

IL FATTO ALIMENTARE

Il resveratrolo non funziona: uno studio americano bocchia la famosa sostanza presente nel vino rosso

Non regge. Messo alla prova su donne sane, il resveratrolo si dimostra indistinguibile dal placebo, e quindi del tutto inefficace.

Finora la maggior parte delle ricerche su questo antiossidante è stata condotta in vitro, su animali o su persone che avevano patologie di vario tipo, e gli effetti sono stati a volte visibili, a volte meno chiari a volte del tutto assenti.

Altri dati però sugli effetti cardiovascolari derivanti dal consumo moderato di vino rosso, hanno indotto a puntare ugualmente sul resveratrolo come potenziale agente benefico per tutta una serie di condizioni, dal diabete alle malattie cardiache, dall'invecchiamento ai tumori. Tutto ciò è avvenuto anche se sono quasi del tutto mancate ricerche specifiche condotte su persone sane che hanno assunto resveratrolo in modo preventivo.

Per questo motivo i ricercatori della University School of Medicine di Saint Louis hanno selezionato 29 donne in menopausa, senza particolari problemi di salute, e hanno chiesto a un gruppo di prendere ogni giorno per tre mesi, 75 milligrammi di resveratrolo (quantità che si può raggiungere solo con 8 litri di vino rosso) mentre un secondo gruppo ha assunto un placebo.

Alla fine è stata misurata la sensibilità all'insulina, che definisce il rischio di sindrome metabolica e diabete, insieme alla capacità di metabolizzare lo zucchero dei muscoli.

Oltre a ciò i ricercatori, hanno prelevato piccoli campioni di tessuto muscolare e adiposo delle partecipanti per verificare l'esistenza di un possibile effetto sul metabolismo. L'esito è stato molto deludente perchè non si è trovato nulla: in tutti i test eseguiti, l'effetto del resveratrolo si è rivelato inesistente e indistinguibile da quello del placebo.

Ma la domanda che si pongono gli stessi autori su Cell Metabolism è: se il resveratrolo da solo non agisce in alcun modo, da cosa dipendono gli effetti collegati al consumo (moderato) di vino rosso? Ci sono, secondo loro, almeno due possibilità: la prima è che il resveratrolo, per agire, abbia bisogno di qualche altra sostanza presente nel vino, che lo rende attivo.

In alternativa, l'agente efficace potrebbe non essere il resveratrolo ma qualche altra molecola, finora rimasta nascosta nel vino, che ne contiene a centinaia (e neppure tutte note).

«Il resveratrolo - spiega Samuel Klein, direttore del Washington University's Center for Human Nutrition e coordinatore dello studio - è diventato popolare a causa di effetti visti su animali o in vitro, ma in realtà non c'è alcuna prova definitiva del fatto che faccia qualcosa nell'uomo. Nonostante ciò, l'anno scorso negli Stati Uniti le vendite di supplementi con questa sostanza hanno raggiunto i 30 milioni di dollari».

Dopo la storia della frode scientifica perpetrata per anni dal ricercatore Dipak Das, ex direttore del Cardiovascular Research Center dell'Università del Connecticut, che per anni ha truccato i dati per far emergere azioni che non esistevano, lo studio dei ricercatori di Saint Louis sembra porre ulteriori, concreti interrogativi sulla sostanza.

Nel frattempo, alcune aziende (anche italiane) continuano a puntare tutto sulle supposte virtù, nonostante le frequenti multe per pubblicità ingannevole comminate.

Magra consolazione, la sostanza sembra innocua, se non per il portafoglio di chi vuole credere che esso abbia virtù che - almeno per ora - non ha dimostrato di avere. (*)

Agnese Codignola

(*) Nota: prima dicevano "il vino fa bene, lo dice il paradosso francese". Poi hanno capito che il paradosso francese era una bufala. Allora ci hanno detto "il vino rosso fa bene per merito del miracoloso resveratrolo", sostanza che allunga la vita, previene il cancro, cura il diabete, l'alluce valgo e la schitombite galoppante.

Poi hanno beccato con le mani in pasta Dipak Das, il ricercatore principe di questa molecola, che aveva manipolato tutti gli studi. Licenziato in tronco.

Ora stanno provando a verificare i reali effetti del resveratrolo, e trovano che, nella realtà, questa molecola è del tutto inefficace.

