



FRUTTA E VERDURA



Il consumo di frutta e verdura nell'AUSL di Bologna

I dati del sistema di sorveglianza PASSI (anni 2017-2020)

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. Il 53% dei bambini mangia frutta meno di una volta al giorno o mai nell'intera settimana. 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 62% dei bambini consuma verdura meno di una volta al giorno o mai nell'intera settimana. Non sono emerse differenze per sesso del bambino nel consumo di frutta e/o verdura, mentre la prevalenza nel non mangiare mai frutta e/o verdura è più alta nei bambini di madri con titolo di studio più basso.

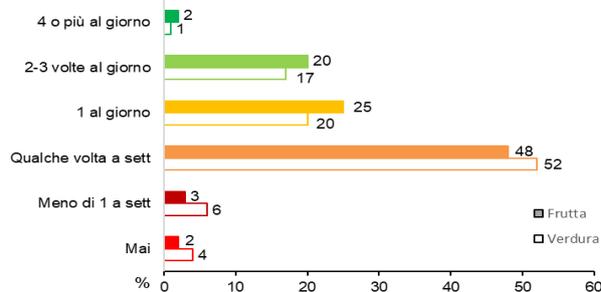
Ragazzi (11-15 anni). I dati HBSC² 2018 mostrano come in Emilia-Romagna il consumo di frutta sia molto inferiore a quello consigliato di almeno due o tre porzioni al giorno. Infatti, circa il 18% dei ragazzi (19% degli 11enni, 19% dei 13enni e 16% dei 15enni) aderisce a questa raccomandazione, mentre il 62% 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 18% circa dei ragazzi (16% degli 11enni, 19% dei 13enni e 19% dei 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.

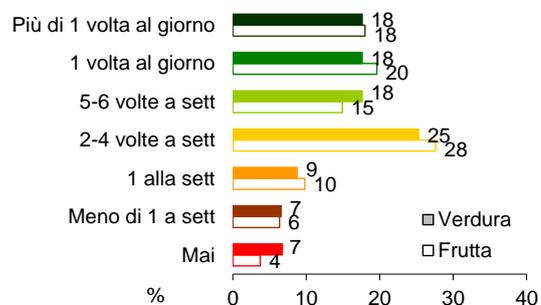
Adulti (18-69 anni). Secondo i dati PASSI nell'AUSL di Bologna la quasi totalità degli intervistati tra i 18 e i 69 anni (97%) mangia frutta e verdura almeno una volta al giorno: poco più della metà (55%) ne consuma 1-2 porzioni³, un terzo (35%) 3-4 e solo il 7% mangia le 5 o più porzioni raccomandate. Il consumo di frutta e verdura risulta in linea con quello registrato a livello regionale e nazionale.

Persone ultra 69enni. Dai dati PASSI d'Argento⁴ 2016-2019 appare che in Emilia-Romagna quasi la totalità delle persone ultra 69enni (99%) mangia frutta e verdura almeno una volta al giorno, il 34% ne consuma una o due porzioni, il 51% tre o quattro e solo il 14% mangia le cinque porzioni raccomandate.

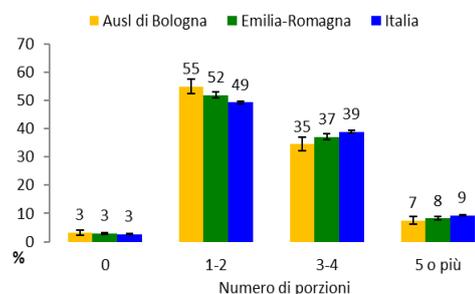
La prevalenza regionale di ultra 69enni che consuma le cinque porzioni di frutta e verdura secondo le raccomandazioni (14%) è più elevata di quella nazionale (11%).



