

## VareseNews

### “Un bambino su due non mangia verdura”

**Pubblicato:** Sabato 13 Giugno 2015



Sono stati diffusi i dati della ricerca dell'Istituto Superiore di Sanità che certificano come frutta e verdura non sono ancora entrati nella dieta quotidiana delle famiglie italiane. **Dall'analisi delle risposte ai questionari è emerso che il 66% dei bambini consuma frutta quotidianamente, il 28% consuma frutta qualche volta durante la settimana e il 7% non consuma oppure consuma frutta meno di una volta alla settimana.** Anche il consumo di verdura è risultato basso, rispettivamente del 51%, 36% e 13%.

Questi risultati indicano che il consumo di frutta o verdura è molto al di sotto della razione giornaliera raccomandata: **solo l'8% dei bambini consuma questi alimenti almeno 5 volte al giorno** e il 25% non li consuma quotidianamente. Se si considera un consumo di almeno due porzioni al giorno, si osserva un leggero incremento dal 53% nel 2010 al 57% nel 2014. Inoltre, nonostante tale aumento sia risultato superiore nelle regioni Meridionali, il consumo di ortofrutticoli nelle regioni del Sud continua a rimanere a livelli inferiori rispetto alle regioni centro-settentrionali.

La ricerca è coordinata dalla Dottoressa Paola Nardone dell'Istituto Superiore di Sanità e riguarda i bambini italiani di età compresa tra 8-9. Il lavoro di campionamento è stato svolto in tutte le regioni italiane. Per lo studio sono state selezionate le classi di terza elementare. I dati sul consumo di frutta e verdura sono stati raccolti attraverso questionari indirizzati sia ai bambini sia ai genitori. Finora i dati sono stati raccolti ogni 2 anni, nel 2008, 2010, 2012 e 2014. **Nel 2014, più di 48mila bambini e 50mila genitori hanno partecipato all'indagine.**

Redazione VareseNews

redazione@varesenews.it