

RASSEGNA STAMPA SU VINO, BIRRA E ALTRI ALCOLICI **A cura di Roberto Argenta, Guido Dellagiacomma, Alessandro Sbarbada**

WINENEWS

BACCO E CRISTIANESIMO

Papa Bergoglio: "ci può essere vera gioia anche in un brindisi, il vino è dono di Dio" Il Pontefice torna a parlare di vino nella prefazione al volume "Prendi un po' di vino con moderazione. La sobrietà cristiana"

Ci può essere vera gioia anche in un cin-cin in un momento conviviale, "in un buon pasto condiviso, in uno sguardo di comprensione e - perché no? - in un brindisi per una ricorrenza o un traguardo di un amico" (*). Lo scrive il Papa, Francesco I, nella prefazione al volume "Prendi un po' di vino con moderazione. La sobrietà cristiana" del professor Lucio Coco, dedicato al vino in tempo di Quaresima, in uscita per la Libreria Editrice Vaticana, in cui l'autore sottolinea come l'oro di Bacco sia un "dono di Dio" e come tale non possa essere il vero problema se sorseggiato a piccole dosi. Piuttosto, il vero danno sta "nell'uso smodato che se ne fa", dice Coco nel libro arricchito dalla prefazione di Papa Bergoglio, che più volte ha raccontato di sorseggiare del buon vino, pure se in piccolissima quantità.

"Non sono astemio, ma bevo poco. Vino italiano e di tutto il mondo. Ma proprio poco, eh" (**), confidò a Franco Maria Ricci, presidente della Fondazione Italiana Sommelier, nel corso di una udienza ad una rappresentanza di produttori, enologi e sommelier.

Ora il Pontefice, firmando la prefazione del volume ha colto l'occasione per spiegare quali sono gli atteggiamenti che possono aiutare autenticamente a vivere il tempo della Quaresima. "La sobrietà e la gioia - scrive Francesco nella prefazione - sono due atteggiamenti che credo possano aiutarci a vivere la quaresima in vista della Pasqua". E tra le gioie autentiche, come dice appunto Francesco, ci può essere anche il momento conviviale di un bel cin cin con buon vino per una ricorrenza importante o per il traguardo raggiunto da una persona cara. Si tratta di gioire delle piccole cose della vita anche se abbiamo smarrito il gusto. "A volte - osserva ancora il Papa nella prefazione del volume di Lucio Coco - anche noi cristiani dimostriamo di non sapere ancora gioire veramente delle cose della vita o perché corriamo dietro ai piaceri occasionali e passeggeri, o viceversa perché ritrovandoci vittime di un certo rigorismo, siamo tentati a non cambiare, a lasciare le cose come stanno, a scegliere l'immobilismo, impedendo così l'azione dello Spirito, che porta con sé la novità della gioia".

Ma il vino è anche un antico rimedio per sanare i guai della salute: il Pontefice ricorda infatti che nel volume di Coco c'è una breve omelia di San Giovanni Crisostomo, padre della Chiesa del IV secolo, nella quale commenta un breve passaggio della Prima lettera di San Paolo a Timoteo, in cui lo invitava a bere "un po' di vino, a causa dello stomaco e dei frequenti disturbi". (***) "In questo modo - annota Bergoglio - san Giovanni Crisostomo ha l'occasione di insegnare ai fedeli che la creazione è buona ma va saputa gustare, per scoprire che è stata fatta proprio per noi, per il nostro bene, come un dono prezioso, affinché ci scopriamo amati e possiamo gioire insieme". Anche "San Francesco d'Assisi - ricorda ancora il Papa - affetto da un malessere allo stomaco, siccome in convento i frati non avevano vino, benedì un bicchiere d'acqua che miracolosamente divenne dell'ottimo vino e che lo ristabilì in forze". (****)

(*) Nota: un cin cin a festeggiare un traguardo raggiunto da un amico, da una persona cara... - perché no? - magari gli anni di sobrietà festeggiati da un componente di un Club alcolico territoriale...

