



## Consumo di frutta e verdura in Emilia-Romagna: dati del sistema di sorveglianza PASSI (Anni 2018-2021)

### Consumo di frutta e verdura

#### Bambini (8-9 anni)

Dai dati Okkio<sup>1</sup> 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 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 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)

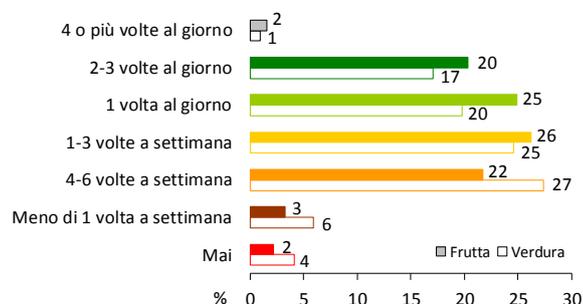
Secondo i dati PASSI nel **quadriennio 2018-2021** in Emilia-Romagna la quasi totalità degli intervistati tra i 18 e i 69 anni (97%) mangia frutta e verdura almeno una volta al giorno e poco più della metà (53%) ne consuma una o due porzioni<sup>3</sup>; poco più di un terzo (37%) tre o quattro e solo il 7% 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

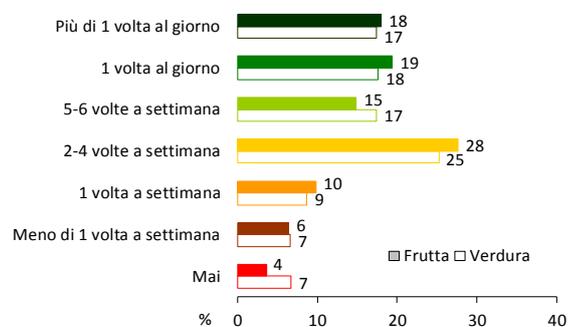
Dai dati PASSI d'Argento<sup>4</sup> **2018-2021** appare che in Emilia-Romagna quasi tutte le persone ultra 69enni (99%) mangiano frutta e verdura almeno una volta al giorno, ma il 29% ne consuma una o due porzioni, il 54% tre o quattro e solo il 17% mangia le cinque raccomandate.

La prevalenza regionale di ultra 69enni che consumano le cinque porzioni di frutta e verdura secondo le raccomandazioni (17%) è più elevata di quella nazionale (11%).

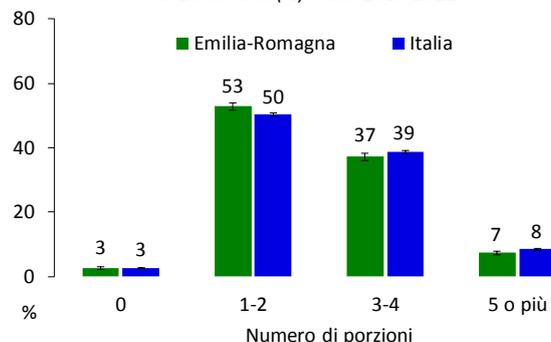
Consumo di frutta e verdura durante la settimana nei bambini di 8-9 anni (%) Emilia-Romagna OKkio 2019



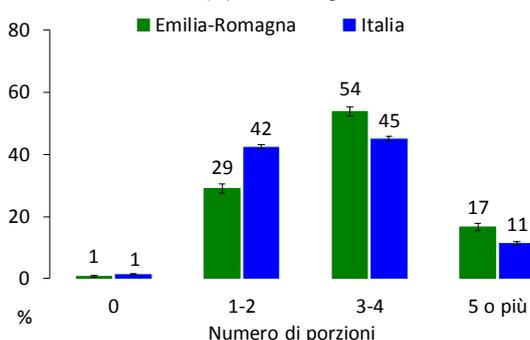
Consumo di frutta e verdura durante la settimana nei ragazzi di 11-15 anni (%) Emilia-Romagna HBSC 2018



Consumo di frutta e verdura al giorno nelle persone di 18-69 anni (%) PASSI 2018-2021



