



Consumo di frutta e verdura in Emilia-Romagna: dati del sistema di sorveglianza PASSI (Anni 2021-2022)

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 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 (21% negli 11enni, 16% nei 13enni e 17% nei 15enni) aderisce a questa raccomandazione, mentre il 64% non ne consuma quotidianamente e il 5% 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 (18% negli 11enni, 16% nei 13enni e 19% nei 15enni) aderisce a tale raccomandazione. Il 65% non ne consuma quotidianamente e il 7% mai. Come per la frutta, anche in questo caso si evidenzia un differenziale di genere a favore delle ragazze.

Adulti (18-69 anni)

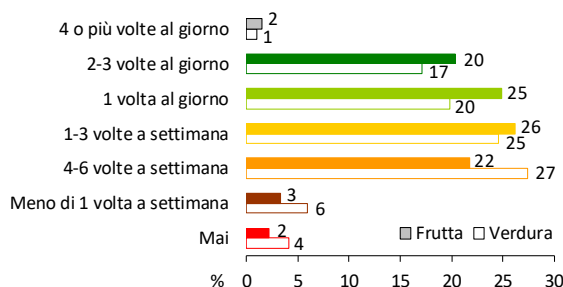
Secondo i dati PASSI del biennio 2021-2022, in Emilia-Romagna la quasi totalità degli intervistati tra i 18 e i 69 anni (98%) mangia frutta e verdura almeno una volta al giorno: il 57% ne consuma una o due porzioni³, il 35% tre o quattro e solo il 6% mangia le cinque o più porzioni raccomandate. Rispetto 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

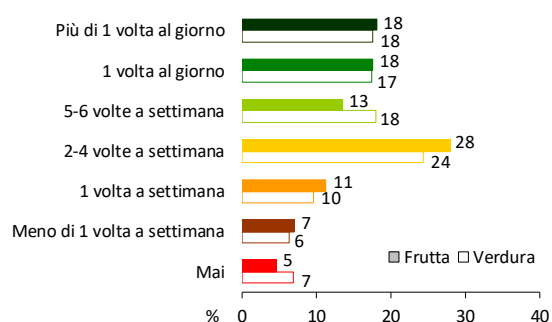
Dai dati PASSI d'Argento⁴ 2021-2022 appare che in Emilia-Romagna quasi tutte le persone ultra 69enni (99%) mangiano frutta e verdura almeno una volta al giorno: il 31% ne consuma una o due porzioni, il 54% tre o quattro e solo il 15% mangia le cinque raccomandate.

La prevalenza regionale di ultra 69enni che consumano le cinque porzioni di frutta e verdura secondo le raccomandazioni (15%) è più elevata di quella nazionale (10%).

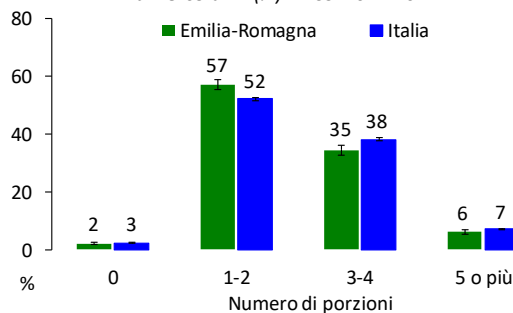
Consumo di frutta e verdura durante la settimana nei bambini di 8-9 anni (%) Emilia-Romagna OKkio 2019



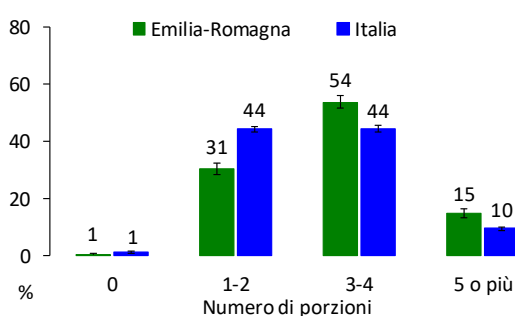
Consumo di frutta e verdura durante la settimana nei ragazzi di 11-15 anni (%) Emilia-Romagna HBSC 2022



Consumo di frutta e verdura al giorno nelle persone di 18-69 anni (%) PASSI 2021-2022