Nel frattempo Middleton Fillmore aveva rivelato il trucco negli studi epidemiologici su vino, alcolici e salute, ribattezzato da Baraldi e Sbarbada "dell'astinente scassato" (vedi sotto).

Ma l'obiettivo non è ricercare la verità scientifica: bisogna raccontare alla gente che il vino fa bene. Perché fa bene? Perché sì! Cui sarà sempre una quercetina, una catechina o una sirtuina da tirare fuori, no?

Ecco così che, ancora oggi, possono uscire – addirittura su ANSA.IT - articoli con titoli da denuncia penale come "Salute: vino rosso elisir longevità e toccasana per il cuore" che, dimenticando la presenza nel vino del tossico e cancerogeno alcol etilico, ripropongono la favoletta dei benefici per la salute.

AICAT

Moderate alcohol use and reduced mortality risk: Systematic error in prospective studies.

Studio di Middleton Fillmore, Kerr, Stockwell, Chikritzhs, Bostrom.

Addiction Research and Theory, 2006. Published online.

Uso moderato di alcol e ridotto rischio di mortalità: errore sistematico negli studi di settore

Traduzione e sintesi a cura di Ennio Palmesino

© AICAT 2006

I ricercatori australiani e neozelandesi guidati da Middleton Fillmore hanno riesaminato, attraverso una meta-analisi, 54 studi che investigavano tutte le cause di morte, inclusa la malattia cardiaca, e altri 35 studi che investigavano le morti specifiche per sola malattia cardiaca, pubblicati in tutto il mondo sull'arco di 30 anni, dal 1974 al 2004.

Tutti questi studi, tranne 7, hanno mostrato che il bere moderato di alcol (da 2 a 4 drinks al giorno) sarebbe associato ad una protezione da morte prematura. Gli altri 7 non hanno mostrato alcuna protezione fra i bevitori moderati. I ricercatori hanno quindi cercato di capire il perchè di questa differenza.

È risultato che, in tutti gli studi in cui si evidenziava una protezione da morte prematura fra i bevitori moderati rispetto ai non bevitori, questi ultimi erano stati reclutati in maggioranza fra gli ex bevitori, divenuti astinenti per motivi di salute, fragilità, uso di medicine, disabilità o altro.

Invece, nei 7 studi che non mostravano alcuna protezione della salute fra i bevitori moderati, il gruppo dei non bevitori era rappresentato da astemi o astinenti da lunga data. Si tratta quindi, nella maggior parte degli studi in circolazione, di un errore di metodo, per cui il cosiddetto "gruppo di controllo" cioè gli astinenti, era in realtà composto da persone con la salute già a rischio.

Lo studio si spinge a dire che questi presunti effetti benefici dell'uso moderato di alcol sulla salute sono stati eccessivamente enfatizzati, e che essi hanno influenzato le scelte politiche delle istituzioni e gli orientamenti clinici dei medici di tutto il mondo, che hanno finito per consigliare ai loro pazienti un consumo moderato di alcol, mentre avrebbero dovuto usare più cautela, visto che questi effetti benefici possono essere più apparenti che reali.

Lo studio di Fillmore et al. conclude che non è escluso che un uso limitato di alcol possa far bene alla salute, ma avverte che tutti gli altri stili di vita (dieta, esercizio fisico, uso di medicine, etc.) devono essere tenuti in considerazione, e che comunque questi studi che vertono sugli stili di vita sono esposti a potenziali errori e che essi difficilmente possono provare fenomeni di causa-effetto.

ANSA

**SALUTE: VINO ROSSO ELISIR LONGEVITÀ E TOCCASANA PER CUORE
NON È SOLO IL COMPONENTE `RESVERATROLO` AD AVERE EFFETTI**

(ANSA) - ROMA, 1 NOV - Perfino il lambrusco che contiene pochissimo resveratrolo, noto composto ampiamente sfruttato anche come integratore alimentare, viene promosso fra i vini rossi d'eccellenza per gli effetti salutari. Lo sostengono i ricercatori del dipartimento di Neuroscienze dell'università di Pisa con quelli di scienze biomediche per la salute dell'Università degli Studi di Milano che hanno dimostrato nuove capacità anti invecchiamento del vino rosso, in uno studio pubblicato su Plant Foods for Human Nutrition.

