



FRUTTA E VERDURA



Il consumo di frutta e verdura nell'AUSL di Bologna

I dati del sistema di sorveglianza PASSI (anni 2018-2021)

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.

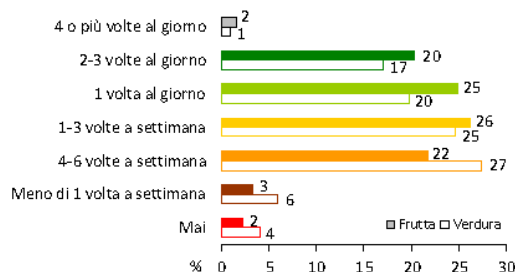
Nel consumo di verdura non sono presenti differenze significative per genere: il 43% delle bambine la mangia almeno una volta rispetto al 42% dei bambini; inoltre i bambini con madre laureata consumano più frutta o verdura rispetto a quelli con madre con basso titolo di studio.

Ragazzi (11-15 anni). I dati HBSC² 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, il 18% dei ragazzi (19% negli 15enni, 19% nei 13enni e 16% nei 15enni) aderisce a questa raccomandazione, mentre il 63% non ne consuma quotidianamente. L'abitudine a consumare la frutta ogni giorno è maggiore nelle ragazze rispetto ai ragazzi.

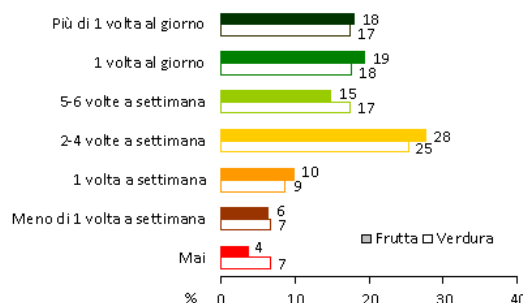
Anche il consumo di verdura è molto inferiore a quanto consigliato (almeno due o tre porzioni al giorno): solo il 17% circa dei ragazzi (16% negli 11enni, 19% nei 13enni e 19% nei 15enni) aderisce a tale raccomandazione. Il 65% non ne consuma quotidianamente. Come per la frutta, anche in questo caso 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 (56%) consuma 1-2 porzioni³, un terzo circa (35%) 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.

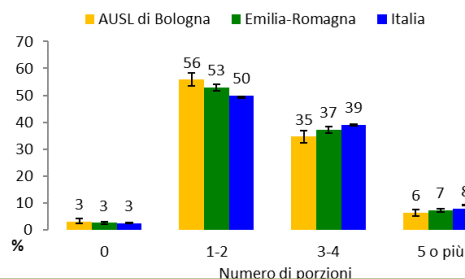
Persone ultra 69enni. Dai dati PASSI d'Argento⁴ 2018-2021 appare che in Emilia-Romagna quasi tutte le persone ultra 69enni (99%) mangiano frutta e verdura almeno una volta al giorno, ma il 29% consuma una o due porzioni, il 54% tre o quattro e solo il 17% mangia le cinque porzioni raccomandate. La prevalenza regionale di ultra 69enni che consumano le cinque porzioni di frutta e verdura secondo le raccomandazioni (16%) è più elevata di quella nazionale (11%).



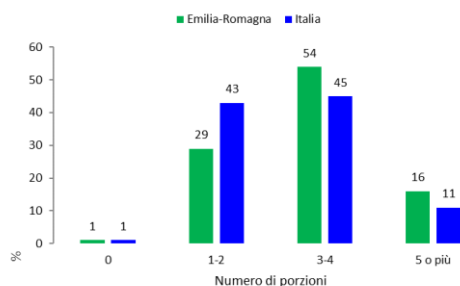
Consumo di frutta e verdura durante la settimana (%) – Okkio 2019 (Regione Emilia-Romagna)



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



Consumo di frutta e verdura durante la settimana (%) – PASSI 2018-2021 (AUSL di Bologna)



Consumo di frutta e verdura durante la settimana (%) – Passi d'Argento 2018-2021 (Regione Emilia-Romagna)