Consumo di frutta e verdura al giorno nelle persone ultra 69enni (%) PASSI d'Argento 2021-2022



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 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

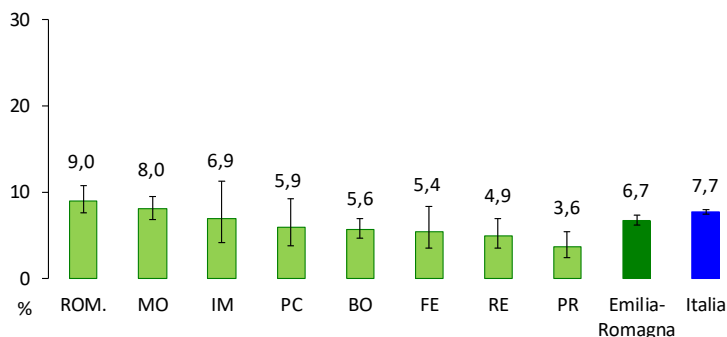
In Emilia-Romagna nel **bennio 2021-2022** il consumo delle cinque o più porzioni raccomandate di frutta e verdura è maggiore tra:

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

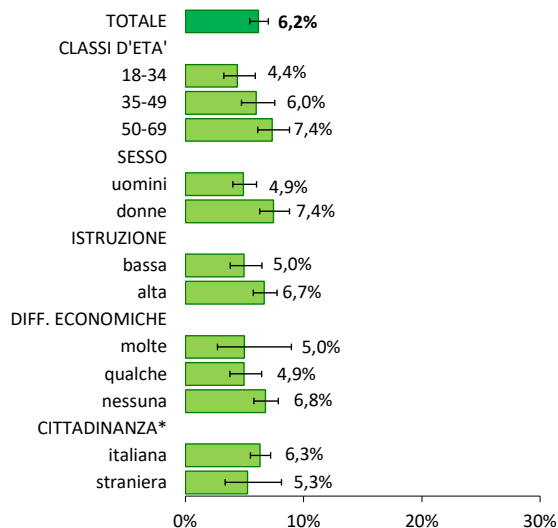
Il modello di regressione di *Poisson*, che corregge per l'influenza dei vari fattori tra di loro (età, sesso, livello d'istruzione, difficoltà economiche e cittadinanza), conferma l'associazione positiva del consumo raccomandato sia con le classi d'età 35-49 e 50-69 anni sia con il genere femminile.

A livello territoriale nel quadriennio 2019-2022 il consumo raccomandato di frutta e verdura va dal 9,0% dell'Ausl della Romagna al 3,6% dell'Ausl di Parma; appaiono differenze significative 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 2019-2022



Consumo delle cinque o più porzioni di frutta e verdura raccomandate (%) Emilia-Romagna PASSI 2021-2022

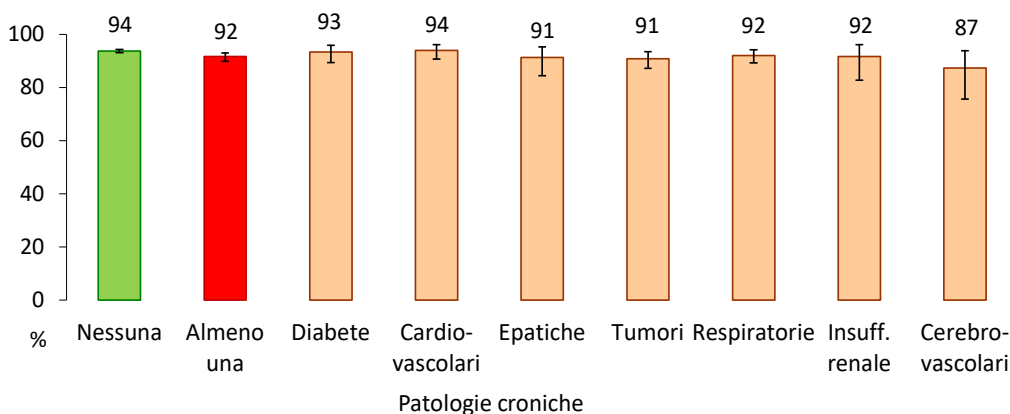


* Italiani: persone con cittadinanza italiana o provenienti da altri Paesi a Sviluppo Avanzato (PSA); Stranieri: persone immigrate da Paesi a Forte Pressione Migratoria (PFPM)

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 543mila persone; in particolare quest'ultima percentuale è maggiore tra chi è affetto da una patologia cardiovascolare (94%) o diabete (93%).