«È la composizione totale della bevanda, piuttosto che il suo contenuto in resveratrolo a renderlo così interessante,» spiega Alberto Bertelli, coautore dello studio e ricercatore al dipartimento di Scienze biomediche per la salute all'Università degli Studi di Milano.

«Nella ricerca infatti abbiamo individuato, in un vino davvero povero di resveratrolo come il lambrusco, la capacità di aumentare le proteine della longevità, gli enzimi `sirtuine`, SIRT1, nelle cellule renali umane. Il vino rosso modula l'espressione di sistemi molecolari anti invecchiamento ma tale capacità è dovuta all'intera matrice di componenti della bevanda, così biologicamente attiva». Precisa l'esperto: «Vengono continuamente effettuati studi clinici che

dimostrano come gli integratori alimentari di resveratrolo non diano i risultati sperati perché è solo quando sono presenti nel loro elemento di provenienza, cioè nel vino, che tali sostanze vengono assorbite. Incluso il resveratrolo. Un moderato consumo di vino, anche non di prezzo elevato e fino ad un massimo di due bicchieri al giorno, contiene quindi un pool di sostanze naturali che in modo sinergico si dimostrano efficaci per la salute».

«Ad oggi - conclude Bertelli - sono confermate le capacità protettive sull'apparato cardiovascolare ed anti invecchiamento del vino rosso, mentre invece sono da smentire le capacità anti cancro della bevanda, come invece si ipotizzava».(ANSA).

FINANZA & MERCATI

L'Italia sorpassa la Francia e diventa il primo produttore mondiale di vino

L'Italia sorpassa la Francia e diventa il primo produttore mondiale di vino con un raccolto stimato in 40,8 milioni di ettolitri nel 2012. E' la Coldiretti a fare il bilancio di una vendemmia che si è praticamente conclusa per la quasi totalità delle uve in tutta Italia, dove si è registrato un calo del 3 per cento rispetto allo scorso anno ma una buona qualità.

"Un contenimento produttivo che tuttavia - sottolinea la Coldiretti - ha consentito il sorpasso rispetto ai concorrenti francesi dove il raccolto è crollato del 19% a 40,5 milioni di ettolitri, con punte del 26 per cento per lo champagne, secondo l'organizzazione mondiale della vigna e del vino Oiv. (*) Il primato mondiale nella produzione per il vino Made in Italy viene festeggiato con il record storico nelle esportazioni, che crescono dell'8% e potrebbero raggiungere il massimo di 4,5 miliardi di euro nel 2012". Da segnalare che lo spumante tricolore fa registrare un vero e proprio boom (+35%) in casa dello Champagne, la Francia. "La riduzione della produzione di vino nei due Paesi leader si è fatta sentire a livello globale dove - riferisce la Coldiretti - si stimano 248,2 milioni di ettolitri, il minimo dal 1975 e il 6% in meno rispetto al 2011 anche per effetto del calo registrato in Spagna (-6%), che si classifica come terzo produttore mondiale con 31,5 milioni di ettolitri. Tra gli altri grandi produttori cresce invece il raccolto negli Stati Uniti a 20,6 milioni di ettolitri (+7%), cala in Argentina a 11,8 milioni di ettolitri (-24%), sale in Australia a 11,6 milioni di ettolitri (+4%) e in Sud Africa con 10 milioni di ettolitri (+4%)". A influenzare la produzione sono state in Europa la riduzione della superficie coltivata a vigneto e l'andamento climatico anomalo, che ha condizionato la produzione livello globale. Non è infatti mai così caldo durante la fase di maturazione delle uve: con la temperatura media globale sulla terra durante l'estate 2012 che è stata la più elevata mai registrata prima, con un valore di 1,03 gradi Celsius superiore alla media, secondo le elaborazioni Coldiretti su dati Noaas.

(*) Nota: a fronte del continuo calo dei consumi, stanca di buttare denaro pubblico per distruggere le eccedenze invendute, intelligentemente la Francia ha calato drasticamente la produzione di vino.

L'Italia no, l'Italia continuerà a buttare denaro pubblico per distruggere le eccedenze invendute.