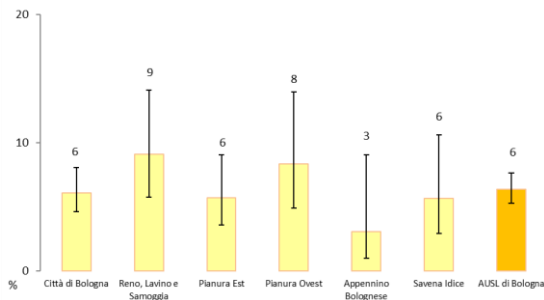
¹Okkio è un'indagine volta a monitorare lo stato ponderale, le abitudini alimentari e l'attività fisica dei bambini di III elementare

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 6% nel comune di Bologna, del 5% nei comuni di montagna e del 7% 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 2018-2021 (AUSL di Bologna)

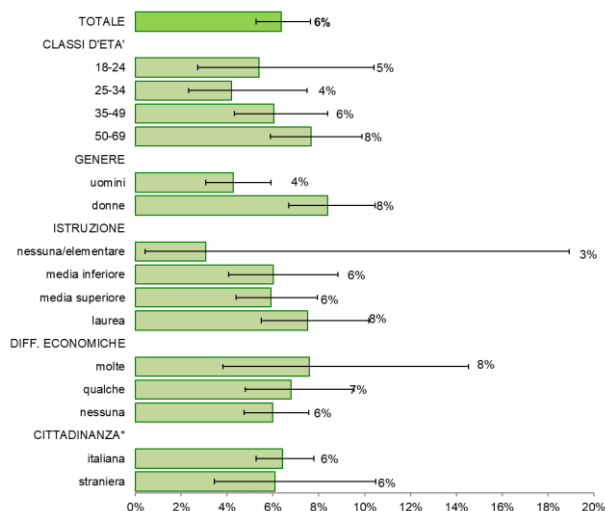
Il Piano Nazionale della Prevenzione (PNP) 2020-2025 indica una serie di obiettivi essenziali per migliorare la salute e la qualità della vita degli italiani; al fine di valutare il raggiungimento di questi obiettivi introduce a livello nazionale e regionale una serie di indicatori accompagnati da uno 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 41% dei 18-69enni consuma tre o più porzioni di frutta o verdura, percentuale che risulta significativamente maggiore tra chi ha età compresa tra 50-69 anni, le donne e gli stranieri. Il modello di regressione di Poisson, che corregge per l'influenza dei vari fattori tra di loro (età, genere, livello di istruzione, difficoltà economiche e cittadinanza), conferma l'associazione con genere e cittadinanza, oltre alle difficoltà economiche.

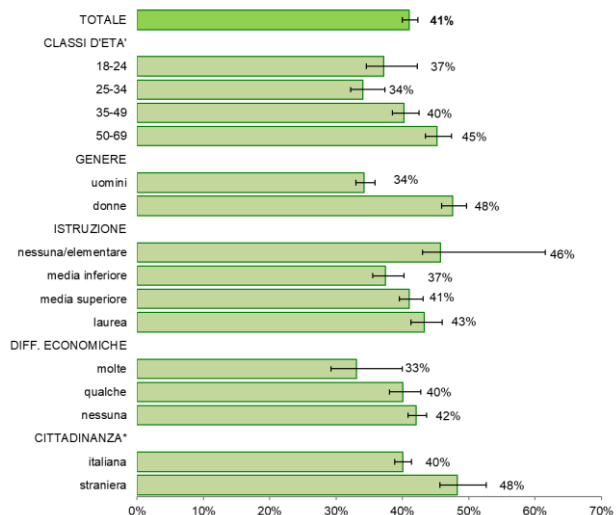
Nell'AUSL di Bologna il consumo di tre o più porzioni di frutta e verdura al giorno risulta inferiore a quella regionale (45%) e a quella nazionale (47%).

Questo consumo appare più elevato nei Distretti Reno, Lavino e Samoggia e Appennino Bolognese (43%); per quanto riguarda le zone geografiche omogenee non appaiono significative differenze: il consumo di almeno 3 porzioni di frutta e verdura è del 43% nei comuni di montagna, del 42% nel comune di Bologna e del 40% nei comuni di collina/pianura.



