-79 anni, di genere femminile e quelle con qualche difficoltà economica.

Correggendo i dati in un modello di regressione di Poisson per genere, classi d'età, livello d'istruzione e difficoltà economiche, si evidenzia associazione statisticamente significative tra l'alto consumo di frutta verdura (più di tre porzioni in una giornata) e gli ultra 80enni.

Alto consumo di frutta e verdura nelle persone ultra 69enni (più di tre porzioni) durante la settimana (%) PASSI d'Argento 2016-2019



<sup>5</sup> 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

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

A cura del Gruppo Tecnico PASSI Emilia-Romagna: Giuliano Carrozzì, Letizia Sampaolo, Luca Cerasti, Giulia Quattrini, Petra Elisabeth Bechtold, Lara Bolognesi, Anna Rita Sacchi, Fabio Faccini, Rosanna Giordano, Alma Nieddu, Anna Maria Ferrari, Francesca Ferrari, Marta Ottone, Vincenza Perlangeli, Sara De Lisio, Muriel Assunta Musti, Roberto Rangoni, Venturi Bianca, Fausto Giacomino, Aldo De Togni, Iuliana Defa, Giuliano Silvi, Oscar Mingozzi, Nicoletta Bertozzi, Sabrina Guidi, Patrizia Vitali, Michela Morri, Paola Angelini, Rossana Mignani

