

PIU' FRUTTA E VERDURA PER TUTTI

Progetto di Associazione Onconauti & Confagricoltura Ravenna

Il consumo di frutta e verdura costituisce un importante fattore di protezione nei confronti delle malattie cronico-degenerative, con particolare riguardo verso le malattie cardiovascolari e i tumori.

L'Organizzazione Mondiale della Sanità raccomanda:

**5 PORZIONI
DI FRUTTA E
VERDURA AL
GIORNO**



8%

Nel 2020-2021 i dati dell'Ist. Superiore di Sanità evidenziano che meno del **8%** della popolazione italiana di età compresa tra 18-69 anni consuma regolarmente 5 porzioni di frutta e verdura al giorno, (mediamente si arriva a consumarne solo 1 o 2 porzioni) mentre il **3%** dichiara di non consumare mai frutta e verdura.

Il progetto intende intervenire sui contesti e abitudini quotidiane, per indirizzare i pazienti oncologici e i caregiver dell'Associazione Onconauti verso buone scelte relative all'alimentazione, aumentando il consumo di frutta e ortaggi locali.

OBIETTIVO 