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 (%) PASSI 2019-2022



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 2021-2022 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
- con nessuna difficoltà economiche.

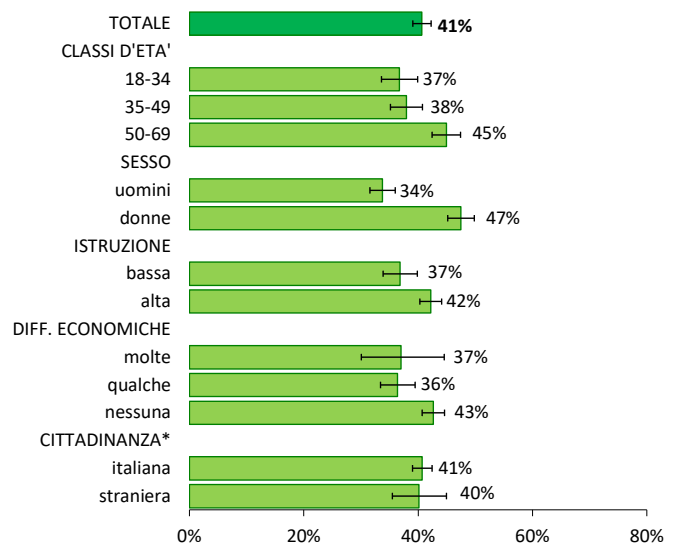
Il modello di regressione di *Poisson*, che corregge per l'influenza dei vari fattori tra di loro, conferma l'associazione con la classe d'età 50-69 anni, il genere femminile e l'alta istruzione.

Nel quadriennio 2019-2022 a livello territoriale questa percentuale varia dal 47% dell'Ausl della Romagna al 37% delle Ausl di Parma e Reggio Emilia; non mostra differenze significative tra le zone geografiche omogenee (43% nei comuni capoluoghi di Ausl, 42% in quelli di collina/pianura e 39% in quelli di montagna).

Andamento temporale

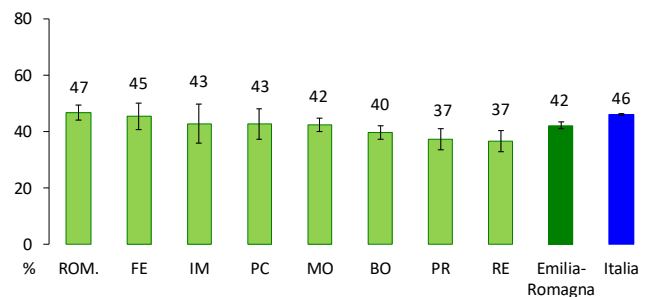
Nel periodo 2008-2022 in Emilia-Romagna si osserva un aumento della prevalenza di 18-69enni che consumano giornalmente 1-2 porzioni di frutta e verdura e una riduzione di chi ne mangia 3-4 oppure 5 o più porzioni; questi andamenti erano già iniziati nel periodo prepandemico, probabilmente a causa della crisi economica iniziata nel 2008, ma dopo il 2020 sono più evidenti.

Consumo di tre o più porzioni di frutta e verdura (%)
Emilia-Romagna PASSI 2021-2022

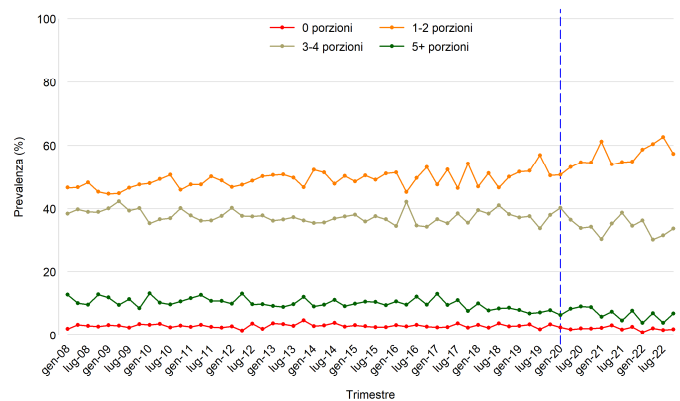


* Italiani: persone con cittadinanza italiana o provenienti da altri Paesi a Sviluppo Avanzato (PSA); Stranieri: persone immigrate da Paesi a Forte Pressione Migratoria (PFPM)

