



## Consumo di frutta e verdura in Emilia-Romagna: dati del sistema di sorveglianza PASSI (Anni 2013-2016)

### 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> 2014 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 20% dei ragazzi (22% negli 11enni, 17% nei 13enni e 18% nei 15enni) aderisce a questa raccomandazione, mentre il 60% 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 15% circa dei ragazzi (16% negli 11enni, 15% nei 13enni e 18% nei 15enni) aderisce a tale raccomandazione. Il 64% 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)

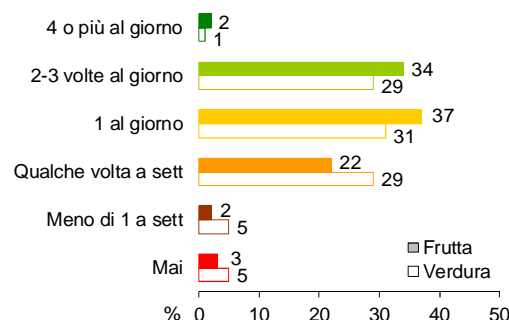
Secondo i dati PASSI in Emilia-Romagna la quasi totalità degli intervistati tra i 18 e i 69 anni (97%) mangia frutta e verdura almeno una volta al giorno, ma metà (50%) ne consuma una o due porzioni<sup>3</sup>, poco più di un terzo (37%) tre o quattro e solo il 10% mangia le cinque o più porzioni raccomandate. Il consumo regionale di frutta e verdura risulta simile a livello nazionale.

#### Persone ultra 64enni

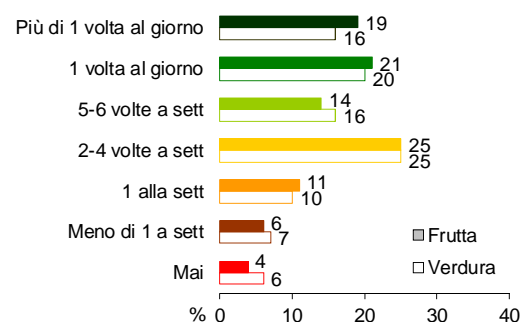
Dai dati PASSI d'Argento<sup>4</sup> appare che in Emilia-Romagna praticamente tutte le persone ultra 64enni (99%) mangiano frutta e verdura almeno una volta al giorno, ma il 46% ne mangia una o due porzioni, il 40% tre o quattro e solo il 13% mangia le cinque raccomandate.

La prevalenza regionale di ultra 64enni che consumano le cinque porzioni di frutta e verdura secondo le raccomandazioni (13%) risulta sovrapponibile a quella nazionale (11%).

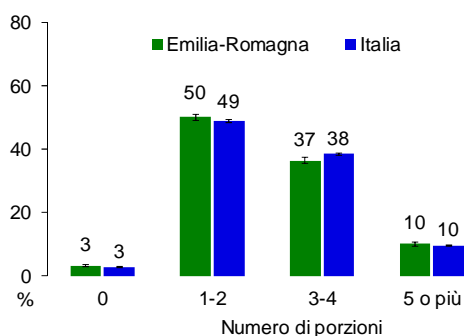
Consumo di frutta e verdura durante la settimana (%)  
Emilia-Romagna OKkio 2016



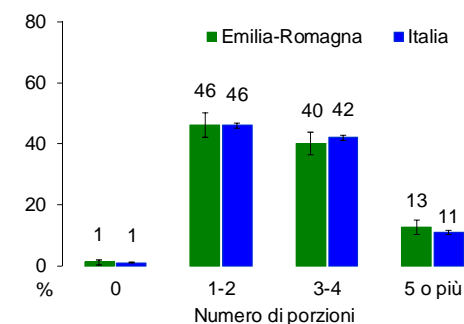
Giorni della settimana con almeno un'ora di attività fisica (%)  
Emilia-Romagna HBSC 2014