Ah, no: in quel caso non ci può essere vera gioia, in un brindisi con il vino.

Nessun brindisi, anche se tra persone che non hanno mai sofferto, direttamente o indirettamente, a causa del bere (ammesso che ne esistano), potrà mai donare il calore di un abbraccio.

Abbracci anziché brindisi.

Anche per Papa Francesco.

(**) Nota: questa insistenza sulla "piccolissima quantità" sta a dimostrare la consapevolezza della pericolosità della bevanda. Il che fa apparire forzata tutta questa lode al vino come "dono di Dio". Anche i funghi fanno parte della Creazione, ma se metto un'amanita phalloides nel risotto mi manda direttamente nel Regno dei Cieli (nella migliore delle ipotesi).

(***) Nota: ancora oggi, nel ventunesimo secolo, l'informazione corretta sui rischi e sui danni del vino per la salute è molto carente, anche a motivo degli ostacoli culturali (e commerciali) che rendono faticosa l'opera di divulgazione scientifica alla popolazione. Figuriamoci che cosa ne potevano sapere degli effetti del vino sullo stomaco nel primo e nel quarto secolo.

(****) Nota: non sappiamo se il suggerimento di San Paolo a Timoteo di bere del vino per combattere il mal di stomaco abbia funzionato, è lecito avere qualche dubbio. Ma sappiamo che il mal di stomaco di San Francesco è migliorato... bevendo acqua.

THEAGE.COM.AU

'No safe level': what we're getting wrong with alcohol guidelines (*)

By Gary Nunn

[https://www.theage.com.au/lifestyle/health-and-wellness/no-safe-level-what-we-re-getting-wrong-with-alcohol-guidelines-20190301-](https://www.theage.com.au/lifestyle/health-and-wellness/no-safe-level-what-we-re-getting-wrong-with-alcohol-guidelines-20190301-p5117n.html?fbclid=IwAR2jzSw9p0e4inyAUF9g0jzV0YSxGt7lxFI9MSjRfG0QGehFZsrVhNkFms)

Red wine is Pippa Williams' favourite way to relax.

The 39 year-old from Melbourne often has a glass or two after work. She's aware, but sceptical, of advice suggesting this amount of red wine is good for her heart.

"In this day and age you can find research to complement anything if you look hard enough" she says. "It's common sense that habitual alcohol consumption isn't great for your health."

Her scepticism is right on the money: the aphorism that red wine has heart health benefits is now believed by many experts to be somewhat mythical.

Some suggest it is one of several booze-related myths pushed by the alcohol industry, misleading the public by downplaying the dangers of alcohol.

The Australian National Health and Medical Research Council (NHMRC) is currently undertaking a revision of their alcohol guidelines. Revised draft alcohol guidelines will be issued for public comment in late 2019, including the controversial "safe drinking limits" for alcoholic drinks such as red wine.

"On overall balance, there's no basis for the red wine health benefits claim," says Professor Robin Room, alcohol policy researcher at LaTrobe University. "At a small level, it does thin your blood. But that just means you're more likely to get one kind of arterial disorder than another: your blood may be less likely to clot, but it's more likely to leak!"

The idea that red wine is good for your cardiovascular health has been nicknamed the "French paradox", as the French had a high fat diet (butter, cream, cheese) but had lower heart disease. Resveratrol, an antioxidant found in wine, was thought to reduce risk of heart disease. But the pithy bon mot, "the French paradox", was just irresistible propaganda which we swallowed; literally, according to Michael Thorn, Chief Executive of the Foundation for Alcohol Research and Education (FARE).

"The French paradox was a total myth. The French had Europe's highest rates of liver disease. But by cutting back on consumption of wine, they've dramatically reduced that. Research studies published on cardiovascular benefits - dating back 20 years - have been found to be flawed."

The negligible health "benefits" were only attributed to one standard drink of alcohol, and dissipated after two or more standard drinks.