Consumo di tre o più porzioni di frutta e verdura (%)
PASSI 2019-2022

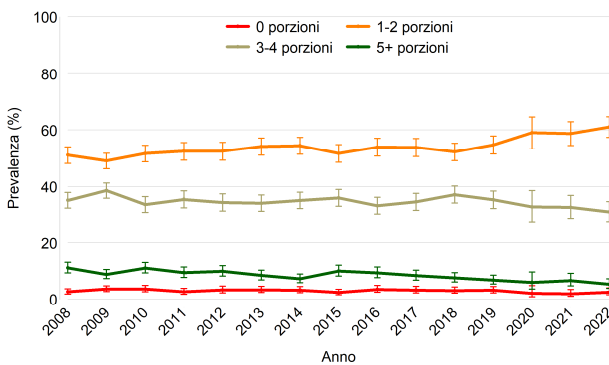


Porzioni di frutta e verdura consumate al giorno (%)
Emilia-Romagna PASSI 2008-2022

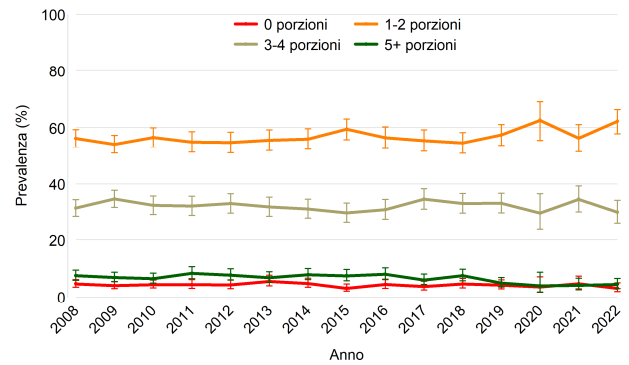


In Emilia-Romagna l'analisi dei dati annuali per il periodo 2008-2022 mostra come l'aumento del consumo di una o due porzioni e la diminuzione del consumo delle tre o quattro porzioni nel triennio 2020-2022 sia più marcato nelle donne, dopo i 35 anni, tra le persone con difficoltà economiche e in quelle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

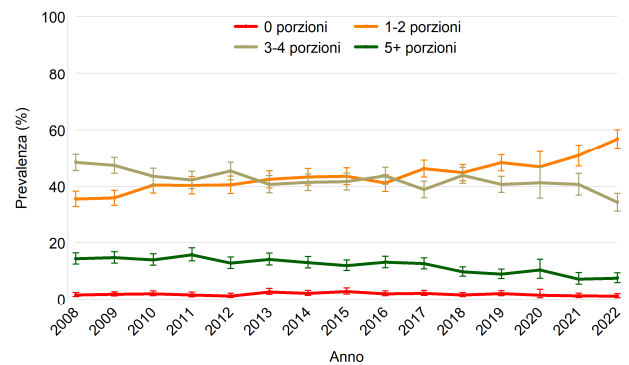
Porzioni di frutta e verdura consumate al giorno nelle persone con 35-49 anni (%) Emilia-Romagna PASSI 2008-2022



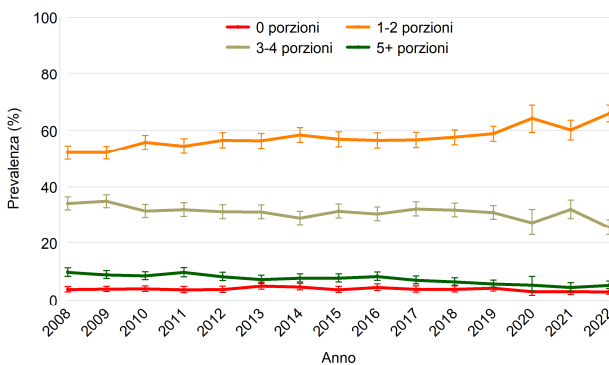
Porzioni di frutta e verdura consumate al giorno nelle persone con 18-34 anni (%) Emilia-Romagna PASSI 2008-2022