Consumo di frutta e verdura al giorno (%)  
PASSI 2013-2016



Consumo di frutta e verdura al giorno (%)  
PASSI d'Argento 2012-2013



<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

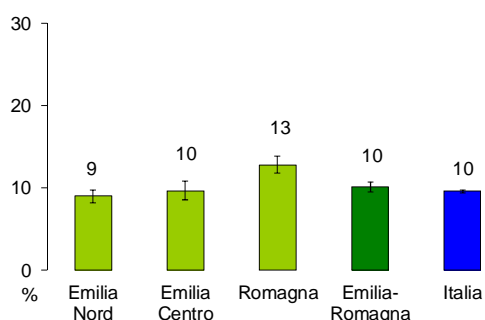
In Emilia-Romagna il consumo delle cinque o più porzioni raccomandate di frutta e verdura è maggiore tra:

- i 50-69enni
- le donne
- le persone con cittadinanza italiana\*.

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 la classe d'età 50-69 anni e il genere femminile.

A livello regionale il consumo raccomandato di frutta e verdura risulta superiore in Romagna (13%) rispetto all'Emilia Centro (10%) e all'Emilia Nord (9%); non appaiono, invece, differenze tra le zone geografiche omogenee: il consumo raccomandato è del 10% sia nei comuni capoluoghi di Ausl sia in quelli di pianura/collina e del 9% in quelli di montagna.

Consumo delle cinque o più porzioni di frutta e verdura raccomandate (%) PASSI 2013-2016



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 pone come obiettivo al 2018 l'aumento del 10% della prevalenza di persone che consumano tre o più porzioni rispetto al valore registrato nel 2013 (46,2% in Emilia-Romagna e 46,7% in Italia).

In Emilia-Romagna il 47% dei 18-69enni consuma tre o più porzioni di frutta o verdura, percentuale più alta tra:

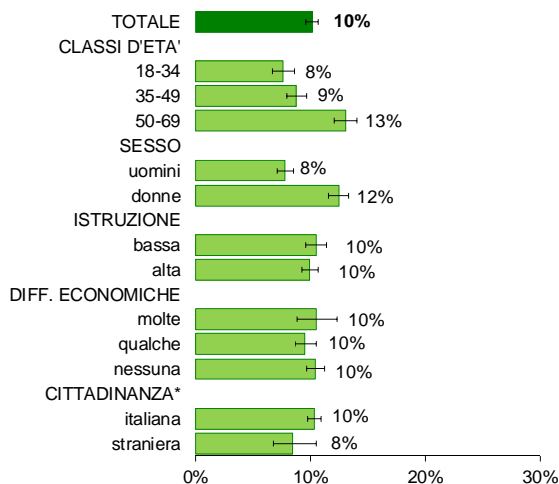
- i 50-69enni
- le donne
- le persone con alta istruzione
- gli intervistati senza difficoltà economiche
- gli italiani\*.

Il modello di regressione di Poisson, 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 di tre o più porzioni giornaliere con la classe d'età più avanzata, il genere femminile, l'alta istruzione e l'assenza di molte difficoltà economiche.

La prevalenza regionale di persone che consumano tre o più porzioni di frutta e verdura al giorno (47%) risulta sovrapponibile a quella nazionale (48%).

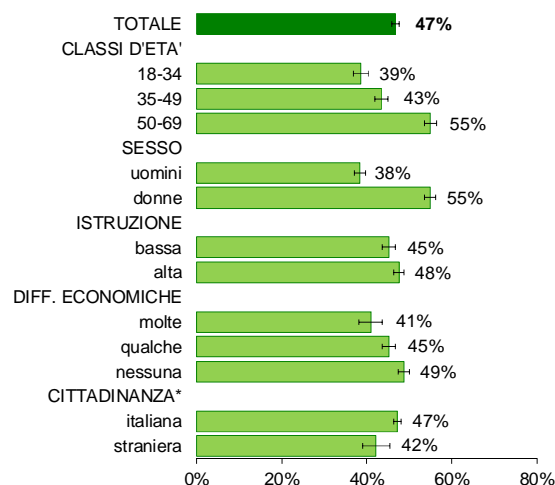
A livello regionale questa percentuale appare significativamente più elevata in Romagna e in Emilia Centro rispetto all'Emilia Nord; è inoltre maggiore nei comuni capoluoghi (48%) rispetto ai comuni di collina/pianura (46%) e a quelli di montagna (46%), differenza che raggiunge la significatività statistica.