Vi raccomando di non perdere il seguente video, ove potete ammirare l'italiano mentre festeggia questa grande vittoria sulla Francia:

<http://www.youtube.com/watch?v=P1FGkXabhjA>

BRESCIA OGGI

Festeggiano Halloween in discoteca: 9 ragazzi in coma etilico

Genova, 2 nov. (TMNews) - Nove ragazzi, di cui otto minorenni, mercoledì notte sono finiti in ospedale in coma etilico durante una festa di Halloween organizzata in una nota discoteca di Santa Margherita Ligure. Dall'una di notte fino all'orario di chiusura le ambulanze del 118 hanno fatto la spola tra l'esterno del locale e il pronto soccorso dell'ospedale di Lavagna. All'arrivo dei soccorritori, che erano stati allertati dagli amici, i giovani, tutti residenti nella zona, erano privi di coscienza in stato di grave intossicazione alcolica. Le loro condizioni, dopo essere stati sottoposti alle cure del caso, sarebbero però rapidamente migliorate e nessuno sarebbe attualmente in pericolo di vita.

IL GAZZETTINO

Festa di laurea finisce in rissa:

«Aggrediti dagli studenti davanti alla nostra casa»

Volate parole grosse e qualche spinta: un'anziana è caduta
I cittadini puntano il dito contro l'Università: «È la responsabile»

VENEZIA - Fanno discutere ancora una volta le chiassose feste di laurea organizzate nei pressi del sottoportico di San Nicolò dei Mendicoli. Questa volta, però, si è andati un poco oltre: una famiglia è stata aggredita - verbalmente ma pare anche a spintonate - e un'anziana donna, nell'esasperazione degli animi di quel momento, è scivolata da un ponte ed è finita all'ospedale. Per lei c'è una probabile prognosi di frattura vertebrale.

«Mia madre ha 73 anni - commenta indignata Patrizia Z. - e spero tanto che non si tratti di una frattura, perché a quell'età sarebbe una cosa terribile. Questa volta è stato passato il segno e qualcuno deve prendersi la responsabilità di quanto accade in questa zona. E quel qualcuno è l'Università. Sanno tutto quel che succede - continua - ma non hanno mai fatto nulla per evitarlo».

Il problema era stato sollevato anche a settembre da una nutrita lista di residenti, stufi di vedere la strada in cui sono costretti a passare lordata di uova, farina, pomodoro, ketchup con gente ubriaca che poi trasforma il sottoportico in una latrina. Vicino c'è anche l'asilo Santa Teresa e le mamme non nascondono la loro preoccupazione.

«È accaduto mercoledì alle 13 - racconta la signora Patrizia - mentre tornavo con mia madre e mio figlio. Ad un certo punto ho visto addirittura una tavolata e ho chiesto a mio figlio di chiamare i carabinieri. Quelli devono aver sentito e sono venuti contro di noi in tantissimi. Sono volate parole grosse - continua - e anche qualche spinta. Poi è caduta mia mamma e se non arrivavano mio marito e poi i carabinieri non so che sarebbe successo».

La donna è determinata a continuare questa battaglia, forte dell'appoggio di decine di famiglie. «Sporgerò denuncia - ha detto - ma non intendo incolpare gli studenti, bensì l'Università perché non è intervenuta nonostante le numerose richieste e anche il Comune e la Questura, che a Santa Margherita mandano le forze dell'ordine. A Santa Marta, invece, non viene mai nessuno». (*)

(*) Nota: la festa di laurea dovrebbe essere una celebrazione della cultura, non dell'ignoranza.

ADNKRONOS

Aids: lo studio, meta' sieropositivi non prende farmaci per bere alcol

Roma, 2 nov. (Adnkronos Salute) - Circa la metà dei pazienti affetti da Hiv in cura con farmaci antiretrovirali 'salta' la propria terapia per concedersi dell'alcol e non la ricomincia finché, a suo parere, non ha 'smaltito' i drink. Lo ha scoperto una ricerca pubblicata sul 'Journal of General Internal Medicine' dagli studiosi dell'università del Connecticut (Usa). Il lavoro ha preso in considerazione quasi 200 sieropositivi in trattamento antiretrovirale e bevitori abituali, intervistandoli sull'abitudine di abbinare 'pillole e bicchiere'. Nel 51% dei casi è risultato che si evita di prendere i farmaci quando ci si concede un drink, nella convinzione che mischiare alcol e medicinali possa avere effetti tossici oppure come conseguenza dell'essere 'alticci'. Questi pazienti hanno poi più probabilità di avere maggiori livelli di virus Hiv nel sangue. Un elemento che, sottolineano gli autori dell'indagine, evidenzia come l'alcol abbia un impatto significativo sul trattamento antiretrovirale.