Consumo di frutta e verdura al giorno nelle persone ultra 69enni (%) PASSI d'Argento 2018-2021



<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 nel **quadriennio 2018-2021** il consumo delle cinque o più porzioni raccomandate di frutta e verdura è maggiore tra:

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

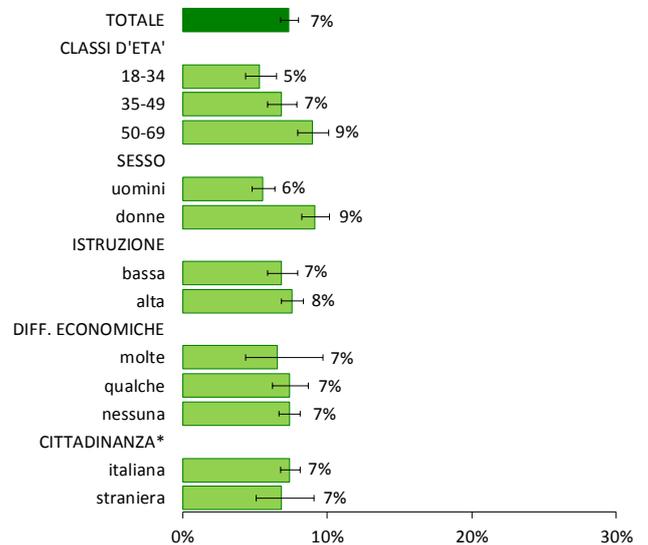
Il modello di regressione di *Poisson*, che corregge per l'influenza dei vari fattori tra di loro (età, sesso, livello d'istruzione, difficoltà economiche e cittadinanza), conferma l'associazione positiva del consumo raccomandato sia con le classi d'età avanzate che con il genere femminile.

A livello regionale tra il 2018-2021 il consumo raccomandato di frutta e verdura è superiore in Romagna (12%) rispetto all'Emilia Nord (9%) e all'Emilia Centro (8%); non appaiono, invece, differenze significative tra le zone geografiche omogenee: il consumo raccomandato è dell'8% nei comuni capoluoghi di Ausl e del 7% in quelli di pianura/collina e di montagna.

Ponendo l'attenzione sui 18-69enni emiliano-romagnoli con almeno una patologia, solo il 9% consuma le 5 o più porzioni raccomandate di frutta o verdura al giorno mentre il restante 91% ne consuma meno, pari ad una stima di 530mila persone.

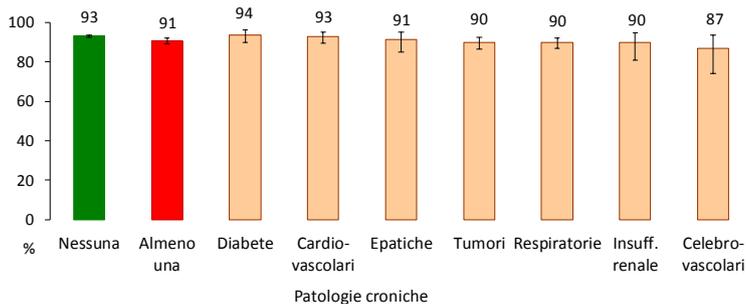
A livello regionale la prevalenza di chi assume meno delle porzioni di frutta o verdura raccomandate è statisticamente più elevata negli adulti con nessuna patologia (93%) rispetto a chi ne ha almeno una (91%) ed è maggiore tra chi è affetto da diabete (91%), da una patologia cardiovascolare (93%) o epatica (91%); le differenze non sono significative sul piano statistico.

