

IL VINO, GUSTOSO

MEDICAMENTO POLIVALENTE?

Giuseppe Cerutti

Da quando, e non sono molti anni, si è avuta notizia del paradosso francese (Renaud e De Logeril - Wine, alcohol, platelets, and the French paradox for coronary heart disease, Lancet, 339, 1523, 1992) l'universo vino ha iniziato la lunga marcia per riacquistare quelle posizioni che stava vistosamente perdendo sotto l'incalzare della moda americana di bere bevande analcoliche fortissimamente gassate e di una errata valutazione del problema da parte di più di un medico, che riteneva esistere una correlazione diretta vino-ubriachezza-alcolismo tendenzialmente inguaribile. Sono però giunti risultati epidemiologici che hanno cominciato a far riflettere su consumo e consumo smodato di vino, che non contiene solo alcol, ma una serie di elementi buoni per la salute dell'uomo sfruttabili al meglio se il consumo è moderato e se il vino è genuino, ottenuto da sola uva di vigneti sapientemente coltivati. I risultati epidemiologici si possono riassumere nella maggiore speranza di vita del consumatore moderato di vino non solo nei confronti del beone, dell'alcolista, ma anche dell'astemio. Si è anche fatto più di un

confronto fra assunzione di vino e di altre bevande alcoliche, come la birra ed i superalcolici, ma non si è potuto chiarire con sicurezza se il grado di protezione di questi altri apportatori di alcol, ma non di molecole come antociani o resveratrolo, è davvero uguale o piuttosto simile. Si è però chiarito che il consumo di alcol, di per sé, sembra ridurre il rischio di morte soprattutto per la malattia coronarica. Stabilito il *paradoxe français*, e cioè che una dieta ricca di grassi saturi, come è quella dei bretoni, ed anche di altre popolazioni, non causa una particolare incidenza della malattia coronarica perchè comprende anche vino rosso, ricco appunto di resveratrolo e di polifenoli soprattutto "colorati", la ricerca sulle qualità "salutari" del vino è proseguita senza soste portando nel tempo una serie di ulteriori conoscenze a favore di altre attività salutari tipiche di questa bevanda. Prima di esaminarle con maggiore attenzione, si può ricordare che anche in epoca recentissima Rimm e coll. delle Scuole di Medicina di Harvard e di San Diego (Brit. Med. Journal, 319, 1523, 1999) hanno confermato che l'assunzione moderata di al-

col abbassa il rischio di malattia coronarica; ad es. 30 g di alcol (pari a 300 ml di un vino di 12°) riducono il rischio del 25% e più. Molte delle buone qualità del vino, specialmente rosso, sono state messe in correlazione con la presenza di resveratrolo, sostanza oggetto di decine di lavori sperimentali apparsi nei periodici più prestigiosi di scienze e di tecnologie alimentari. Notissimi, fra gli altri, i lavori pubblicati dagli studiosi dell'Istituto Agrario di S. Michele all'Adige. Nel 2000 un noto ricercatore francese, L. Frémont (Life Science USA, p.663), diceva che l'azione di questa molecola deve venire ulteriormente approfondita, anche se sembrano bene documentati i suoi effetti

nei riguardi del metabolismo dei grassi e dello sviluppo di tumori, dell'attività estrogena e di quella vasorilassante. Secondo alcuni ricercatori, l'effetto positivo è forse più da attribuire ai polifenoli, antociani e/o proantocianidine. Sulla presenza ed il significato degli antociani, largamente disponibili in natura, Keevil e coll. (J. Nutrition, 130, 53, 2000) hanno realizzato una ricerca di grande interesse. Il succo d'uva, ma non quello di arancia e pompelmo, è apparso capace di inibire nell'uomo l'ag-