Consumo delle cinque o più porzioni di frutta e verdura raccomandate (%) Emilia-Romagna PASSI 2013-2016



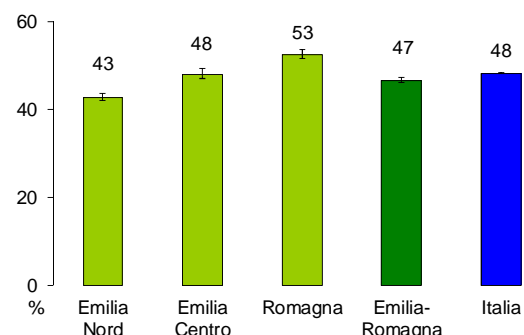
\* Italiani: persone con cittadinanza italiana o provenienti da altri Paesi a Sviluppo Avanzato (PSA); Stranieri: persone immigrate da Paesi a Forte Pressione Migratoria (PFPM)

Consumo di tre o più porzioni di frutta e verdura (%) Emilia-Romagna PASSI 2013-2016



\* 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 2013-2016



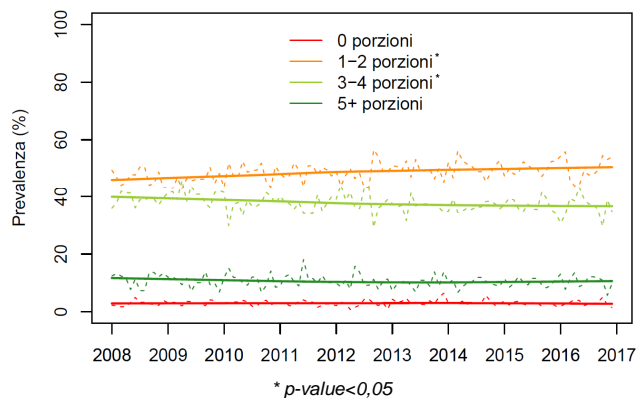
## Andamento temporale

In Emilia-Romagna il consumo di frutta e verdura appare in diminuzione nel periodo 2008-2016: risulta un calo significativo nella prevalenza di persone che consumano tre o quattro porzioni al giorno e un aumento in quella di chi ne consuma una o due porzioni; questi gradienti temporali sono evidenti soprattutto negli ultimi anni. Inoltre, il consumo delle cinque porzioni raccomandate appare in diminuzione; questo andamento, però, non raggiunge la significatività statistica.

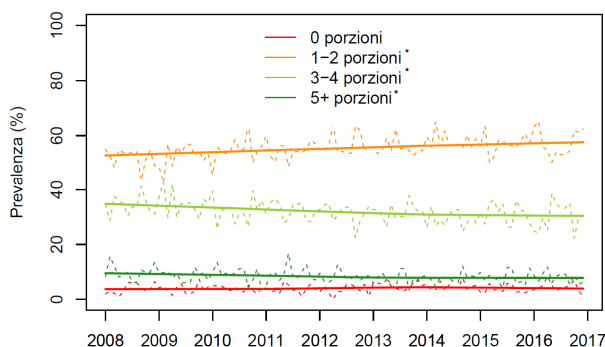
Osservando l'andamento del consumo di frutta e verdura per genere e classe d'età, si nota un aumento significativo tra gli uomini del consumo di una o due porzioni e una conseguente diminuzione di quello delle tre o quattro e delle cinque o più porzioni; nelle donne invece non si evidenziano gradienti significativi sul piano statistico.

Tra le persone con 18-34 anni si assiste a una riduzione di chi consuma una o due porzioni e una diminuzione di chi ne mangia tre o quattro, andamenti che sono più evidenti nell'ultimo biennio ma non raggiungono la significatività statistica; anche tra i 35-49enni si osserva un incremento significativo anche 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 non 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 e delle cinque o più porzioni (andamenti statisticamente significativi).