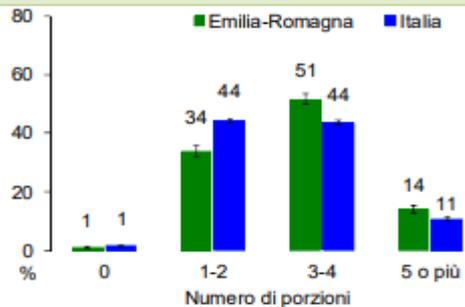
Consumo di frutta e verdura durante la settimana (%) – Okkio alla Salute 2019 (Regione Emilia-Romagna)



Consumo di frutta e verdura durante la settimana (%) – HBSC 2018 (Regione Emilia-Romagna)



Consumo di frutta e verdura durante la settimana (%) – PASSI 2017-2020 (AUSL di Bologna)



Consumo di frutta e verdura durante la settimana (%) – Passi d'Argento 2016-2019 (Regione Emilia-Romagna)

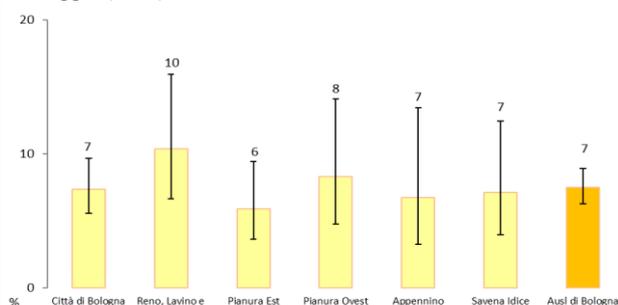
¹Okkio è un'indagine volta a monitorare lo stato ponderale, le abitudini alimentari e l'attività fisica dei bambini di III elementare

²HBSC (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

³Porzione 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

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

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. 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 7% nel comune di Bologna e nei comuni di montagna e dell'8% in quelli di collina/pianura, inoltre il consumo appare più elevato nel Distretto Reno, Lavino e Samoggia (10%).



Consumo delle 5 o più porzioni di frutta e verdura raccomandate per aree distrettuali (%) - PASSI 2017-2020 (AUSL di Bologna)

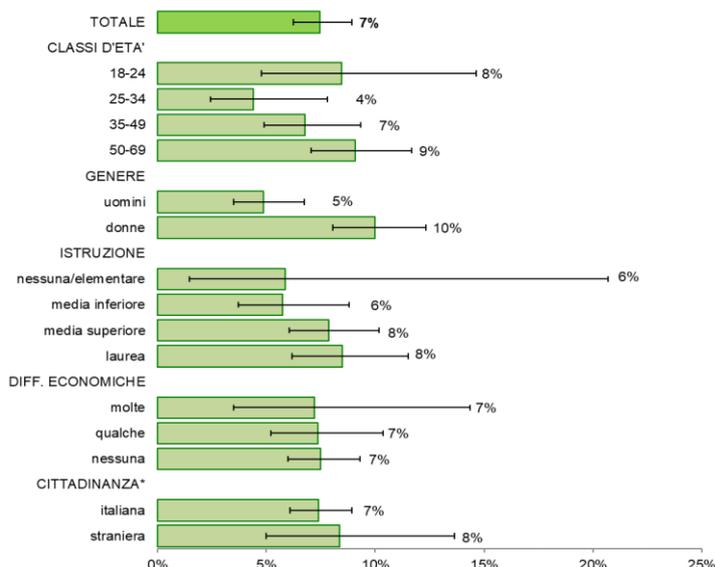
Il Piano Nazionale della Prevenzione (PNP) 2020-2025 indica una serie di obiettivi essenziali per migliorare la salute e la qualità della vita degli italiani; al fine di valutare il raggiungimento di questi obiettivi introduce a livello nazionale e regionale una serie di indicatori accompagnati da uno 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 azienda USL di Bologna il 42% dei 18-69enni consuma tre o più porzioni di frutta o verdura, percentuale che risulta significativamente maggiore tra le donne, gli stranieri e in chi dichiara di non avere alcuna difficoltà economica. Il modello di regressione di Poisson, che corregge per l'influenza dei vari fattori tra di loro (genere, difficoltà economiche e cittadinanza), conferma tutte le precedenti associazioni.