Consumo delle cinque o più porzioni di frutta e verdura raccomandate (%) Emilia-Romagna PASSI 2018-2021

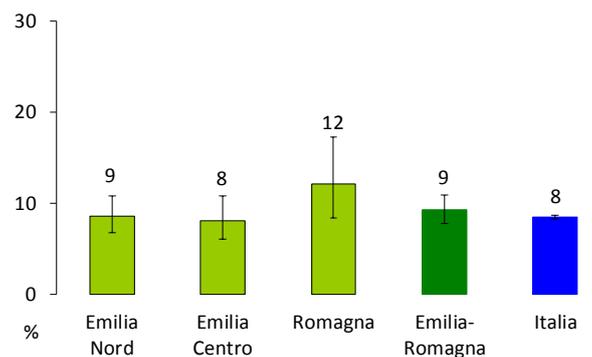


\* Italiani: persone con cittadinanza italiana o provenienti da altri Paesi a Sviluppo Avanzato (PSA);  
Stranieri: persone immigrate da Paesi a Forte Pressione Migratoria (PFPM)

Consumo di meno di cinque porzioni di frutta e verdura raccomandate (%) PASSI 2018-2021



Consumo delle cinque o più porzioni di frutta e verdura raccomandate (%) PASSI 2018-2021



Il Piano nazionale della prevenzione (PNP) 2021-2025 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 **quadriennio 2018-2021** il 45% dei 18-69enni consuma almeno tre porzioni di frutta e verdura al giorno, percentuale più alta tra:

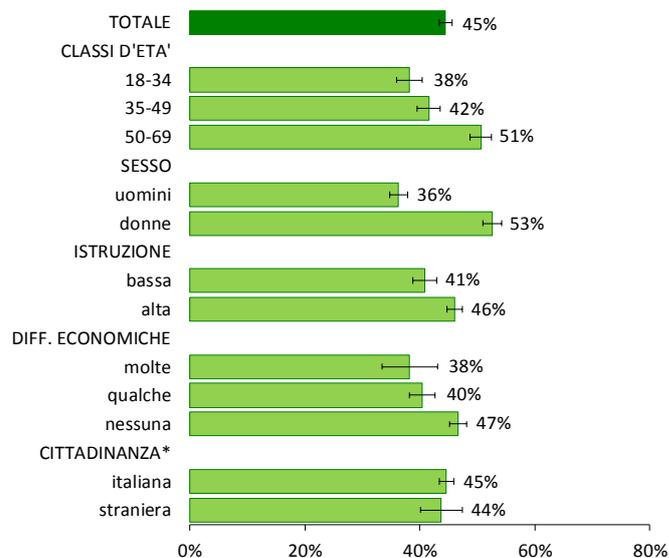
- le persone con 50-69 anni
- le donne
- le persone con alta istruzione
- chi non riferisce difficoltà economiche

Il modello di regressione di *Poisson*, che corregge per l'influenza dei vari fattori tra di loro, conferma tutte le associazioni elencate.

La prevalenza regionale di persone che consuma tre o più porzioni di frutta e verdura al giorno (45%) risulta essere statisticamente inferiore rispetto al livello nazionale (47%).

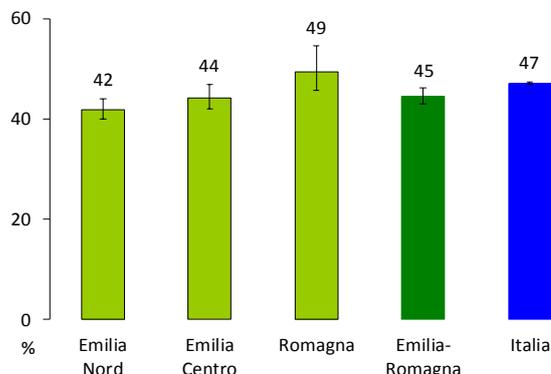
A livello regionale questa percentuale tra il 2018-2021 appare significativamente più elevata in Romagna (49%) rispetto all'Emilia Centro (44%) e all'Emilia Nord (42%); non mostra differenze significative tra le zone geografiche omogenee (45% nei comuni capoluoghi di Ausl, 44% in quelli di collina/pianura e 42% in quelli di montagna).

