



FRUTTA E VERDURA



## Il consumo di frutta e verdura nell'AUSL di Bologna

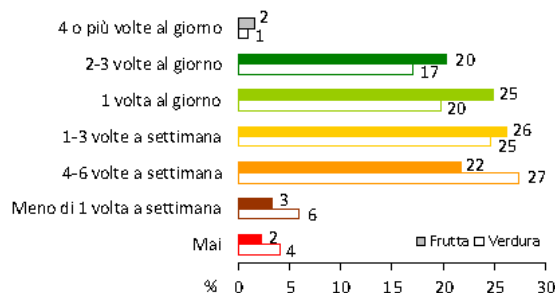
*I dati del sistema di sorveglianza PASSI (anni 2019-2022)*

### Consumo di frutta e verdura

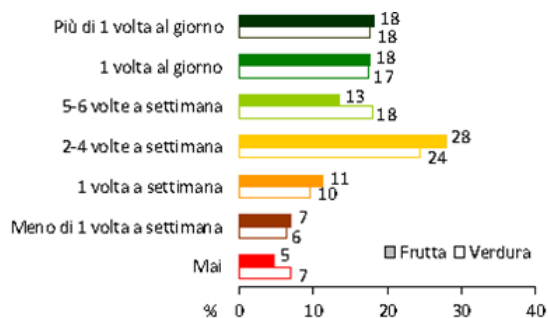
**Bambini (8-9 anni).** Dai dati Okkio<sup>1</sup> 2019 emerge che in Emilia-Romagna, secondo quanto riferiscono i genitori, solo il 22% dei bambini di 8-9 anni consuma la frutta due o più volte al giorno e il 25% una sola porzione al giorno. Più della metà dei bambini (51%) mangia frutta meno di una 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> 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.

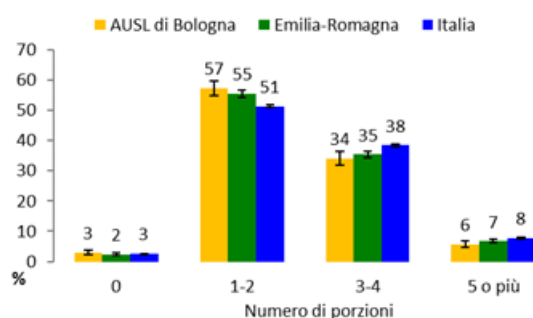
**Adulti (18-69 anni).** Secondo i dati PASSI nell'AUSL di Bologna la quasi totalità degli intervistati tra i 18 e i 69 anni (97%) mangia frutta e verdura almeno una volta al giorno: poco più della metà (57%) consuma 1-2 porzioni<sup>3</sup>, un terzo circa (34%) 3-4 e solo il 6% mangia le 5 o più porzioni raccomandate. Il consumo di frutta e verdura risulta in linea con quello registrato a livello regionale e nazionale.



Consumo di frutta e verdura durante la settimana (%) – Okkio 2019 (Emilia-Romagna)



Consumo di frutta e verdura durante la settimana (%) – HBSC 2022 (Emilia-Romagna)



Consumo di frutta e verdura durante la settimana (%) – PASSI 2019-2022

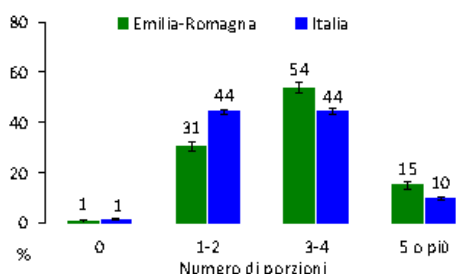
<sup>1</sup>Okkio è un'indagine volta a monitorare lo stato ponderale, le abitudini alimentari e l'attività fisica dei bambini di III elementare

<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

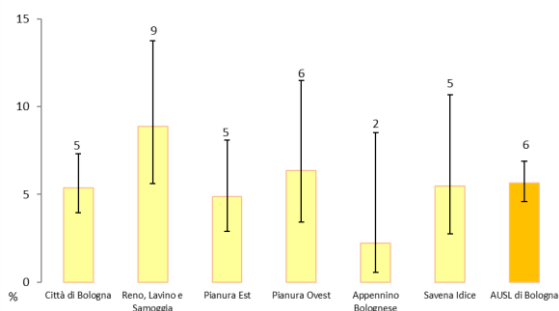
<sup>4</sup>PASSI d'Argento è un'indagine su stili di vita e fattori di rischio nella popolazione ultra 64enne

