

VINO E LOBBY ANTI-ALCOL: COME DIFENDERSI

Negli ultimi anni è cresciuta la tendenza di considerare il vino solo come una fonte di alcol dannosa per la salute. Ma è davvero così?



Le "blue zones", aree dove si riscontra la presenza di molte persone ultracentenarie, sono diffuse in alcune zone del mondo compreso il mediterraneo dove si collocano la Sardegna e l'isola di Ikaria (Grecia). Osservando gli stili di vita degli individui di queste due ultime isole si nota che, per quanto riguarda la dieta, il vino (assunto in maniera consapevole) è un compagno fedele del vivere quotidiano, non siamo cioè di fronte ad astemi. Questa ovviamente è una semplice constatazione e non costituisce una evidenza scientifica di rapporto causa (vino) – effetto (longevità), ma ci deve far pensare (...ragioniamoci sopra, direbbe Crozza-Zaia). Il vino comunque contiene una sostanza (il resveratrolo) che, tra le molteplici azioni, stimola l'azione delle sirtuine (SIRT, enzimi deacetilasi) che stabilizzano il DNA della cellula umana e la fanno vivere più a lungo. Una evidenza scientifica è, invece, la scoperta (fatta recentemente) della capacità di individui vissuti circa dieci milioni di anni fa (esseri viventi a cavallo tra le scimmie e i primi ominidi) di meta-

bolizzare l'alcol: non era l'alcol del vino, ma probabilmente alcol formatosi dalla fermentazione spontanea di frutta caduta a terra e rappresentava un adattamento di quegli individui a condizioni alimentari limitanti. Il rapporto tra alcol (formatosi spontaneamente dalla frutta) e gli antenati dell'uomo è quindi remoto, mentre più vicino a noi è quello tra alcol del vino (che si forma durante un'azione intenzionale dell'uomo, la vinificazione) e uomo. Il primo riferimento scientifico della produzione di vino dalla sola uva della vite selvatica (*V. vinifera silvestris*) durante la sua para-domesticazione, risale a circa 8.000 anni fa, in una località a poche decine di chilometri a Sud di Tbilisi (capitale della Georgia). Questa scoperta, pubblicata nel 2017 da un famoso archeologo americano del vino (Patrick Mc Govern), sulla rivista PNAS, è stata possibile grazie all'utilizzo di un metodo indiretto che ci permette di stabilire se in certi reperti archeologici (in genere cocci di giare) fosse presente del vino (dalla fermentazione dell'uva di *Vitis vinifera*) o altro; gli in-

dizi sono la presenza di acido tartarico e in certi casi di resina di terebinto. L'acido tartarico, infatti, è un marker dell'uva (e del vino) perché è presente solo in quel frutto e non in altri (in tedesco è denominato "Weinsäure"), mentre la resina di terebinto era usata come conservante. Altre evidenze scientifiche ci dicono che successivamente a quella datazione il vino era prodotto in altre zone dell'antichità (Persia, Grecia, ecc). Il vino, quindi, condivide la storia di una parte dell'umanità da millenni ed è fortemente radicato nel vissuto di molti popoli. Al passato remoto appartiene anche il vino che fece ubriacare Noè, ottenuto dall'uva di una vigna piantata subito dopo il diluvio universale (Genesi 9, 20-21).

In questi ultimi tempi però il vino è diventato oggetto di atteggiamenti ostili da parte della lobby anti-alcol, la quale non distingue tra il vino e le altre bevande alcoliche e lo considera solo come fonte di alcol e quindi dannoso per la salute, indipendentemente dalla dose. Anche l'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) ha da tempo in agenda il discorso relativo all'alcol che, assieme al tabacco, è nella lista delle sostanze associate alle malattie non trasmissibili e che indica anche alcune strategie da adottare per prevenire quelle malattie, quali l'aumento della tassazione, restrizioni alla vendita, divieto di pubblicità (del vino). Recentemente (dicembre 2021) il Parlamento europeo (Commissione straordinaria contro