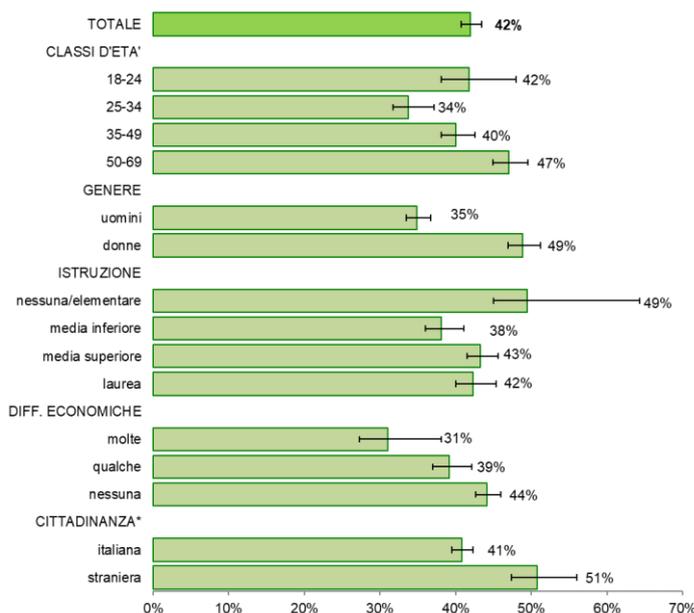
Nell'AUSL di Bologna il consumo di tre o più porzioni di frutta e verdura al giorno risulta inferiore a quella regionale (45%) e a quella nazionale (48%).

Questo consumo appare più elevato nei Distretti Reno, Lavino e Samoggia e Appennino Bolognese (45%); per quanto riguarda le zone geografiche omogenee non appaiono significative differenze: il consumo di almeno 3 porzioni di frutta e verdura è del 44% nei comuni di montagna, del 43% nel comune di Bologna e del 41% nei comuni di collina/pianura.



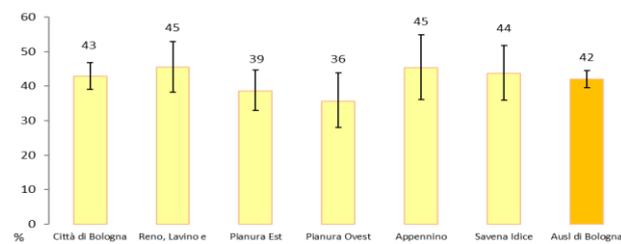
Consumo delle 5 o più porzioni di frutta e verdura raccomandate per caratteristiche socio-demografiche (%) - PASSI 2017-2020 (AUSL di Bologna)

(* 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 delle 3 o più porzioni di frutta e verdura raccomandate per caratteristiche socio-demografiche (%) - PASSI 2017-2020 (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))

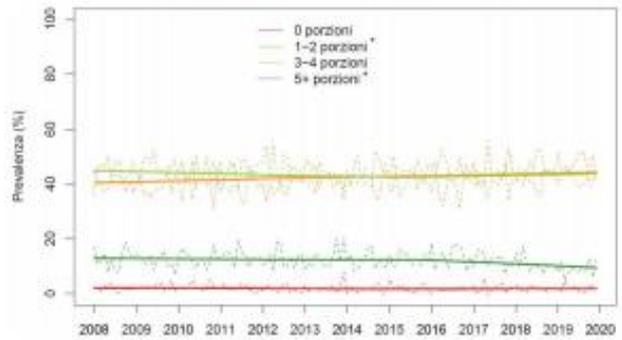


Consumo delle 3 o più porzioni di frutta e verdura raccomandate per aree distrettuali (%) - PASSI 2017-2020 (AUSL di Bologna)

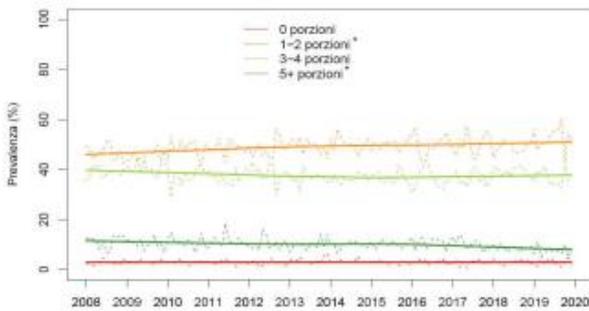
Andamento temporale.

In Emilia-Romagna il consumo di frutta e verdura appare complessivamente in diminuzione nel periodo 2008-2019. Si registra, infatti, una riduzione significativa della prevalenza di persone che consumano tre o quattro porzioni al giorno e un aumento di chi ne consuma una o due porzioni. Inoltre, anche il consumo delle cinque porzioni raccomandate appare in diminuzione. Questo fenomeno però sembra attenuarsi nell'ultimo anno.