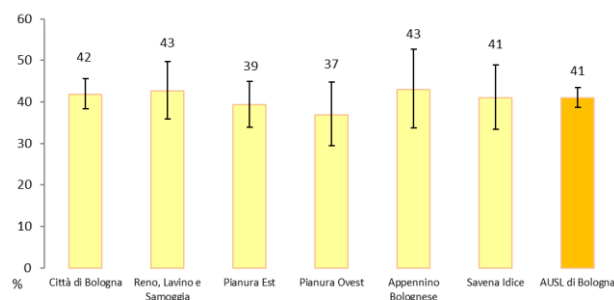
Consumo delle 5 o più porzioni di frutta e verdura raccomandate per caratteristiche socio-demografiche (%) - PASSI 2018-2021 (AUSL di Bologna)

(* 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 2018-2021 (AUSL di Bologna)

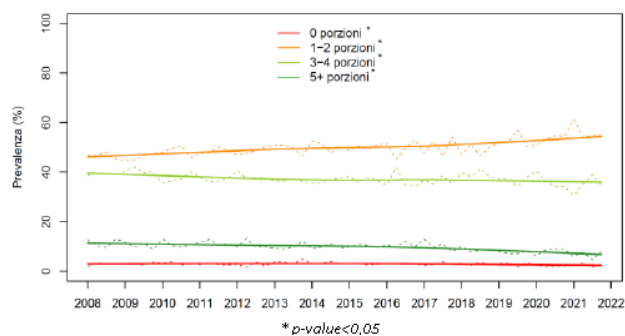
(* Italiani: persone con cittadinanza italiana o provenienti da altri Paesi a Sviluppo Avanzato (PSA); Stranieri: persone immigrate da Paesi a Forte Pressione Migratoria (PFPM))



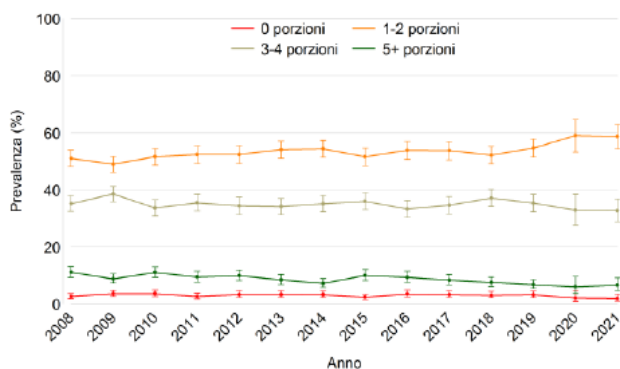
Consumo delle 3 o più porzioni di frutta e verdura raccomandate per aree distrettuali (%) – PASSI 2018-2021 (AUSL di Bologna)

Andamento temporale. In Emilia-Romagna l'analisi temporale condotta per il periodo 2008-2021 evidenzia come il consumo di 3 o più porzioni di frutta e verdura appaia complessivamente in diminuzione. Si registra, in particolare, una riduzione significativa della prevalenza di persone che consuma più di cinque porzioni al giorno, quella di chi ne consuma tre o quattro e quella di chi non ne consuma affatto; aumenta invece la prevalenza di chi consuma una o due porzioni al giorno.

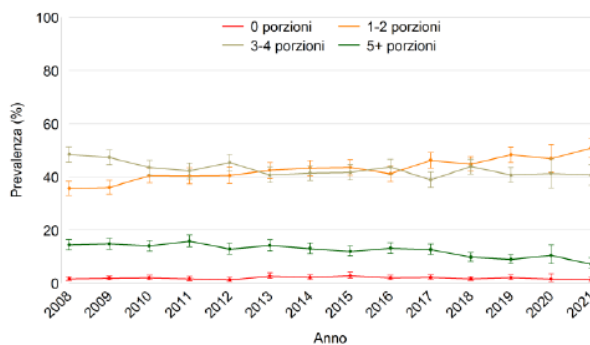
Questo fenomeno sembra incrementare nel biennio 2020-2021: il consumo delle 5 porzioni diminuisce nel 2021 (6,2%) rispetto al 2020 e al 2019 (7,3% in entrambe), al contrario il consumo di una o due porzioni aumenta nel 2020 e nel 2021 (54,8%) rispetto al 2019 (52,7%): il calo è più evidente nella classe d'età 50-69anni (10,4% nel 2020 rispetto al 7,1% nel 2021).



