

Sano e genuino: così deve essere il vino

Giuseppe Cerutti

L consumo di vino, non è necessario ripeterlo, è in calo costante. Questo "calo" ha più di un padre, ma sicuramente uno si chiama effetti delle frodi e degli scandali che mass media spesso impietosi e bugiardini sfruttano talora in maniera indegna.

Certo, il calo dei consumi ha anche un altro padre che tutti conoscono: la pubblicità smodata di certi produttori di bevande analcoliche, giunta a picchiare nella testa dei consumatori che tali bevande, ricche di caffeina e di acido fosforico, sono l'ottimo per accompagnare un bell'arrostato.

Un terzo padre è la furbizia, la chiamano così, dei frodati che hanno fatto vino con le carrube e con le mele, con i fichi e con l'alcol metilico. Vi è una cosiddetta chimica del vino che farebbe arrossire quanti sano quante e quali buone cose la chimica rispettosa dell'uomo ha fatto. Basterebbe andare nelle cancellerie delle Preture e cercare quante migliaia sono state le denunce per vini fatti senza uva, per i vini fatti con un po' d'uva, e per vini più o meno abboccati, stabilizzati con tutti gli antisettici dell'enciclopedia.

Vi sarebbe poi almeno un altro padre, e si chiama ignoranza colpevole, il non aver mai finanziato adeguatamente - lo Stato o i privati, o tutti e due - una ricerca seria, intesa a verificare tutto ciò che di accettabile e di non accettabile è stato proposto o impiegato in vinificazione.

Vi è un problema anidride solforosa, con buona pace dei tuttologi molto saccenti, che dovrebbe venire considerato al di là delle dimostrazioni, pur degne di fede, di una sua formazione modesta ad opera della flora vinificante. Il consumatore che si voglia un po' informare su questo additivo non privo di qualche merito, specialmente quando si vinifica in legno, va a cercare sul Rizzatti o sui trattati di enologia, o sulla Gazzetta Ufficiale, quali sono i dosaggi consentiti. E che cosa trova questo consumatore, ormai in numero crescente, come appare dalla folta serie di libri che parlano bene o molto bene del vino?

Dopo aver letto "Il libro completo del vino" di Giuseppe Schieri, "Il vino, profumi, sapori" di Joanna Simon, "Franciacorta" di Francesco Arrigoni, "Viaggio nel nuovo vino di Luciano de Lello, "Le più belle ricet-

te con il vino" di Roland Gook, "Vini bianchi: tecnologia di produzione" di Mario Castino, "Viti e vini di Verona" di Lamberto Paronetto, "Sardinia insula vini" di Antonio Vodret, "I contorni del vino" di Albino Morando e collaboratori, "Prestigio dei vini di Valtellina" della CCIAA di Sondrio, "In vino veritas" di Teresa Carrubba, senza dimenticare "Osterie d'Italia" della Slow Food, e non cito altri per brevità, il consumatore attento trova che nei vini comuni si può usare anidride solforosa fino a circa 200 mg/l, ma se i vini sono un filino zuccherini si sale fino a 260 e se si tratta di vini di alta qualità si accettano 300 mg/l, per finire con vini da gourmet come il Sauternes e gli altri da uve bottrizzate o da acini scelti ove si tocca il limite con 400 mg/l.

Ma allora tutto questo solfito, che notoriamente rompe la vitamina B1 della dieta, è proprio necessario? Le tecnologie del terzo millennio non dicono nulla che ne faccia usare di meno? Eppure la cernita a monte del-

l'uva, la vinificazione in acciaio inox, la scelta delle barriques così costose, non devono servire a toccare meno quella meravigliosa composizione del vino rosso che richiama tanti effetti benefici sulla salute dell'uomo?

Non si tratta di dire sì o no a questo additi-

vo: si tratta di utilizzarne il meno possibile, in modo da avvicinarsi alle quantità massime che certi ceppi di lieviti possono di per sé produrre. Sarebbe un regalo al consumatore ed un'arma in meno per i detrattori.

Si deve capire una volta per tutte che gli effetti benefici anche dell'alcol etilico, ma di più quelli del rsveratolo e di tutta la gamma di antiossidanti naturali dell'uva e perciò del vino, in particolare rosso, non debbono venire messi in crisi da trattamenti da macellaio né da additivi a scopo antifermentativo che hanno provocato, non sono molti anni, l'ultimo scandalo a carico del vino: è quello che i mass media, ignari del male che avrebbero fatto, senza motivo hanno indicato come il caso del vino Killer, quello del metile isotiocianato che ha provocato un'ennesima discesa dei consumi, a vantaggio di tutte le altre bevande, lisce o gassate, naturali o non del tutto naturali.



Questi effetti benefici del buon vino fatto con amore e con tanta cura dall'insieme dei viticoltori e dei tecnici dell'enologia non devono venire dispersi. Una attenuazione dei contenuti naturali di polifenoli o una variazione strutturale della loro molecola, a seguito di trattamenti fuori luogo o di condizioni operative scorrette per esposizioni alla luce o a temperature inadatte, può annullare l'effetto positivo.

Ora, non si parla più soltanto e genericamente del *paradoxe français* inteso come minore incidenza di malattia cardiaca nel consumatore normale di vino.