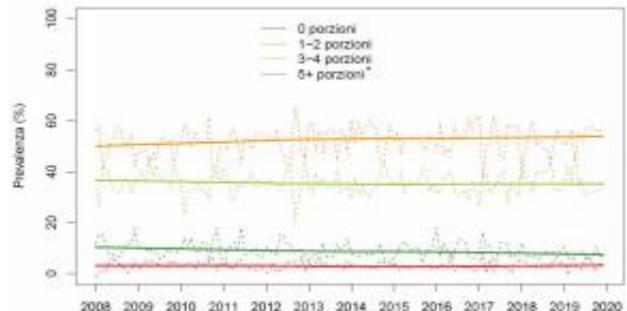
Osservando l'andamento del consumo di frutta e verdura per genere e classe d'età, si nota un aumento significativo tra gli uomini della prevalenza di consumo di una o due porzioni e una diminuzione di quella delle tre o quattro e delle cinque o più porzioni; nelle donne si evidenzia un aumento significativo solo nella prevalenza delle consumatrici di una o due porzioni di frutta e verdura.



Porzioni di frutta e verdura consumate al giorno nelle donne (%) - PASSI 2008-2019 (Emilia-Romagna)
 (*) p-value<0,05

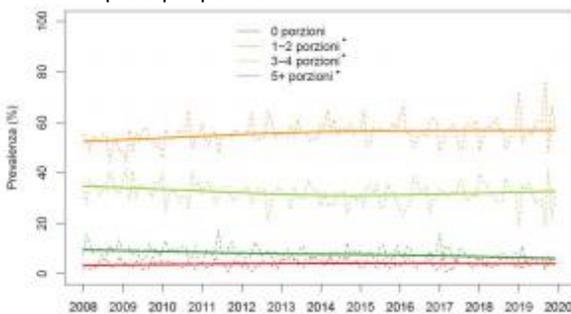


Porzioni di frutta e verdura consumate al giorno (%) - PASSI 2008-2019 (Emilia-Romagna)
 (*) p-value<0,05

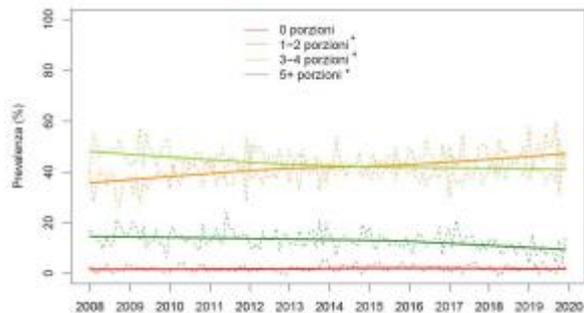


Porzioni di frutta e verdura consumate al giorno nelle persone 35-49enni (%) - PASSI 2008-2019 (Emilia-Romagna)
 (*) p-value<0,05

Tra le persone con 18-34 anni non si rilevano andamenti significativi mentre tra i 35-49enni si osserva un incremento non significativo di chi consuma una o due porzioni e una diminuzione di chi ne mangia tre o quattro o cinque o più porzioni. Tra gli intervistati con 50-69 anni si notano gli stessi gradienti osservati nelle altre classi d'età: aumento del consumo di una o due porzioni e calo delle tre o quattro e delle cinque o più porzioni.

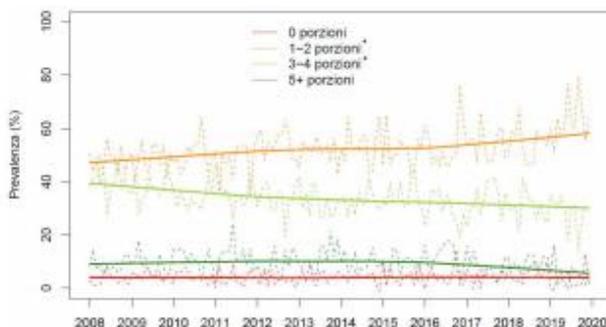


Porzioni di frutta e verdura consumate al giorno negli uomini (%) - PASSI 2008-2019 (Emilia-Romagna)
 (*) p-value<0,05