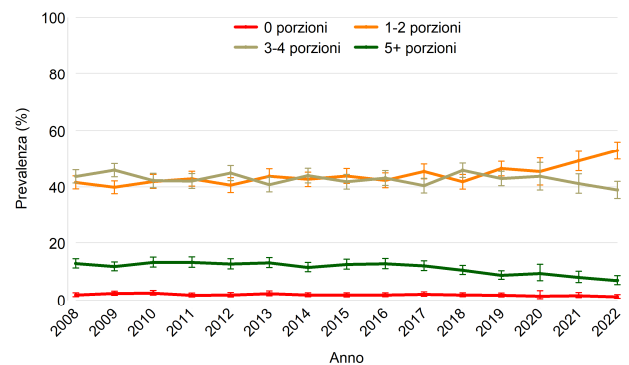
Porzioni di frutta e verdura consumate al giorno nelle persone con 50-69 anni (%) Emilia-Romagna PASSI 2008-2022



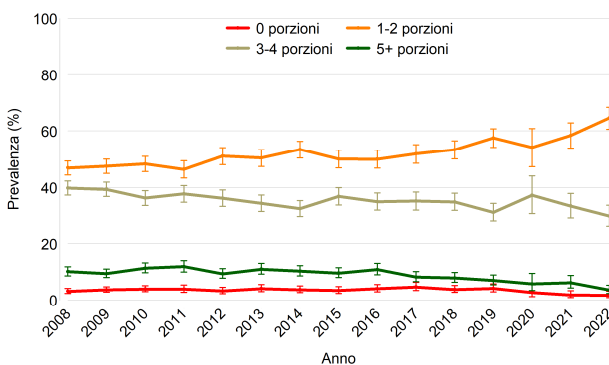
Porzioni di frutta e verdura consumate al giorno negli uomini (%) Emilia-Romagna PASSI 2008-2022



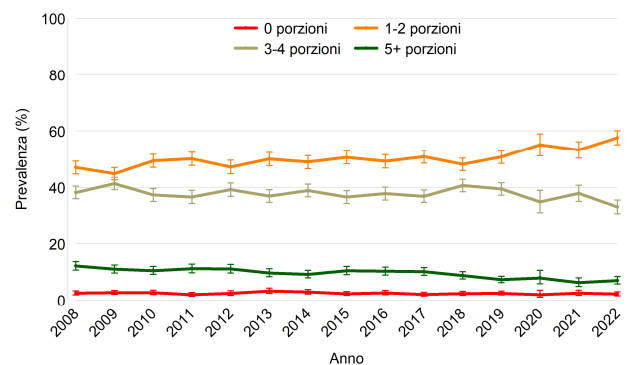
Porzioni di frutta e verdura consumate al giorno nelle donne (%) Emilia-Romagna PASSI 2008-2022



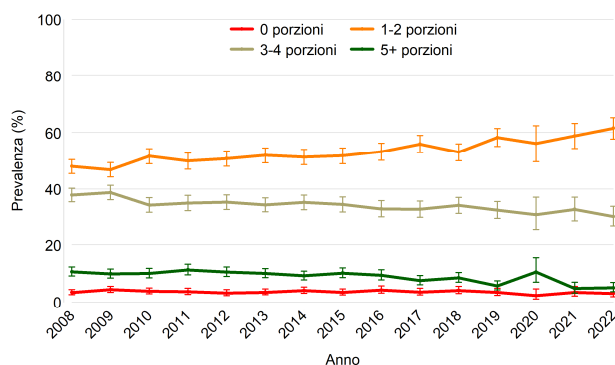
Porzioni di frutta e verdura consumate al giorno nelle persone con bassa istruzione (%) Emilia-Romagna PASSI 2008-2022