A 2017 review of the entire scientific literature of alcohol consumption vs heart disease found that the evidence for red wine helping to prevent heart disease is flawed at best and inaccurate at worst.

The myth, though false, had a dramatic impact. Shortly after the French paradox was first reported, US red wine sales shot up 40 per cent.

"Once the so-called 'protective effect' of red wine became an issue that was discussed in the 1920s, the alcohol industry jumped on it," says Professor Room.

By 1994, five studies had been published claiming that reasonable amounts of alcohol could protect against heart disease.

The cardiovascular benefits myth of red wine plays into a broader narrative which the alcohol lobby has aggressively pushed: first, that a small amount of alcohol is in fact good for you (it isn't) and second, that a small amount of alcohol isn't bad for you (it is).

The World Health Organisation advises there's no safe level of alcohol consumption and every drink you consume increases your risk of cancer and various other health conditions such as liver disease.

It comes down to the level of risk involved and where we're prepared to draw the line. The risk is smaller at lower levels, but it's still a very real risk.

Professor Room helped draw up Australia's 2009 guidelines, which are currently in use.

"We tried to draw a line where there was no more than one in 100 chance of dying - that's an extremely high risk we were setting the line at," he says. "The Australian government's in safe water supply risk of dying is one in a million. WHO recommends one in 100,000. But then you could argue that when assessing risk for voluntary behaviour, we accept higher risks."

Alcohol consumption guidelines themselves are controversial. The UK guidelines drawn up in 1987 were "plucked out of the air" according to Richard Smith, who sat on the Royal College of Physicians working party on alcohol. In 2007, he said, "We didn't have data for safe limits - and what are safe limits anyway? They were arbitrary."

In the recent CBC radio podcast "Alcohol: Tonic or Toxin", it was reported that these guidelines became a model for places like Australia and Canada for two decades.

Today's Australian guidelines recommend no more than two standard drinks on any day to reduce the lifetime risk of harm from alcohol-related disease or injury.

Thorn claims the alcohol lobby has slowed the process of reviewing the 2009 Australian guidelines. This year's review was due to take place five years ago.

"They've attempted to undermine Australia's National Health and Medical Research Council, criticised members of the expert panel and tried to discredit the current review. It's a classic case of the alcohol industry behaving like tobacco industry: questioning the science and installing doubt."

Professor Room says this goes right to the top, impacting policy.

"The alcohol lobby played an important role as any industry would in defining problems on their own terms. The Australian Hotels Association is one of the biggest funders of the major parties. For example, they'll say to governments: there are too many regulations, let's get rid of some of them - the whole neoliberal line."

But some people, like Pippa Williams, even upon learning the health benefits are dubious, will continue to drink the same quantities of red wine nonetheless.

"I'm not deterred at all and not surprised at all."

(*) Nota: "non ci sono livelli di sicurezza: che cosa abbiamo sbagliato con le linee guida sull'alcol."

L'articolo svela come la lobby degli alcolici ha condizionato l'informazione, millantando inesistenti effetti benefici, in particolare del vino rosso.

WINENEWS

Italia

L'ANALISI

Il futuro prossimo del vino italiano, con i consumi interni che non ripartono, e l'export che frena

Le riflessioni degli economisti del vino Davide Gaeta e Piero Mastroberardino. La promozione istituzionale nelle parole di Ines Aronadio (Ice)