Porzioni di frutta e verdura consumate al giorno (%) - PASSI 2008-2021 (Emilia-Romagna) (*) p-value < 0,05

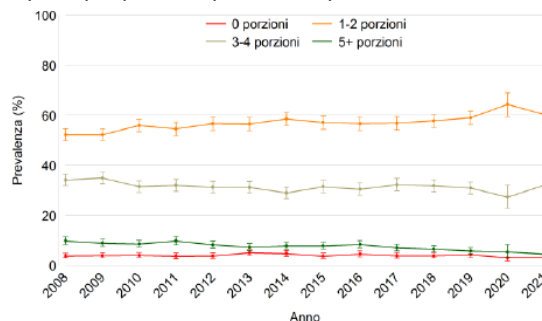


Porzioni di frutta e verdura consumate al giorno nelle persone 35-49enni (%) - PASSI 2008-2021 (Emilia-Romagna)

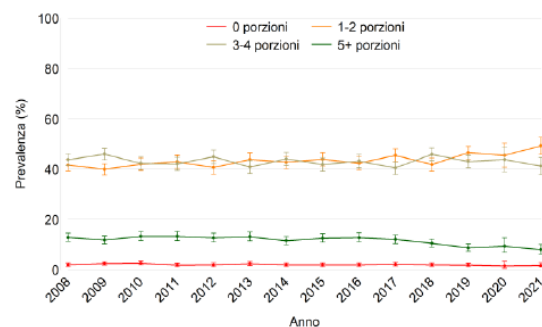


Porzioni di frutta e verdura consumate al giorno nelle persone 50-69enni (%) - PASSI 2008-2021 (Emilia-Romagna)

L'analisi temporale del consumo di frutta e verdura per genere per il periodo 2008-2021 mostra un aumento tra gli uomini della prevalenza di consumo di una o due porzioni e una diminuzione di quella delle tre o quattro fino al 2020; nel 2021 la tendenza si inverte. Nelle donne si evidenzia un aumento nella prevalenza delle consumatrici di una o due porzioni di frutta e verdura e una diminuzione nel consumo di cinque o più porzioni per tutto il periodo.



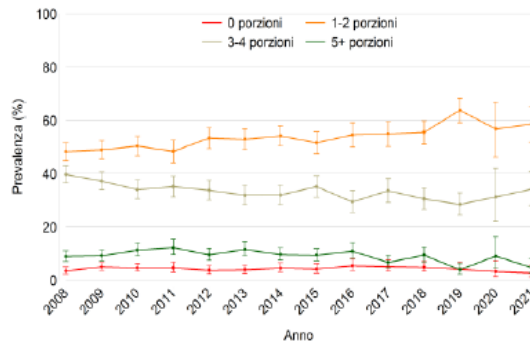
Porzioni di frutta e verdura consumate al giorno negli uomini (%) - PASSI 2008-2021 (Emilia-Romagna)



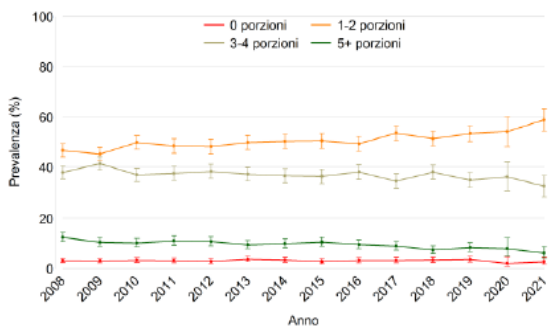
Porzioni di frutta e verdura consumate al giorno nelle donne (%) - PASSI 2008-2021 (Emilia-Romagna)

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: la principale conseguenza è un incremento delle disuguaglianze socio-economiche.

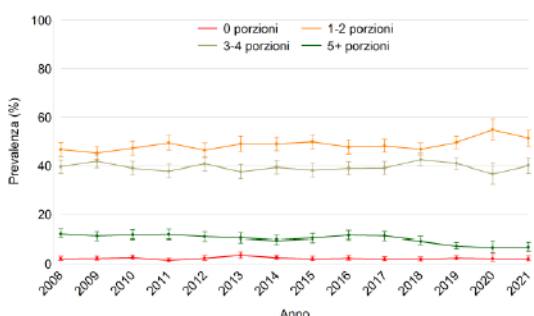
Durante il biennio 2020-2021 il consumo delle 5 porzioni è calato nel 2021 rispetto al 2020 sia tra chi ha un livello socio-economico basso (9% nel 2020 rispetto al 4,7% del 2021) sia tra chi ha un livello medio (7,8% nel 2020 rispetto al 6% del 2021).