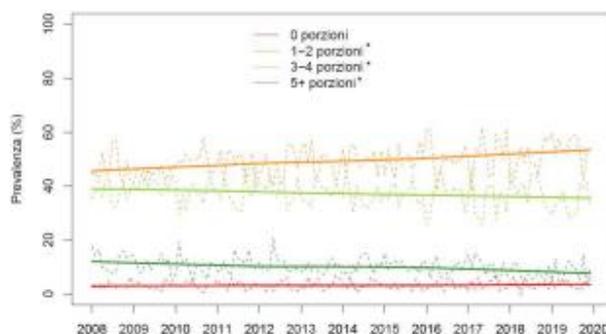


Porzioni di frutta e verdura consumate al giorno nelle persone 50-69enni (%) - PASSI 2008-2019 (Emilia-Romagna)
 (*) p-value<0,05

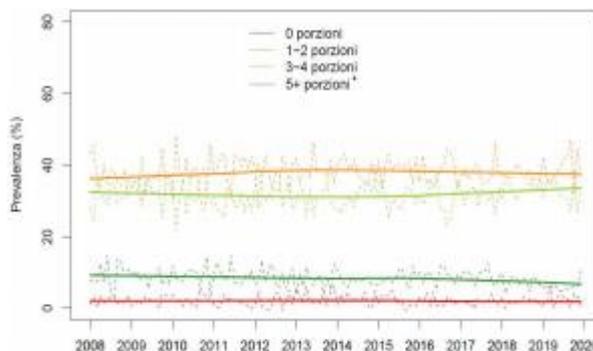
L'aumento della forbice tra chi consuma una o due porzioni di frutta o verdura e chi ne mangia tre o quattro è particolarmente evidente tra gli intervistati con un livello socio-economico⁵ medio-basso rispetto a quelli che ne riferiscono uno alto, comportando perciò un incremento delle diseguaglianze socio-economiche.



Porzioni di frutta e verdura consumate al giorno nelle persone con basso livello socio-economico (%) - PASSI 2008-2019 (Emilia-Romagna) (*) p-value<0,05

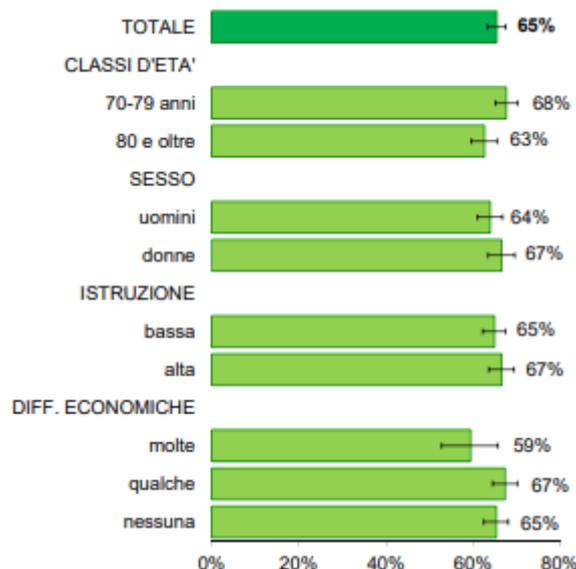


Porzioni di frutta e verdura consumate al giorno nelle persone con medio livello socio-economico (%) - PASSI 2008-2019 (Emilia-Romagna) (*) p-value<0,05



Porzioni di frutta e verdura consumate al giorno nelle persone con alto livello socio-economico (%) - PASSI 2008-2019 (Emilia-Romagna) (*) p-value<0,05

Consumo di frutta e verdura negli ultra 69enni. In Emilia-Romagna il consumo di tre o più porzioni di frutta e verdura (65%) è maggiore tra le persone di fascia d'età 70-79 anni, di genere femminile e con qualche difficoltà economica. 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 significative tra l'alto consumo di frutta e verdura (più di tre porzioni in una giornata) e gli ultra 80enni.



Consumo delle 3 o più porzioni di frutta e verdura durante la settimana per caratteristiche socio-demografiche (%) - PASSI d'Argento 2016-2019 (Emilia-Romagna)

⁵Livello 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

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.

A cura del Gruppo di lavoro PASSI Bologna: Vincenza Perlangeli, Sara De Lizio, Muriel Assunta Musti, Simona Saraceni, Paolo Pandolfi

Intervistatori: Mihaela Angela Beznea, Edda Burzacca, Alessandra Calzolari, Graziella Chiappa, Marsilia Di Marco, Giuseppina Ferrara, Maria Rosa Fiorentino, Anna Rita Giaffreda, Giovanna Oppido, Giuseppina Ottavi, Marisa Padovan, Nadia Tolomelli, Beatrice Venturi