Nel suo complesso, il vino italiano si conferma uno dei settori più in salute dell'economia nazionale. Eppure, qualche preoccupazione per l'immediato futuro inizia a serpeggiare fra i produttori, ed i motivi non mancano. Il mercato interno, che resta primario e fondamentale, non ha vissuto la ripresa dei consumi che si sperava: secondo i dati Iri sul 2018, analizzati da WineNews, le vendite nella gdo sono diminuite del -5,6% in volume (*), a fronte di una crescita in valore di appena l'1,9%, a quota 1,6 miliardi di euro. E l'export, che, per anni, è stato motore della crescita dei fatturati delle cantine, cresce, ma non più come in passato: secondo i dati Istat, tra gennaio e novembre 2018, si sono toccati i 5,7 miliardi di euro in valore, sui 5,4 del 2017, vale a dire poco più di un 5,5% in valore, a fronte, anche in questo caso, di un leggero calo in volume. Insomma, il quadro è tutt'altro che drammatico, ma le dinamiche non consentono rilassatezza agli operatori. Ed è un fenomeno che riguarda tutto

l'agroalimentare italiano: come ricordato nei giorni scorsi da Cia Agricoltori, il 2018 si è chiuso con l'export a quota 41,8 miliardi di euro, con un incremento modesto, del +1%.

D'altra parte, come sottolineato da Davide Gaeta, docente di Economia dell'impresa Vitivinicola e Politica Vitivinicola all'Università di Verona, "è un fatto che siamo in una fase di recessione economica, e ci si interroga se questa stia per coinvolgere anche l'agroalimentare italiano, storicamente considerato anticiclico. E viene da chiedersi, provocatoriamente, se l'export, negli ultimi anni, sia stata davvero una soluzione vincente, o solo una scialuppa di salvataggio per una nave che imbarcava acqua". Riflessione provocatoria, ovviamente, perchè l'export è ed è stato fondamentale per la crescita dell'agroalimentare e per il vino italiano, ma per il futuro va ripensata la strategia, senza pensare che la richiesta di made in Italy nei mercati del mondo si autoalimenti, anche al netto della concorrenza che cresce, con tanti competitor del mondo che, spesso, soprattutto extra-Ue, non seguono le stesse regole dell'Italia e dei suoi principali rivali-partner Ue.

"Il mondo del vino italiano - ha commentato a WineNews Piero Mastroberdino, produttore di riferimento della Campania, vice presidente Federvini e docente universitario di Economia del vino - ha delle problematiche al proprio interno che si ribaltano sulla sua competitività sia interna che internazionale. Sicuramente viviamo un momento in cui si riflette molto, e in cui il vino italiano sul fronte dell'export paga anche delle tensioni internazionali. All'interno siamo in fase stagnante di consumi, non c'è crescita ma c'è qualificazione. Questo non deve essere un palliativo, però, perchè la mancanza di crescita rappresenta in ogni caso un problema per un settore. La ricerca di una crescita sui canali di esportazione a sua volta è un'opzione tracciabile, ma alla condizione di fondo che è quella di mantenere un buon livello di valore, quindi di remunerazione di investimenti della filiera, perchè il problema principale è recuperare quote di valore, in quanto la nostra filiera ha problemi di efficienza, ha un peso burocratico non trascurabile e deve recuperare in termine del valore percepito del prodotto vino made in Italy. Questo è un gap antico, lo stiamo recuperando di anno in anno, serve qualche passo ulteriore per raggiungere un risultato che proietti nel futuro questa filiera, soprattutto per gli alti investimenti che si sono fatti in questi anni sul fronte della riqualificazione produttiva e della sostenibilità".

Anche per questo, sottolinea Mastroberardino, "anche a livello istituzionale abbiamo chiesto più volte, come filiera, una riflessione su quello che funziona e quello che non funziona da un punto di vista di organizzazione burocratica, per lavorare ad una vera semplificazione. Abbiamo, per esempio, un sistema dei controlli molto efficace, perchè quando viene rilevato un comportamento irregolare viene subito messo ai margini, ma è inefficiente, costa tantissimo alle aziende sui cui il sistema dei controlli è in gran parte scaricato. E costa tanto soprattutto in relazione al prezzo di uscita del prodotto, specialmente sui mercati mondiali in cui la competizione è molto agguerrita, soprattutto in mercato come Usa o Germania, dove arrivano produttori di tutto il mondo e collocare i vini in maniera competitiva è difficilissimo, per quanto determinante".