gregazione piastrinica; la ricerca era stata condotta somministrando ai soggetti partecipanti 300-450 ml di succo al giorno per 7-10 giorni. Secondo Keevil e coll. il risultato favorevole al succo d'uva è dovuto in particolare ad antociani e proantocianidine. Il risultato negativo rilevato per i succhi di agrumi sarebbe dovuto al fatto che in essi vi sono solo flavanoni e flavoni, che sono pur sempre dei buoni polifenoli. Studiando i composti fenolici in birra e vino, Gorinstein e coll. (Nutrition Res., n°1, 2000, p.131) hanno confermato che il vino rosso è significativamente più ricco di composti fenolici con azione antiossidante (quella che favorisce le lipoproteine ad alta densità, o HDL, contro quelle a bassa densità, o LDL) che non la birra o il vino bianco: si tratta di procianidine, epicatechina, quercetina...

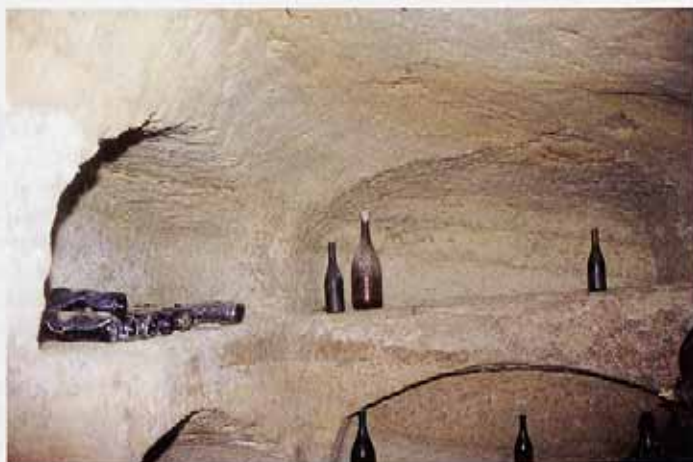
Sempre in tema di polifenoli e loro rapporto con la protezione cardiovascolare, Léger e coll., del Laboratorio di Nutrizione ed Aterogenesi all'università di Montpellier (Bull. O.I.V., n° 833, 2000) hanno esaminato in vitro alcuni indicatori secondari di protezione, i polifenoli, dei

ali occorre conoscere bene la concentrazione in vivo, nell'uomo. Non si esclude che loro derivati metabolici possano sviluppare un'azione anche più netta. Sullo stesso tema hanno anche riferito (*ibidem*) Rabot e coll., secondo i quali i prodotti di degradazione che possono venire liberati nel colon dalla flora digestiva possono sviluppare la capacità di inibire, in vitro, l'aggregazione delle piastrine più efficacemente dei polifenoli loro precursori. Risultati promettenti sono stati ottenuti nell'ambito del progetto europeo FAIR CT 97 3261 "Wine and cardiovascular disease" al quale, sotto la supervisione del prof. Caen, dell'Institut des Vaisseaux et du Sang di Parigi, hanno collaborato ricercatori di vari Paesi e, per l'Italia, De Gaetano e Rotondo del Consorzio "Mario Negri Sud" di Santa Maria Imbaro (Chieti). Queste ricerche consentono di affermare che vi è plausibilità biologica nell'associare il consumo moderato di vino alla prevenzione della malattia cardiovascolare. Ne deriva infatti una regolazione di meccanismi importanti (come l'ossidazione delle LDL e dei lipidi e l'attivazione di componenti vascolari e sanguigni), i quali contribuiscono in modi differenti allo sviluppo dell'aterosclerosi e della trombosi.

Se l'azione di contrasto, o anche di prevenzione, della malattia cardiovascolare tipica del complesso di sostanze presenti nel vino rosso (resveratrolo, polifenoli, loro prodotti metabolici nell'organismo umano) e la migliore attesa di vita che ne deriva sembrano chiaramente provate, gli effetti benefici del vino spaziano ben oltre. Sono state infatti messe in evidenza almeno un'azione anti-tumore ed una antibatterica.