Consumo di tre o più porzioni di frutta e verdura (%)  
Emilia-Romagna PASSI 2018-2021



\* 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 2018-2021

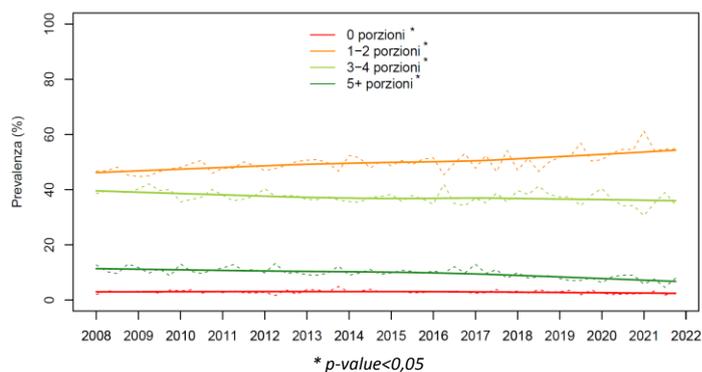


## Andamento temporale

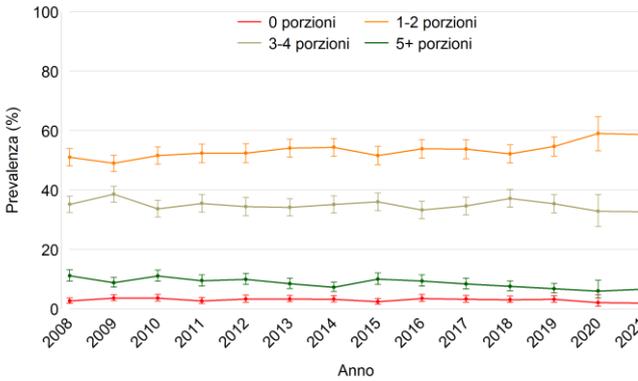
In Emilia-Romagna l'analisi temporale condotta per il periodo 2008-2021 evidenzia come il consumo di 3 o più porzioni di frutta e verdura appaia complessivamente in diminuzione. Si registra, in particolare, una riduzione significativa della prevalenza di persone che consuma più di cinque porzioni, quella di chi ne consuma tre o quattro porzioni al giorno e quella di chi non ne consuma; aumenta invece la prevalenza di chi ne consuma una o due porzioni.

Questo fenomeno sembra incrementare nel **biennio 2020-2021**: il consumo delle 5 porzioni diminuisce nel 2021 (6,2%) rispetto al 2020 e al 2019 (7,3% in entrambe) al contrario il consumo di una o due porzioni aumenta nel 2020 e nel 2021 (54,8%) rispetto al 2019 (52,7%); il calo è più evidente nella classe d'età 50-69anni (10,4% nel 2020 rispetto al 7,1% nel 2021).

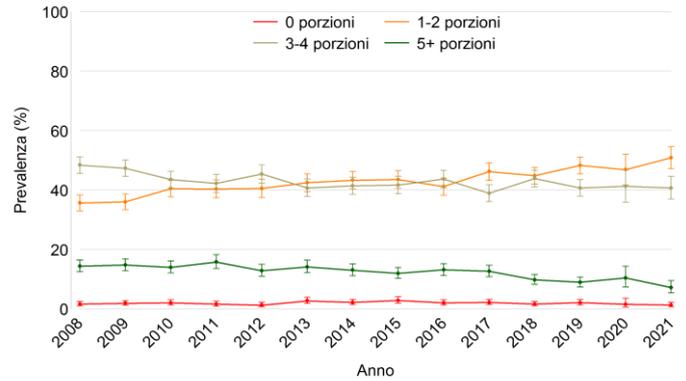
Porzioni di frutta e verdura consumate al giorno (%)  
Emilia-Romagna PASSI 2008-2021



Porzioni di frutta e verdura consumate al giorno  
nelle persone 35-49enni (%)  
Emilia-Romagna PASSI 2008-2021

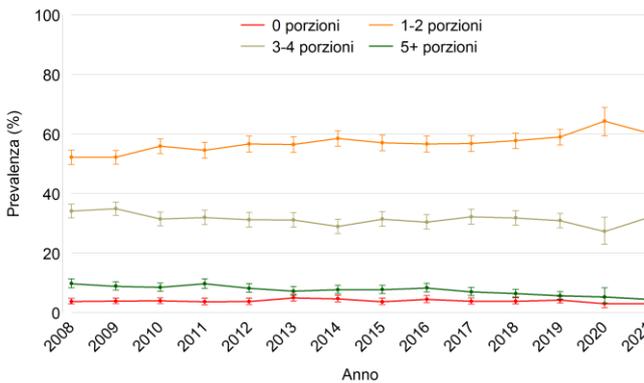


Porzioni di frutta e verdura consumate al giorno  
nelle persone 50-69enni (%)  
Emilia-Romagna PASSI 2008-2021