I fondamentali del vino, tuttavia, spiega Mastroberardino, sono solidi, ma fanno riferimento al livello di patrimonializzazione, e noi abbiamo una filiera con una forte presenza di investimenti in asset agricoli, che incidono molto sui bilanci delle aziende. Questo è un punto di solidità se questo elemento patrimoniale è anche elemento di distintività e genera valore, ma può rivelarsi una zavorra se ci trovassimo nella condizione di non riuscire più a tramutare in valore il frutto dell'investimento patrimoniale, perchè ha senso avere un patrimonio solido se questo genera redditività, per cui il punto chiave è incrementare il valore dei prodotti della nostra filiera nel mondo.

Fondamentale, in ogni caso, investire in promozione. Lo fanno da sempre, gioco forza, le imprese, anche grazie ai fondi Ocm, ma non solo. Lo fa, in maniera più convinta, da qualche tempo, il "sistema Paese", grazie all'Ice.

E così, dopo Stati Uniti e Cina, dove l'Agenzia per l'internazionalizzazione delle imprese, da tre anni ha attivato una campagna istituzionale promozionale del vino italiano, si sta pensando di sostenere la comunicazione e promozione del Made in Italy anche in altri Paesi, come anticipato, a Winenews, da Ines Aronadio, direttore del Coordinamento per la Promozione del Made in Italy. "Stiamo pensando - ha detto Aronadio - a quei Paesi che hanno concluso accordi di libero scambio con l'Italia, quindi a brevissimo lanceremo una campagna in Giappone, orientata su prodotti particolari, non solo vino, tra cui i formaggi italiani che sono quelli più imitati in giro per il mondo.

Uno dei settori in cui lavorare di più è quello dell'educazione dei mercati. In Usa stiamo lavorando molto all'interno, negli Stati interni che conoscono meno il vino italiano rispetto alle coste, con un'attività dedicata soprattutto al trade. E, chiaramente, la comunicazione, sempre più on line. Ma interveniamo sempre più spesso anche nell'ultimo momento della vendita, che sia retail, gdo o e-commerce. Facendo accordi con realtà come WalMart in Usa e Alibaba in Cina, per citare i due casi più grandi, con campagne di comunicazione concordate sulle loro piattaforme o interventi nei punti vendita, sia off line che on line. Mentre la controparte si impegna ad acquistare una certa percentuale di prodotti nuovi, e così aiutiamo la piccola impresa, che non avrebbe altrimenti accesso a certi canali".

Insomma, la situazione non è critica, affatto, e gli strumenti e le volontà per affrontarla ci sono. E qualche segnale positivo, comunque, arriva, anche da mercati ancora relativamente piccoli per il made in Italy, ma potenzialmente enormi, come la Cina, dove, sottolinea la Coldiretti, nel 2018 è stato raggiunto il record storico di 450 milioni di euro di export wine & food,, un valore che è più che triplicato negli ultimi 10 anni (+260%) con la progressiva apertura del gigante asiatico a stili di vita occidentali, con il vino che è il prodotto più esportato, con 130 milioni di euro, e l'Italia che ha sorpassato la Spagna ed è diventata il quarto esportatore verso Pechino (dati riproposti alla notizia che il Belpaese potrebbe essere il primo del G7 a sostenere formalmente la "Belt and Road", la nuova Via della Seta voluta dal presidente cinese Xi Jinping sulla quale pesano le perplessità degli Usa). Ma i mercati del mondo non aspettano, e il made in Italy agroalimentare e viticolo, che in tanti Paesi è leader, è chiamato ad un nuovo scatto in avanti.

(*) Nota: questi ultimi dati indicano la mancata crescita dei consumi interni.