In Danimarca, Gronbaek e coll., hanno studiato oltre 24.000 individui dei due sessi, di età fra 20 e 98 anni, per verificare la ridu-

zione di mortalità totale, e per cancro, collegabile all'assunzione di bevande alcoliche. Questi soggetti ricevevano differenti quantità di bevanda (da 7 fino a 28 ed oltre bicchieri per settimana). Il rischio di mortalità totale (Ann. Intern. Med., 133, 411, 2000) si riduceva, e solo per il consumo di vino, del 24%, e si riduceva del 22%, sempre solo con il vino, lo sviluppo di tumore. Negli individui astemi considerati nella ricerca, il rischio di



mortalità è ancora apparso più alto che non nei bevitori moderati. Sul tema avevano già riferito Kemal e coll. (Cancer Biother. Radiopharm. 13, 447, 1999) studiando i polifenoli ottenuti dal vino con una doppia estrazione, necessaria per separare gli antociani dagli altri composti. Si è osservato che tutte le frazioni causavano una diminuzione significativa della proliferazione delle cellule derivate da tumore gastrico e del colon. Tale effetto favorevole, come si rileva nella "Lettre Vin, Nutrition et Santé dell'O.I.V. n°52, 2000", è specificamente associato alle frazioni polifenoliche del vino. Damianski e coll. (J. Cell. Biochem., 78, 429, 2000) hanno studiato in vitro l'azione di questi polifenoli sulla proliferazione di certe linee cellulari del tumore al seno, osservando che il con-

centrato polifenolico, la catechina, l'epicatechina, la quercetina ed il resveratrolo, a concentrazione moderata, possono limitare lo sviluppo di queste linee, tappa importante dello sviluppo tumorale. Sulla stessa linea, Delmas e coll. (Oncology Reports, 7, 847, 2000) hanno osservato che la proliferazione di differenti tipi di cellule epatiche cancerose, sia umane sia di ratto, è inibita dal resveratrolo a concentrazione 30-50 µM. Il risultato favorevole è dovuto al blocco del ciclo di queste cellule, il cui meccanismo è da chiarire. Per ciò che attiene all'effetto antibatterico del vino, esso è stato confermato da Rosenstock e coll. (Scand. J. Publ. Health, 28, 32, 2000), sulla base di una ricerca che ha considerato l'associazione fra stile di vita, malattie croniche, peso corporeo e prevalenza dell'infezione da *Helicobacter pylori* in oltre 3 mila adulti danesi. Il consumo di 1-2 bicchieri di vino al giorno riduce del 30% circa il rischio di infezione. Ricerche sono state

condotte anche in tema di azione estrogena del resveratrolo. Secondo Basly e coll., (Life Science, 66, 769, 2000) basse concentrazioni del composto possono portare allo sviluppo di molecole più selettive del recettore di estrogeni, con possibile ruolo terapeutico per il tumore al seno.

Tutti questi temi sono stati ampiamente trattati al 25° Congresso Mondiale della Vite e del Vino, Parigi, giugno 2000 e nel volume "Vin et Santé". Il lettore che vuole essere sempre aggiornato può trovare altri lavori, che dettagliano sull'attività antiradicalica, sull'assorbimento del piombo sulla vasomotricità, sugli effetti galattogeni ed anabolici del vino.

La conclusione da trarre dal lavoro dei ricercatori è che il consumo moderato di vino, rosso in particolare, è un mezzo per migliorare la salute dell'uomo, da vero farmaco polivalente; è indispensabile però che il vino sia di buona uva, buona tecnologia e buona beva, condizioni, specie la seconda, per evitare oltretutto contaminazioni pericolose come quelle da micotossine; non a caso a quel Congresso si è anche parlato di ocratossina A, talora presente, anche se in concentrazioni subliminali, in vini ottenuti da pessime uve, sicuramente molto sporche e presumibilmente ammuffite. La buona tecnologia, al riguardo, come appare da due ricerche condotte alla Facoltà di Agraria di Milano (Cerutti et al., Tateo et al.) è il mezzo capace di evitare che una contaminazione di qualche significato possa avere luogo.

Giuseppe Cerutti
Professore ordinario f.r. al DISTAM
Facoltà di Agraria, Università di Milano

