



FRUTTA E VERDURA



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

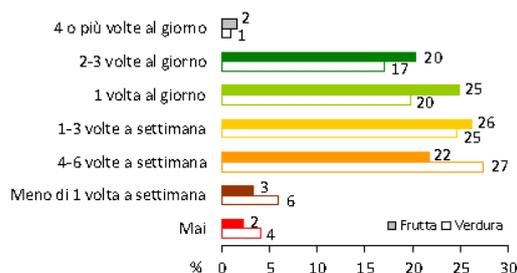
*I dati del sistema di sorveglianza PASSI (anni 2018-2021)*

### Consumo di frutta e verdura

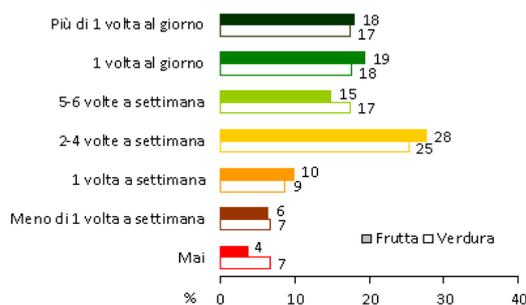
**Bambini (8-9 anni).** Dai dati Okkio<sup>1</sup> 2019 emerge che in Emilia-Romagna, secondo quanto riferiscono i genitori, solo il 22% dei bambini di 8-9 anni consuma la frutta due o più volte al giorno e il 25% una sola porzione al giorno. Più della metà dei bambini (51%) mangia frutta meno di una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

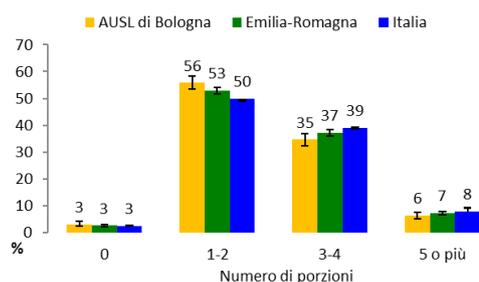
**Adulti (18-69 anni).** Secondo i dati PASSI nell'AUSL di Bologna la quasi totalità degli intervistati tra i 18 e i 69 anni (97%) mangia frutta e verdura almeno una volta al giorno: poco più della metà (56%) consuma 1-2 porzioni<sup>3</sup>, un terzo (35%) 3-4 e solo il 6% mangia le 5 o più porzioni raccomandate. Il consumo di frutta e verdura risulta in linea con quello registrato a livello regionale e nazionale.



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)

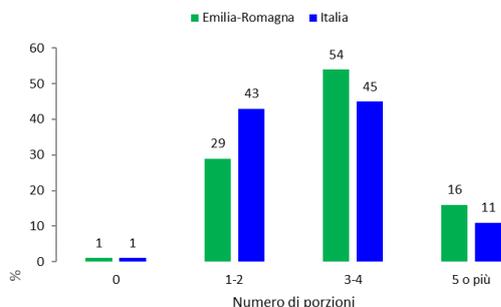
<sup>1</sup>Okkio è un'indagine volta a monitorare lo stato ponderale, le abitudini alimentari e l'attività fisica dei bambini di III elementare

<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

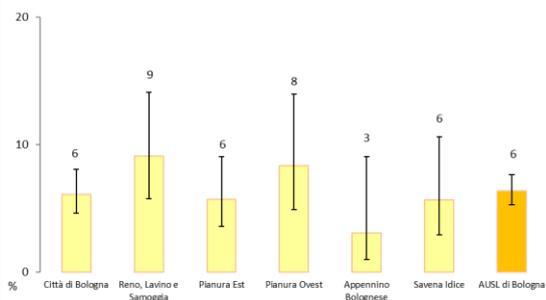
<sup>4</sup>PASSI d'Argento è un'indagine su stili di vita e fattori di rischio nella popolazione ultra 64enne

**Persone ultra 69enni.** Dai dati PASSI d'Argento<sup>4</sup> 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 16% mangia le cinque 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%).



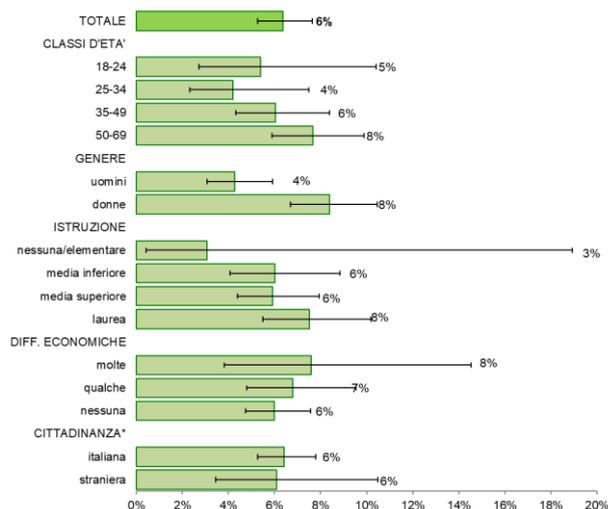
Consumo di frutta e verdura durante la settimana (%) – Passi d'Argento 2018-2021 (Regione Emilia-Romagna)

**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. 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%).



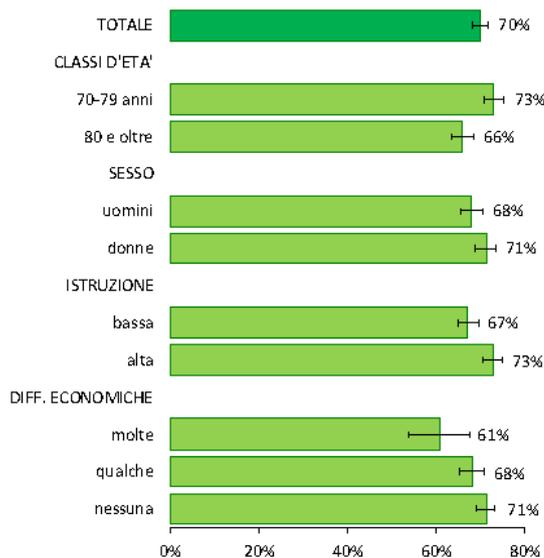
Consumo delle 5 o più porzioni di frutta e verdura raccomandate per aree distrettuali (%) – PASSI 2018-2021 (AUSL di Bologna)

**Consumo di frutta e verdura negli ultra 69enni.** In Emilia-Romagna tra gli ultra 69enni nel quadriennio 2018-2021 il consumo di tre o più porzioni di frutta e verdura (70%) è maggiore tra le persone di fascia d'età 70-79 anni, tra quelli con alta istruzione e tra chi riferisce qualche o nessuna difficoltà economica.



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)

**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 Bologna: Vincenza Perlangeli, Muriel Assunta Musti, Sara De Lisio, Paolo Pandolfi

Intervistatori: Chiara Aquilino, Ilaria 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 Giaffredo, Francesca Girardi, Giovanna Oppido, Eleonora Orrù, Giuseppina Ottavi, Marisa Padovan, Lucia Pauri, Valeria Pinna, Emily Maria Tamayo Que Vedo, Nadia Tolomelli, Beatrice Venturi