**Persone ultra 69enni.** Dai dati PASSI d'Argento<sup>4</sup> 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%).

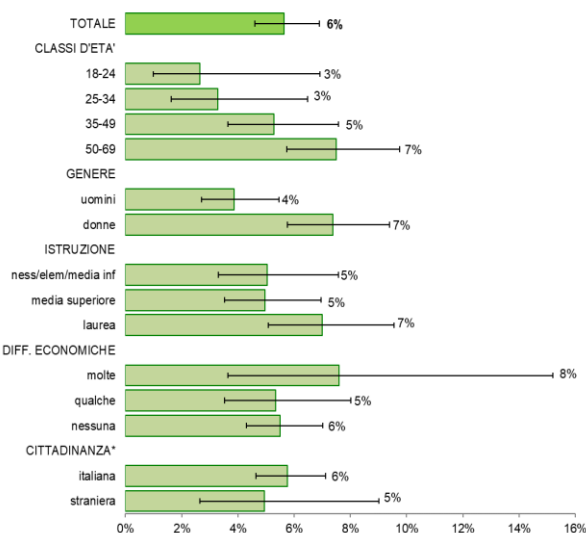


Consumo di frutta e verdura durante la settimana (%) – PASSI d'Argento 2021-2022

**Consumo negli adulti.** Nell'AUSL di Bologna il consumo delle cinque o più porzioni raccomandate di frutta e verdura è significativamente maggiore tra le donne e aumenta al crescere dell'età. Il modello di regressione di Poisson, che corregge per l'influenza dei vari fattori tra di loro (età, genere, livello d'istruzione, difficoltà economiche e cittadinanza), conferma l'associazione positiva del consumo raccomandato con il genere femminile. Non appaiono differenze significative tra le aree distrettuali e le zone geografiche omogenee: il consumo raccomandato è del 5% nel comune di Bologna e nei comuni di montagna e del 6% in quelli di collina/pianura, inoltre il consumo appare più elevato nel Distretto Reno, Lavino e Samoggia (9%).



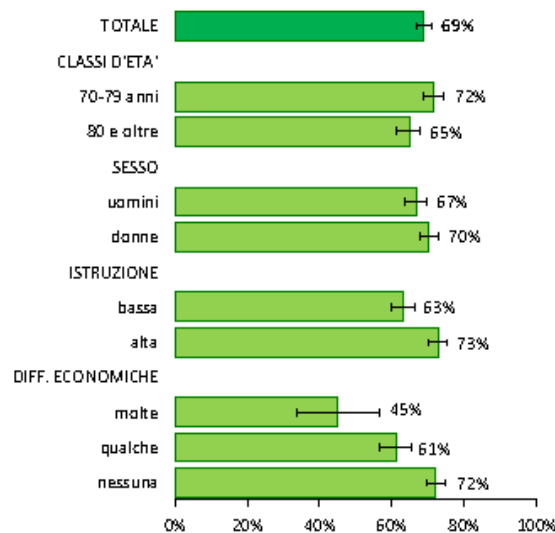
Consumo delle 5 o più porzioni di frutta e verdura raccomandate per aree distrettuali (%) – PASSI 2019-2022 (AUSL di Bologna)



Consumo delle 5 o più porzioni di frutta e verdura raccomandate per caratteristiche socio-demografiche (%) - PASSI 2019-2022 (AUSL di Bologna)

\*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 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. Questa percentuale è maggiore tra le persone con 70-79 anni, quelle con alta istruzione e quelle con qualche o nessuna difficoltà economica.



Consumo delle 3 o più porzioni di frutta e verdura raccomandate per caratteristiche socio-demografiche nelle persone ultra 69enni (%) - PASSI d'Argento 2021-2022 (Emilia-Romagna)

**Che cos'è il sistema di sorveglianza PASSI?**

È un sistema di monitoraggio della salute che stima la frequenza e l'evoluzione dei fattori di rischio per la salute legati ai comportamenti individuali e la diffusione delle misure di prevenzione. La raccolta dei dati avviene tramite interviste telefoniche ad un campione di popolazione adulta (18-69 anni). Per maggiori informazioni, visita il sito [www.epicentro.iss.it/passi](http://www.epicentro.iss.it/passi).

A cura del Gruppo di lavoro PASSI AUSL Bologna: Vincenza Perlangeli, Muriel Assunta Musti, Sara De Lisio, Paolo Pandolfi

Intervistatori: Margherita Bastia, Daniela Berni, Mihaela Angela Beznea, Donata Bozzia, Edda Burzacca, Angela D'Arnese, Elena Delchini, Giada Dell'Amico, Olawale Kayode Monshood Duroti, Giuseppina Ferrara, Giuseppina Ottavi, Mirko Poli, Laura Rasio, Federica Rapetti, Nadia Tolomelli, Beatrice Venturi, Ylenia Vignali