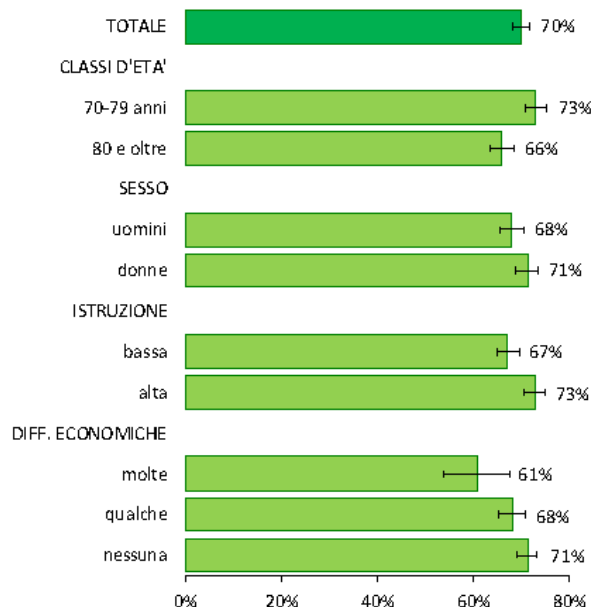
Porzioni di frutta e verdura consumate al giorno nelle persone con basso livello socio-economico (%) - PASSI 2008-2021 (Emilia-Romagna)



Porzioni di frutta e verdura consumate al giorno nelle persone con medio livello socio-economico (%) - PASSI 2008-2021 (Emilia-Romagna)



Porzioni di frutta e verdura consumate al giorno nelle persone con alto livello socio-economico (%) - PASSI 2008-2021 (Emilia-Romagna)



Consumo delle 3 o più porzioni di frutta e verdura durante la settimana per caratteristiche socio-demografiche (%) - PASSI d'Argento 2018-2021 (Emilia-Romagna)

Consumo di frutta e verdura negli ultra 69enni. In Emilia-Romagna tra le persone ultra 69enni nel quadriennio 2018-2021 il consumo di tre o più porzioni di frutta e verdura (70%) è maggiore tra le persone appartenenti alla fascia d'età 70-79 anni, tra quelle con alta istruzione e tra chi riferisce qualche o nessuna difficoltà economica. Infatti l'alto consumo decresce significativamente nella fascia degli ultra 80enni e con l'aumentare delle difficoltà economiche. 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 significativa tra l'alto consumo di frutta e verdura (più di tre porzioni in una giornata), l'età e le difficoltà economiche. Durante il biennio 2020-2021 l'alto consumo è aumentato (72% nel 2020 e 73% nel 2021) rispetto al 2019 (68%) e al 2018 (67%), l'aumento è più evidente nelle donne (74%) rispetto agli uomini (71%); le differenze tuttavia non risultano significative sul piano statistico.

Ponendo l'attenzione sugli ultra 69enni emiliano-romagnoli con patologie croniche tra il 2018-2021, il consumo di tre o più porzioni di frutta e verdura è del 71% tra chi soffre di una patologia cronica e del 66% tra chi ne ha 2 o più rispetto al 72% di chi non ne ha riportate.

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, Muriel Assunta Musti, Sara De Lisio, Paolo Pandolfi

Intervistatori: Chiara Aquilino, Iliara Bandinelli, Mihaela Angela Beznea, Edda Burzacca, Giada Calà Palmerino, Alessandra Calzolari, Graziella Chiappa, Luca Chiapparini, Marsilia Di Marco, Biniam Falcone, Giuseppina Ferrara, Maria Rosa Fiorentino, Federica Folli, Anna Rita Giaffreda, Francesca Girardi, Giovanna Oppido, Eleonora Orrù, Giuseppina Ottavi, Marisa Padovan, Lucia Pauri, Valeria Pinna, Emily Maria Tamayo Que Vedo, Nadia Tolomelli, Beatrice Venturi