il cancro - Beca) ha pubblicato un documento su cancro e alcol dove si dice che non esiste un livello sicuro di consumo di alcol, e quindi anche il concetto di bere moderatamente vino verrebbe spazzato via. Ci sono però altre voci positive per il vino che provengono sia dal mondo scientifico che dalla società. Pur non avendo competenze mediche posso prendere atto di evidenze scientifiche (la famosa "J-shaped curve") che dicono come il rischio di mortalità di un astemio sia più elevato di chi assume moderatamente alcol (ad esempio 20 g/giorno): quella dose, facendo riferimento a un vino di 12° alcolici, significa una ingestione giornaliera di 167 ml di vino (un bicchiere da cucina ha un volume di 200-250 ml circa); il rischio è uguale a quello dell'astemio se si ingeriscono circa 40 g alcol/giorno (333 ml vino/giorno). Il vino, inoltre, contiene altre sostanze quali i polifenoli (tra cui il resveratrolo, il piceatannolo, le viniferine, il tirosolo, i flavonoli, ecc.) che hanno capacità antiossidanti e riducono il rischio di incorrere in malattie cardiovascolari. Sul fronte della società vorrei ricordare l'associazione *Wine in Moderation* che lancia un messaggio molto semplice: l'abuso di alcol ("binge drinking") è dannoso per la salute, ma un consumo moderato e consapevole di vino (per una persona sana) è positivo sia per il corpo che per la mente. Il rischio di una criminalizzazione del vino è comunque reale e il mondo produttivo ne è consapevole; una delle azioni





più forti che il CEEV (*Comité Européen des Entreprises Vins*, con sede a Bruxelles) sta facendo da anni è proprio nella direzione di contrastare il potere crescente della lobby anti-alcol (un rischio concreto è ad esempio l'obbligo di indicare nella controetichetta delle bottiglie gli *health warnings*, come nel caso delle sigarette). Dopo il pronunciamento dell'UE su alcol e cancro c'è stata una levata di scudi di tutto il settore vitivinicolo europeo e della politica a livello nazionale, ma le proteste non bastano. Bisogna riuscire a dimostrare che un mondo senza vino (come taluni vorrebbero) sarebbe peggiore, per la società nel suo complesso, di un mondo col vino.

Tralasciando gli aspetti medici (dove chi possiede le competenze può confutare certe posizioni), sono due, a mio avviso, le strategie da adottare: la prima è enfatizzare il ruolo culturale del vino, come indicato sopra, considerando anche che è elemento qualificante della dieta mediterranea, significando salute, convivialità e socialità. Per i credenti possiede inoltre note di sacralità, basti pensare alla religione cattolica dove il vino è protagonista della transustanziazione (durante la messa), assieme alle ostie. Se questa connotazione si rafforzerà, chi può prendersi la responsabilità di combattere un prodotto culturale? La seconda strategia è quella di far diventare il settore viti-vinicolo un campione della sostenibilità, strada che è già stata intrapresa ma che va implementata. La viticoltura da vino contribuisce a

produrre ricchezza, a dare occupazione, è elemento di stabilità sociale (oltre che di tutela ambientale) nei luoghi dove viene praticata, in particolare in zone difficili (forti pendenze, montagne, piccole isole), di recupero di persone a forte disagio (comunità di ex-tossicodipendenti, carcerati, ecc.). Se fatta in maniera sostenibile permette di aumentare la biodiversità (sia nel terreno che nell'ambiente circostante), con effetti benefici per tutta la biosfera, di mitigare gli effetti negativi del cambio climatico, in altre parole migliora la qualità della vita. Infine, la bellezza di un paesaggio viticolo è appagante per un visitatore e questo rappresenta un bene immateriale che va a nutrire lo spirito.

La battaglia a favore del vino è ardua, ma l'auspicio è che si crei un ambiente positivo che, su basi razionali e non emotive, riconosca che questo prodotto, assunto in maniera consapevole e ottenuto in maniera sostenibile, non rappresenta un pericolo per la salute anzi è un elemento caratterizzante e identitario del nostro paese e di gran parte dell'Europa. Se così sarà, anche il legislatore dovrà ponderare meglio le sue decisioni, considerando che l'ultima parola spetta a lui.

LUIGI BAVARESCO

*Università Cattolica del Sacro Cuore
di Piacenza*