ITALYNEWS

L'editoriale di Stefano Scibilia

Proprietà benefiche del vino rosso

Studi confermano che un bicchiere di vino rosso equivale a un'ora di palestra

<http://www.italynews.it/leditoriale-di-stefano-scibilia/2019/03/05/proprietà-benefiche-del-vino-rosso-72677.html>

Molte persone hanno problemi con il controllo del peso e arrivano anche a mangiare senza badare a quello che portano in tavola e alle porzioni. Mantenere il peso ideale non è semplice, quindi molti cercano diete e metodi che siano in grado di perdere i chili di troppo. Quanta forza di volontà e costanza ci vogliono però?

Perdere peso non è facile e non tutti possono seguire una dieta o andare in palestra. Fare gli esercizi a casa non sempre è così semplice, perché passa spesso la voglia: nella maggior parte dei casi siamo stanchi morti. Cambiare le abitudini alimentari è importantissimo, ma non è facile.

Lo sapete, però, che un aiuto arriva dal vino rosso? Il vino è una bevanda alcolica, che però secondo la scienza può aiutare a perdere peso. Louis Pasteur un volta disse che il vino era la bevanda più salutare del mondo. Inventato secoli e secoli fa in Medio Oriente, è uno dei drink più consumati al mondo. E fa anche bene alla salute, a patto di consumarne in modo moderato. Il vino ha diversi benefici per la salute da non sottovalutare:

- 1) Aiuta il tuo cuore a mantenersi in salute, grazie ai tanti antiossidanti che migliorano la salute del sistema cardiovascolare.
- 2) Migliora la visione, con il 32% in meno di possibilità di contrarre malattie agli occhi come la cataratta. Riduce il rischio di contrarre il cancro, grazie al resveratrolo, che aiuta anche con i problemi di memoria.
- 3) Aiuta a combattere il raffreddore, perché è ricco di antiossidanti e ci aiuta a combattere i malanni di stagione.
- 4) Ritarda il deterioramento cognitivo, perché è un antiossidante dai mille poteri.
- 5) Aumenta l'aspettativa di pelle, grazie al resveratrolo che evita l'invecchiamento precoce.
- 6) Aiuta la memoria.
- 7) Abbassa il colesterolo.
- 8) Il vino rosso porta parecchi benefici al nostro organismo: attiva il metabolismo e favorisce la longevità!

Cercare di condurre una vita il più possibile salutare ci porta spesso a qualche rinuncia di troppo, soprattutto per quanto riguarda il cibo e le bevande: rifiutare sempre, tuttavia, non serve.

Auto-punirsi negandosi un po' di piacere come quello che può arrecare un bicchiere di un buon vino, non è un atteggiamento corretto e a lungo andare può rivelarsi un boomerang nei confronti di quello che invece dovrebbe essere l'obiettivo da raggiungere, cioè un corretto e sano rapporto con l'alimentazione.

Vino rosso: dosi consigliate

E' chiaro che l'abuso di questi piaceri per il gusto e per l'umore può rivelarsi dannoso, ma se ci manteniamo entro livelli accettabili di consumo, tenendo sotto controllo le calorie per il cibo e non superando la dose consigliata di vino rosso, ovvero un bicchiere per le donne e due per gli uomini (preferibilmente durante i pasti e comunque non a stomaco vuoto), i benefici sono rilevanti.

Vino Rosso e Resveratrolo: cos'è e come agisce questa proprietà

Infatti, fra le oltre 400 sostanze che compongono il vino, un posto d'onore merita il resveratrolo: questo polifenolo è un antiossidante, presente soprattutto nei vini rossi, e ha una struttura molecolare molto simile a quella degli ormoni estrogeni, tanto da poter essere inserito nella lista dei "fitoestrogeni". Il resveratrolo - secondo molti studi - ha la capacità di migliorare l'efficienza cellulare, potenziando l'attività dei mitocondri, cioè di quelle "centraline energetiche" che si trovano nelle cellule. Alcune ricerche condotte sugli animali inoltre sembrano dimostrare che favorisca la longevità, migliori il controllo del diabete abbia un effetto protettivo su cuore e circolazione, oltre a riattivare il metabolismo.