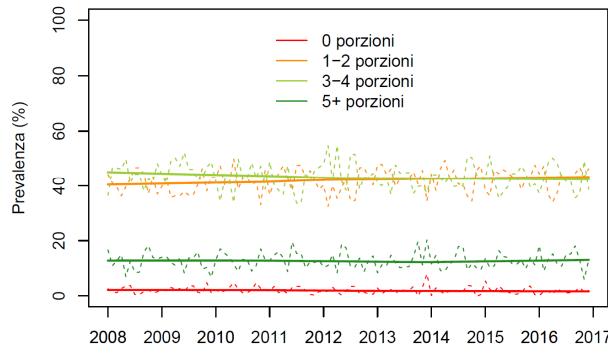
Porzioni di frutta e verdura consumate al giorno (%)  
Emilia-Romagna PASSI 2008-2016



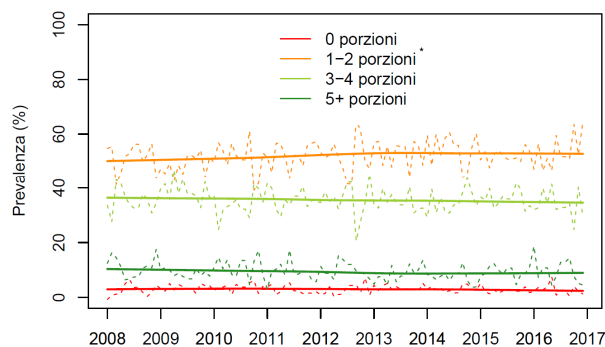
Porzioni di frutta e verdura consumate al giorno  
negli uomini (%)  
Emilia-Romagna PASSI 2008-2016



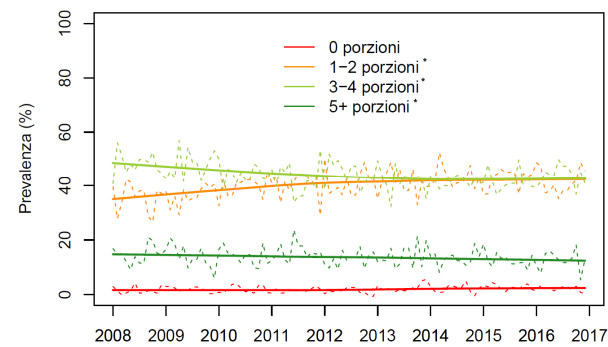
Porzioni di frutta e verdura consumate al giorno  
nelle donne (%)  
Emilia-Romagna PASSI 2008-2016



Porzioni di frutta e verdura consumate al giorno  
nelle persone 35-49enni (%)  
Emilia-Romagna PASSI 2008-2016



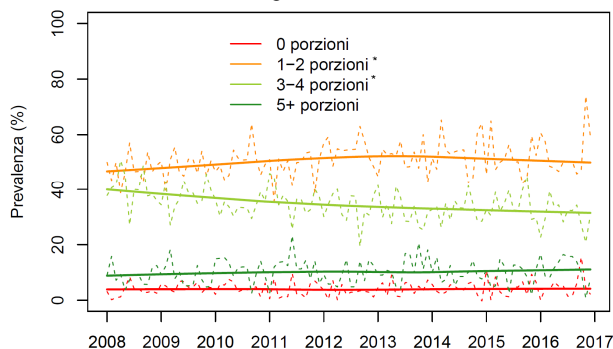
Porzioni di frutta e verdura consumate al giorno  
nelle persone 50-69enni (%)  
Emilia-Romagna PASSI 2008-2016



