



Consumo di frutta e verdura in Calabria: i dati del sistema di sorveglianza PASSI 2023-2024

Consumo di frutta e verdura

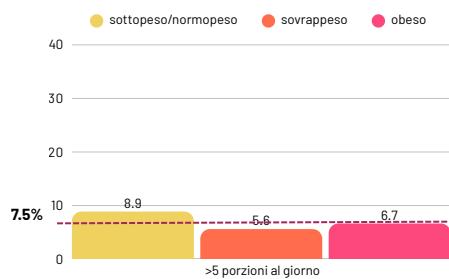
In Calabria, nel biennio 2023-2024, poco più della metà delle persone di 18-69 anni (51%) riferisce di consumare 1-2 porzioni di frutta o verdura al giorno, il 32% mangia 3-4 porzioni, mentre **poco più del 7% ne consuma la quantità raccomandata dalle linee guida per una corretta alimentazione, ovvero 5 porzioni al giorno (five a day)**. Circa una persona su 10 (9%) dichiara di non mangiare né frutta né verdura.



Consumare almeno 5 porzioni di frutta e verdura al giorno, come raccomandato, resta un'abitudine che coinvolge poche persone, non superando mai il 12% neppure nei gruppi che ne fanno un maggior consumo, pertanto perde anche di importanza il confronto fra i diversi gruppi della popolazione.

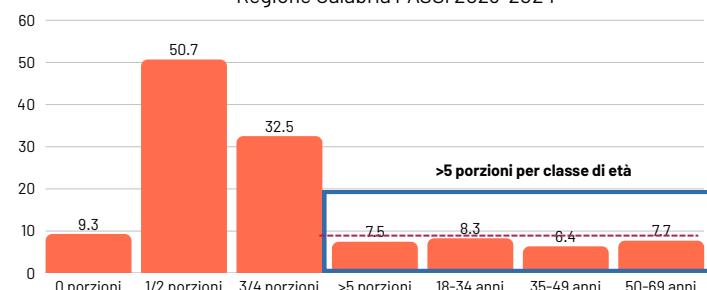
>5 porzioni al giorno per BMI (%)

Calabria PASSI 2023-2024

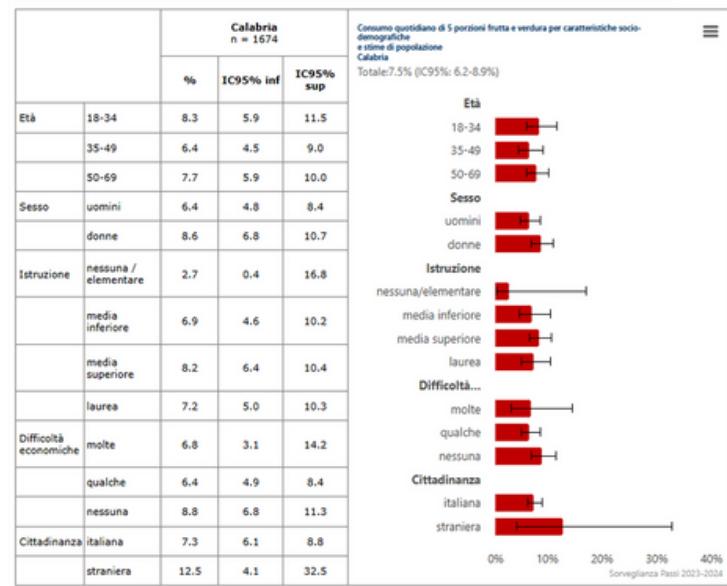


Porzioni di frutta e verdure giornaliere %

Regione Calabria PASSI 2023-2024



Consumo quotidiano di 5 porzioni frutta e verdura



È interessante notare che il consumo di frutta e verdura è più basso tra i soggetti in sovrappeso e obesi.

Se l'adesione al **five a day** resta un'abitudine di pochi, **il 40% della popolazione consuma complessivamente almeno 3 porzioni di frutta o verdura al giorno;** le caratteristiche di chi ha comunque questa buona abitudine restano associate al genere femminile ed all'età più avanzata.



Che cos'è il sistema di sorveglianza PASSI?

PASSI (Progressi delle Aziende Sanitarie per la Salute in Italia) è un **sistema di sorveglianza** della popolazione adulta. L'obiettivo è stimare la frequenza e l'evoluzione dei fattori di rischio per la salute, legati ai comportamenti individuali, oltre alla diffusione delle misure di prevenzione. Un campione di residenti di età compresa **tra 18 e 64 anni** viene estratto con metodo casuale dagli elenchi delle anagrafi sanitarie. Personale delle ASP, specificatamente formato, effettua interviste telefoniche con un questionario standardizzato. I dati vengono registrati in forma anonima in un archivio unico nazionale. Per il **periodo 2023-2024** per la regione Calabria sono state incluse nell'analisi **1674** interviste.

Per maggiori informazioni, visita il sito www.epicentro.iss.it/passi

A cura di:

- Dott.ssa Emilia Caligiuri - ASP di Catanzaro
- Francesco Lucia; Dario Macchioni, Anna Domenica Mignuoli, Giuseppe Furgiuele, Annamaria Lopresti, Elisa Lazzarino, Claudia Zingone, Maria Crinò, Domenico Flotta. Gruppo di Coordinamento Sorveglianze PASSI e PASSI d'Argento - Regione Calabria (DDG n.13157 del 19/09/2024)