Ecco 10 proprietà benefiche del vino rosso:

Un alleato per perdere peso

Questa bevanda possiede una proprietà molto speciale: attiva un gene che impedisce la formazione di nuove cellule grasse e, inoltre, stimola quelle già esistenti per depurarle ed eliminarle poco a poco. Per dimostrarlo, il Massachusetts Institute of Technology ha condotto vari studi e ne ha pubblicato i risultati recentemente. Tuttavia, per vederne gli effetti sulla vostra silhouette, ricordate che non bisogna berne più di un bicchiere al giorno. Potete vedere nell'immagine la quantità consigliata: meno di un bicchiere pieno. Ovviamente, i risultati saranno maggiormente visibili se abbiniamo quest'abitudine ad una dieta equilibrata e priva di grassi.

Potenzia il nostro cervello

Il vino rosso è ottimo per migliorare i nostri processi cognitivi. Come è possibile? Esistono molti studi che dimostrano che bere del vino in maniera moderata, ma costante, previene la demenza e le malattie degenerative del cervello. Cura le infiammazioni, previene l'aterosclerosi e, inoltre, impedisce la coagulazione, migliorando così il flusso sanguigno.

Cura le infezioni delle gengive

Se siete tra quelle persone alle quali, per esempio, sanguinano le gengive, non pensateci due volte ad accompagnare i pasti con un bicchiere di vino rosso. L'uva, infatti, presenta alcuni composti che, una volta fermentati nel vino, hanno la capacità di prevenire la comparsa di streptococchi e batteri che causano le carie, oltre all'essere molto efficaci contro la gengivite e persino il mal di gola.

Combatte la stanchezza

Un nuovo studio pubblicato sul The FASEB Journal ha dimostrato che il resveratrolo presente nell'uva combatte la debolezza in quei giorni in cui siamo più apatici o stanchi.

Aumenta le endorfine

Quando beviamo del vino, liberiamo le endorfine nel nostro organismo, il che ci fa rilassare e godere l'attimo. Uno studio in materia è stato condotto dall'Università della California. Non dimenticate che il vino, abbinato a certi alimenti e piatti, ne esalta il sapore facendoci gustare meglio il cibo.

Ripulisce la bocca

Bere del vino rosso quando mangiamo, grazie alle sue proprietà astringenti, aiuta a percepire i sapori in maniera più intensa. Riduce il sapore del grasso se mangiamo della carne e ci dona una sensazione davvero gratificante, perché ripulisce la nostra bocca.

Ottimo per ridurre il colesterolo

Il vino rosso è un vero e proprio tesoro naturale ricco di polifenoli (tra i quali il salutare resveratrolo), delle sostanze chimiche ricche di antiossidanti che, secondo la Mayo Clinic, ci

aiutano a prenderci cura dei vasi sanguigni, poiché prevengono la formazione di coaguli e riducono il cosiddetto colesterolo "dannoso".

Eccellente per la salute del nostro apparato cardiovascolare

Oltre ai polifenoli citati prima, il vino rosso è ricco di vitamina E, la quale aiuta a ripulire il sangue, prevenire i coaguli e proteggere i tessuti dei vasi sanguigni.

Riduce il rischio di cancro

Il vino rosso è un ottimo antiossidante. Un rimedio naturale capace di bloccare, per esempio, la crescita delle cellule che causano il cancro al seno o ai polmoni. Una delle sue proprietà migliori è proprio l'azione del resveratrolo che impedisce che l'estrogeno si sviluppi in problemi di cancro nelle donne.

Combatte le infezioni urinarie

Grazie alle sue proprietà antiossidanti e astringenti, il vino rosso previene l'adesione dei batteri alla vescica e, inoltre, migliora il filtraggio e la depurazione di questi organi. (*)

(*) Nota: riporto di seguito il commento che ho postato sotto l'articolo, nella speranza che anche voi aggiungete il vostro

"L'articolo è un concentrato di fake news, da quella epica dell'ora di palestra, fino alla bufala regina del resveratrolo. La voce "riduce il rischio di cancro" è da denuncia penale. Il vino compare per tre volte nel Gruppo 1 dei cancerogeni IARC, ovvero le sostanze che aumentano il rischio di cancro senza alcun dubbio. Compare come "consumo di bevande alcoliche", come "etanolo" e come "acetaldeide". Vergognatevi."