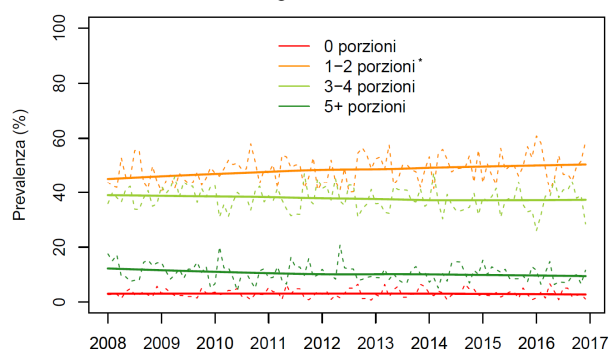
\* p-value < 0,05

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

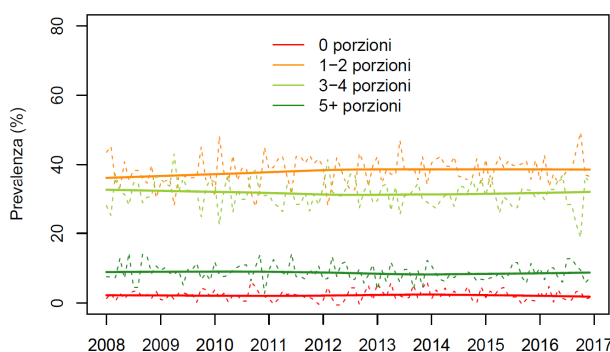
Porzioni di frutta e verdura consumate al giorno nelle persone con basso livello socio-economico (%) Emilia-Romagna PASSI 2008-2016



Porzioni di frutta e verdura consumate al giorno nelle persone con medio livello socio-economico (%) Emilia-Romagna PASSI 2008-2016



Porzioni di frutta e verdura consumate al giorno nelle persone con alto livello socio-economico (%) Emilia-Romagna PASSI 2008-2016

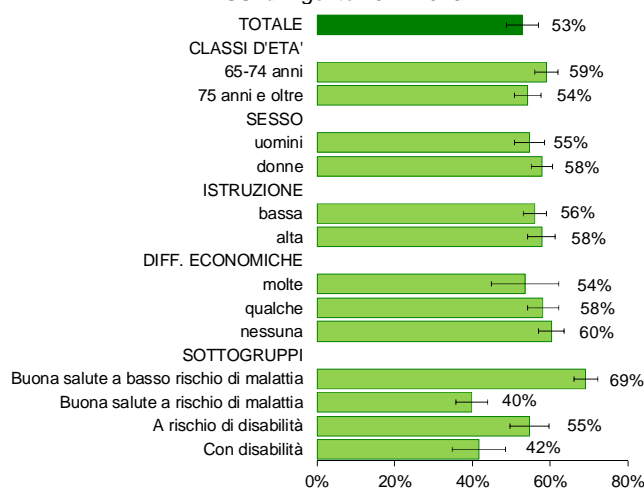


\* p-value < 0,05

## Consumo di frutta e verdura negli ultra 64enni

In Emilia-Romagna il consumo di frutta e verdura è maggiore tra le persone con 65-74 anni, di genere femminile o con nessuna difficoltà economica. Correggendo i dati in un modello di regressione logistica multivariata per genere, classi d'età, livello d'istruzione e difficoltà economiche, si evidenzia un'associazione statisticamente significativa tra l'alto consumo di frutta verdura (più di tre porzioni in una giornata) e il genere femminile e l'assenza di difficoltà economiche.

Alto consumo di frutta e verdura (più di tre porzioni) durante la settimana (%) PASSI d'Argento 2012-2013



<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: [www.ausl.mo.it/dsp/passier](http://www.ausl.mo.it/dsp/passier)

A cura del Gruppo Tecnico PASSI Emilia-Romagna: Giuliano Carrozzi, Letizia Sampaolo, Lara Bolognesi, Anna Rita Sacchi, Fabio Faccini, Alma Nieddu, Rosanna Giordano, Anna Maria Ferrari, Natalina Collina, Sara De Lisio, Ivana Stefanelli, Fausto Giacomino, Aldo De Togni, Iuliana Defta, Giuliano Silvi, Oscar Mingozzi, Sabrina Guidi, Patrizia Vitali, Michela Morri, Paola Angelini, Nicoletta Bertozzi