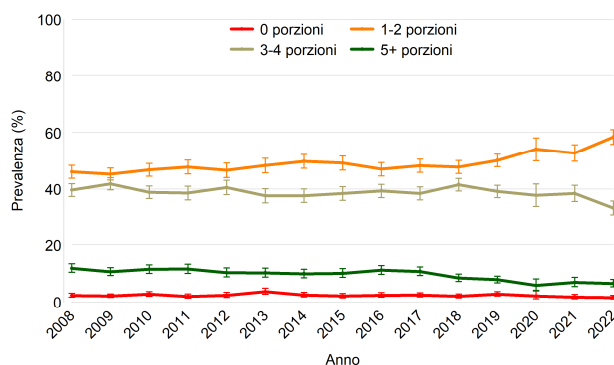
Porzioni di frutta e verdura consumate al giorno nelle persone con alta istruzione (%) Emilia-Romagna PASSI 2008-2022



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 2008-2022



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

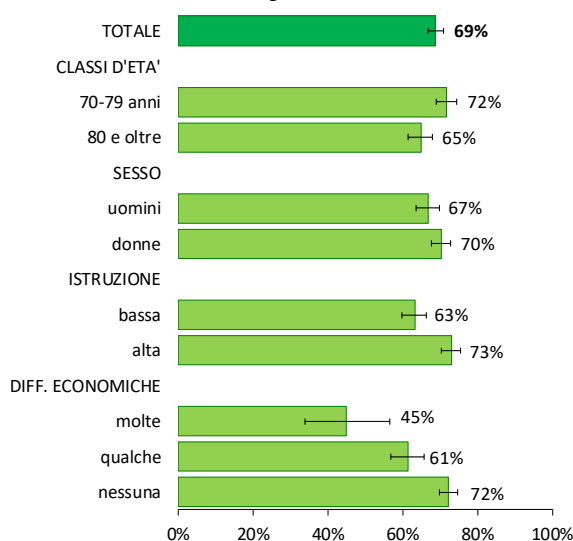
In Emilia-Romagna nel biennio 2021-2022 il 69% delle persone con 70 anni e oltre ha dichiarato di consumare giornalmente tre o più porzioni di frutta e verdura (69%). Questa percentuale è maggiore tra le persone con 70-79 anni, quelle con alta istruzione e quelle con qualche o nessuna difficoltà economica.

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 il genere femminile, l'alta istruzione e l'assenza di molte difficoltà economiche.

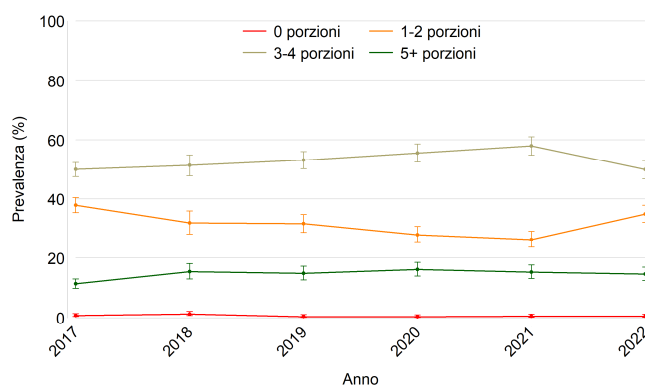
Tra gli ultra 69enni emiliano-romagnoli con patologie croniche, il 67% delle persone una patologia cronica ha riportato di consumare giornalmente tre o più porzioni di frutta e verdura, percentuale inferiore a chi non ne ha riportata alcuna (72%).

Nel periodo 2017-2022 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, invece, appare un'inversione di queste due tendenze.

Alto consumo di frutta e verdura nelle persone ultra 69enni (tre o più porzioni) durante la settimana (%) PASSI d'Argento 2021-2022



Porzioni di frutta e verdura consumate al giorno nelle persone ultra 69enni (%) Emilia-Romagna PASSI d'Argento 2017-2022



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, Giorgio Chiaranda, Elena Cammi, Cristina Sartori, Alice Corsaro, Isabella Bisceglia, Marta Ottone, Vincenza Perlangeli, Sara De Lisio, Muriel Assunta Musti, Anna Prengka, Cristina Conti, Roberta Matulli, Sara Ferioli, Giulia Silvestrini, Viviana Santoro, Cristina Raineri, Roberta Farneti, Giorgia D'Aulerio, Marina Di Meco, Sabrina Guidi, Patrizia Vitali, Cania Adrian, Paola Angelini

