

5 Ottobre 2022

CAPESTRANO – Il vino come le sigarette, nocivo per la salute e che per questo ha bisogno di una riduzione del consumo **come dice l'Oms?** “Ni”, per l'Accademia Medica della provincia dell'Aquila “Salvatore Tommasi”, che a Capestrano ha organizzato il convegno sull'“uso consapevole del vino: aspetti edonistici e sanitari nel contesto della dieta mediterranea” richiamando un folto pubblico di addetti ai lavori ma anche semplici curiosi e appassionati.

“La determinazione dell'Organizzazione mondiale della Sanità è comprensibile, considerando il fatto che l'abuso di alcol è molto più diffuso di quanto si immagini”, rileva **Davide Grassi**, associato di Medicina interna dell'Università dell'Aquila, che ricorda come “l'Abruzzo, tra l'altro, viene indicato dall'Istituto superiore di Sanità come regione in cui è particolarmente presente il fenomeno del binge drinking, cioè quando si assumono cinque o più unità alcoliche in un intervallo di tempo molto ristretto”.

Certo, sull'equiparazione al fumo il professore è cauto: “L'assunzione di alcol non è un rischio in assoluto come il fumo, ma solo in relazione all'uso-abuso che se ne fa”.

E spiega: “La scelta dell'Oms di ‘condannare’ l'uso del vino è ragionevole, perché l'abuso non fa male solo all'ambito cardiovascolare ma anche al fegato, aumenta il rischio di cancro. Fare prevenzione su tutti questi fattori che sono i più impattanti sulla salute e sulla sanità significa ridurre rischi”.

Quante volte, poi, abbiamo sentito dire che il vino rosso “fa meno male” del bianco? Ebbene, per Grassi è proprio così: “Il rosso contiene degli antiossidanti naturali in maggior quantità, anche per questo ha una maggiore longevità del bianco. Anche nel bianco esistono sostanze attive benefiche, ma nel rosso sono più rappresentate, come ad esempio i flavonoidi”.

“Nel tempo è stato dimostrato da diversi studi clinici come l'assunzione di vino rosso sembra essere vantaggiosa e benefica a dosaggio controllato”, spiega, “se si assume fino a due bicchieri al giorno si trae un vantaggio, superando questo limite risalgono i rischi per la salute. Finché si resta entro i due bicchieri i vantaggi derivano dai flavonoli, quando si superano i due bicchieri l'etanolo e il suo effetto dannoso pesa di più rispetto ai composti vantaggiosi”.

“Alla luce di questo”, rileva il professore, “le linee guida internazionali dell'ipertensione arteriosa hanno indicato, tra le condizioni per trarre beneficio e salute da dieta e bevande, l'assunzione moderata di alcool, consistente in due bicchieri al giorno per l'uomo e uno per la donna: in questi quantitativi il vino ha la capacità di essere efficace nel ridurre l'ipertensione

arteriosa e il rischio cardiovascolare”.

Insieme a Grassi, al convegno moderato da **Angela Ciano** ed **Ermenegildo Bottiglione** e organizzato dalla sezione “Nutrizione e Salute” dell’Accademia, il cui referente di area è **Carlo Gizzi** e referente scientifica **Giuliana Tozzi**, sono intervenuti **Ettore Martini**, presidente dell’Accademia, **Franco Marinangeli**, segretario dell’Accademia, **Mauro Maccarrone** biochimico e sommelier, **Andrea Bevilacqua** e **Adriano Di Giovanni**, archeologi dell’Università di Chieti, **Domenico Pasetti** dell’omonima casa vinicola e lo chef **William Zonfa**. *(m.sig.)*