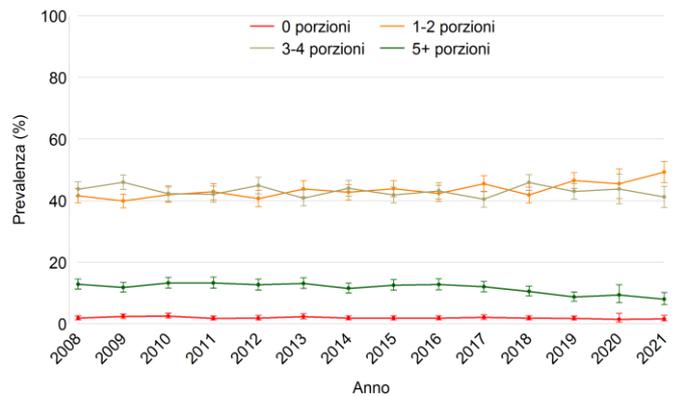


L'analisi temporale del consumo di frutta e verdura per genere per il periodo 2008-2021 mostra un aumento tra gli uomini della prevalenza di consumo di una o due porzioni e una diminuzione di quella delle tre o quattro fino al 2020; nel 2021 la tendenza si inverte. Nelle donne si evidenzia un aumento nella prevalenza delle consumatrici di una o due porzioni di frutta e verdura e una diminuzione nel consumo di cinque o più porzioni per tutto il periodo.

Porzioni di frutta e verdura consumate al giorno  
negli uomini (%)  
Emilia-Romagna PASSI 2008-2021



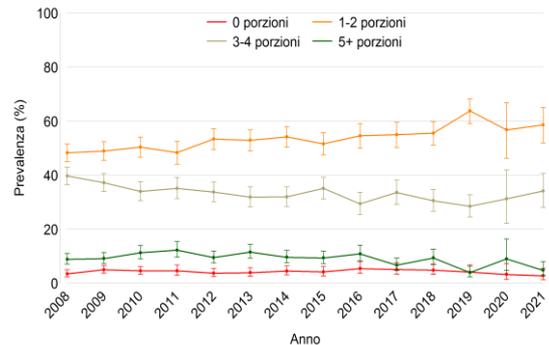
Porzioni di frutta e verdura consumate al giorno  
nelle donne (%)  
Emilia-Romagna PASSI 2008-2021



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: la principale conseguenza è un incremento delle disuguaglianze socio-economiche.

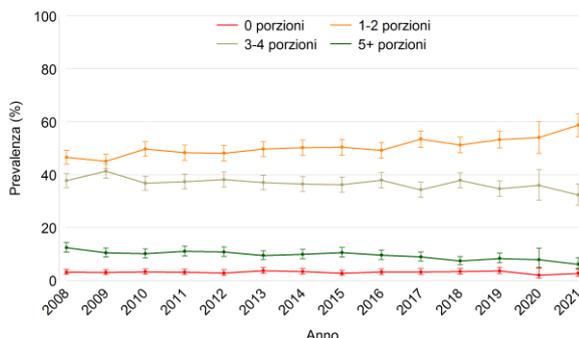
Durante il **biennio 2020-2021** il consumo delle 5 porzioni è calato nel 2021 rispetto al 2020 sia tra chi ha un livello socio-economico basso (9% nel 2020 rispetto al 4,7% del 2021) sia tra chi ha un livello medio (7,8% nel 2020 rispetto al 6% del 2021).