Titoli recenti di articoli correlati ai buoni effetti del vino, senza enfatizzare troppo, sono ad esempio "Les antioxydants du vin rouge: une confirmation" o "Antioxidant activity of different phenolic fractions separated from an Italian wine", o "Composés dérivés du vin rouge et leurs propriétés antiathérogènes: résultats du programme Vin et Santé". Ricerche notevoli sono state condotte, in Francia, all'Università Pasteur di Strasburgo, all'Istituto dei Vasi e del Sangue di Parigi, all'ospedale du Bocage di Digione, all'INSERM di Tolosa. Emerge con chiarezza che i dati epidemiologici, che hanno stabilito una minore incidenza delle malattie coronariche nelle regioni ove il consumo di vino rosso è un componente normale e regolare della dieta, possono venire ormai legati direttamente ai dati biologici che compaiono in tema di ruolo protettore esercitato da certi costituenti di questo vino. Si tratta di normali costituenti naturalmente presenti nella buccia dell'uva rossa, ma non solo, caratterizzati da una dimostrata attività biologica; si può anche trattare di loro metaboliti che funzionano da intermediari in un insieme di effetti, fra i quali è compresa anche la protezione dai danni ossidativi e dallo sviluppo di disfunzionamenti dell'endotelio che portano all'aterogenesi. Dicono Konnh e Caen dell'Istitut des Vaisseaux e du Sang dell'Ospedale Lariboisière di Parigi (Bulletin de l'O.I.V. dicembre 1997) che è il momento di approfondire le ricerche su quei composti del vino che fungono da mediatori in una serie di utili effetti per la salute dell'uomo.

Tutti sappiamo, e se non lo sappiamo ancora basta aggiornarsi leggendo i più diffusi giornali e periodici vinicoli, che dalla dimostrazione della capacità del vino rosso di evitare l'ossidazione del colesterolo cattivo, o LDL, e contemporaneamente di esaltare la produzione del colesterolo buo-

no, HDL, si è giunti a dimostrare, nell'animale e in vitro, una possibile azione antitumorale del vino rosso. Il succo dell'uva rossa, bene spremuta, ed il suo derivato vino, ottenuto con una tecnologia soffice, sono mezzi eccellenti per dare all'uomo non solo un certo conforto di carattere più che altro



psicologico, ma per assicurargli un accettabile grado di protezione contro le malattie del cuore, che non sono le ultime ad affliggere l'uomo. Accanto ad esse sta assumendo interesse e significato pratico via via crescente la dimostrazione di effetti favorevoli nei confronti dello sviluppo dei tumori e dello stesso morbo di Alzheimer.

Tutte queste proprietà del vino rosso, senza offendere quello bianco che ben si presta a tante opportunità, non devono venire compromesse né ridotte da trattamenti non necessari.

Potremmo ricordare che un amante del vino, che si è ubriacato una sola volta, era Noè, il quale, prima che comparisse la dieta mediterranea, già la applicava con questa bevanda, e se non ha fatto naufragare l'arca vuol dire che gli effetti del vino sono stati solo benefici, come può essere per tutti.

In ogni caso si dice che Noè abbia vissuto 905 anni, in compagnia sicuramente di una folta e gioiosa prole, ma senza dimenticare un sorso di vino al giorno.

E' tempo di passare dai numerosi grandi bevitori di un tempo agli amanti del vino capaci di gustarlo e di trarne tutte le sensazioni di gradevolezza, associate alla protezione migliore della salute.

Come ha detto recentemente Poikolainen, uno dei maggiori epidemiologi in atti-

vità, il consumatore moderato di vino ha più speranza di vita di un astemio; d'altro canto Serge Renaud ha ripetuto recentemente che i risultati ottenuti non solo all'ISERM di Lione, ma anche al Centro di Medicina preventiva di Nancy, offrono un quadro che riassume le osservazioni su 40 mila indivi-

dui di 40-60 anni di età, seguiti per 12 anni. Si è verificato che in questi soggetti vi è stata una diminuzione del 30-40% degli incidenti coronarici e del 25-35% dell'insieme dei problemi cardiovascolari, compresi quelli cerebrali. Il fatto importante è che questi soggetti consumavano 2-3 bicchieri di vino al giorno. La ragione principale di questi risultati sta nella riduzione, per il 20%, dei decessi da tumore nei soggetti che consumavano da 1 a 3 bicchieri di vino al giorno.

Quanto ai rischi da cirrosi epatica, che ha causato tanti problemi da suddividere tra connessi con consumo smodato e costante di vino oppure di distillati, essi sono apparsi in aumento nei forti bevitori, oltre 6-7 bicchieri di vino al giorno. Nei primi mesi di quest'anno, un altro studio epidemiologico, su oltre 3 mila individui di età compresa fra 45 e 75 anni, è apparso in Journal of the American Geriatrics Society, pp. 1-7. Una assunzione moderata di vino è risultata mezzo atto a proteggere questi soggetti dalla degenerazione maculare legata all'età, una affezione che è fra le cause della perdita della capacità visiva negli anziani. Nei consumatori molto moderati di vino

rosso tale pericolo è ridotto del 20%, dopo aver tenuto conto degli altri fattori di rischio, rispetto ai non bevitori. Si potrebbe aggiungere, da cattivelli, ma non troppo, che birra e superalcolici non hanno avuto nessun effetto.

Potremmo concludere che

forse un vecchio detto dovrebbe venire modificato: "un buon bicchiere di vino ed una mela al giorno tolgono doppiamente il medico di turno."



Giuseppe Cerutti

Professore ordinario i.r. al DISTAM, Facoltà di Agraria, Università di Milano