OLBIA.IT

Olbia, carnevale alcolico: decine di minorenni ubriachi

Angela Deiana Galiberti

Olbia, 06 marzo 2019 – Il Carrasegare Olbiesu è stato un grande successo di pubblico e allegria: belli i carri, bellissimi i figuranti, tantissimi gli olbiesi a lato della sfilata accompagnati dai bambini.

Purtroppo, però, anche la più bella delle feste può lasciare qualche strascico negativo: l'argomento più dibattuto dagli olbiesi sui social, in queste ore, è la quantità di minorenni ubriachi avvistati prima, durante e dopo la sfilata.

A porsi domande sono soprattutto adulti, spesso genitori di bambini ancora troppo piccoli per sapere cosa significa uscire in "gruppo" e da "soli", senza il controllo parentale.

Durante la giornata di ieri, sono stati tanti i minorenni avvistati ubriachi e dotati di birra e/o super alcolici in mano: questo in barba alle normative contro la vendita ai minori e alla stessa ordinanza comunale che vietava la circolazione con le bottiglie di vetro.

Le discussioni sui social, in particolare Facebook, riguardano in particolar modo ragazzini e ragazze intorno ai 14 anni: piccoli sotto ogni punto di vista, persino quello biologico (si pensi alla metabolizzazione dell'alcol).

La salute non è, infatti, uno scherzo e di coma etilico si può anche morire.

Tante le domande che si pongono gli olbiesi, a cominciare dal come si può limitare il fenomeno. Bando alle ipocrisie: siamo stati tutti giovani e tutti i giovani, prima o poi, si ubriacano con gli amici. Il punto, semmai, è un altro: possiamo considerarlo normale divertimento ubriacarsi sulla pubblica via di primo pomeriggio a 14 anni?

Ci sono poi altre due questioni da risolvere: dove si riforniscono di alcolici? E dove sono i controlli?

MESSAGGERO VENETO

Guida ubriaca: denunciata. La viene a prendere il fidanzato: positivo pure lui all'alcol-test

E' successo a Povoletto. La giovane aveva un tasso alcolimetrico di 2,27: patente ritirata e auto sequestrata

POVOLETTO. Sorpresa alla guida con un tasso alcolemico di oltre quattro volte il consentito, chiama il fidanzato per farsi venire a prendere. E il ragazzo, invitato a sua volta a sottoporsi all'alcol test, è risultato positivo.

Disavventura per due giovani, di 26 e 30 anni, controllati nella notte tra martedì 5 e mercoledì 6 marzo dai carabinieri della stazione di Remanzacco. Attorno alle 2.30 i militari dell'Arma hanno fermato lungo la statale a Povoletto una ragazza del 1993, residente a Tricesimo, che guidava la sua Clio. La giovane è risultata positiva alla prova alcolimetrica alla quale è stata sottoposta, con le attrezzature che hanno rilevato una presenza di 2,27 grammi di alcol per litro di sangue.

Denunciata, è stata invitata a farsi venire a prendere da un familiare o conoscente, considerato che la Clio è stata posta sotto sequestro, come previsto dalle leggi. La ragazza, così, ha chiamato il fidanzato (uno sloveno classe 1989) che, a sua volta, guidava in stato di ebbrezza (0,6 il tasso registrato dal sistema utilizzato dai carabinieri). A quel punto i due hanno dovuto chiamare un taxi per tornare a casa.

Ultimamente è ripresa, sui media, la diffusione di articoli pseudoscientifici che millantano inesistenti effetti benefici del vino per la salute.

Chissà se tra questi due fenomeni esiste una relazione.