Porzioni di frutta e verdura consumate al giorno  
nelle persone con basso livello socio-economico (%)  
Emilia-Romagna PASSI 2008-2021

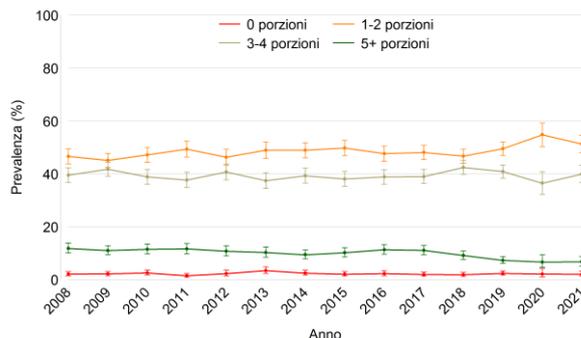


<sup>5</sup> Livello basso: persona con bassa istruzione e presenza di difficoltà economiche; livello medio: persona con bassa istruzione e assenza di difficoltà economiche oppure con alta istruzione e presenza di difficoltà economiche; livello alto: persona con alta istruzione e assenza di difficoltà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

Porzioni di frutta e verdura consumate al giorno nelle persone con medio livello socio-economico (%) Emilia-Romagna PASSI 2008-2021



Porzioni di frutta e verdura consumate al giorno nelle persone con alto livello socio-economico (%) Emilia-Romagna PASSI 2008-2021



\* 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 nel **quadriennio 2018-2021** il consumo di tre o più porzioni di frutta e verdura (70%) è maggiore tra le persone di fascia d'età 70-79 anni, tra quelli con alta istruzione e tra chi riferisce qualche o nessuna difficoltà economica.

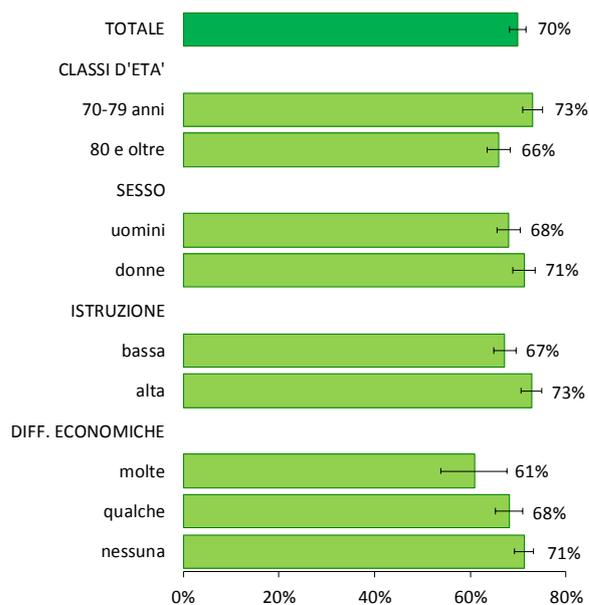
Infatti l'alto consumo decresce significativamente nella fascia degli ultra 80enni e con l'aumentare delle difficoltà economiche.

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.

Durante il **biennio 2020-2021** l'alto consumo è aumentato (72% nel 2020 e 73% nel 2021) rispetto al 2019 (68%) e al 2018 (67%), l'aumento è più evidente nelle donne (74%) rispetto agli uomini (71%); le differenze tuttavia non risultano significative sul piano statistico.

Ponendo l'attenzione sugli ultra 69enni emiliano-romagnoli con patologie croniche tra il 2018-2021, il consumo di tre o più porzioni di frutta e verdura è del 71% tra chi soffre di una patologia cronica e del 66% tra chi ne ha 2 o più patologie rispetto al 72% 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 2018-2021



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

A cura del Gruppo Tecnico PASSI Emilia-Romagna: Giuliano Carrozzì, Letizia Sampaolo, Angela Grieco, Elena Zambiasi, Rita Prazzoli, Rosanna Giordano, Marta Ottone, Isabella Bisceglia, Vincenza Perlangeli, Sara De Lisio, Muriel Assunta Musti, Bianca Venturi, Cristina Conti, Sara Ferioli, Giulia Silvestrini, Viviana Santoro, Cristina Raineri, Roberta Farneti Nicoletta Bertozzi, Francesca Righi, Sabrina Guidi, Patrizia Vitali, Laura Sardonini, Michela Morri, Cania Adrian, Paola Angelini

