

Andrea Ghiselli, dirigente di ricerca del CREA Alimenti e Nutrizione, intervistato da "La Gazzetta dello Sport", spiega che la presenza di resveratrolo nel vino è molto bassa e totalmente controbilanciata da una considerevole quantità di alcol. Pertanto non ha alcuna proprietà benefica sul nostro organismo.

A cura di Giulio Viggiani
- Ufficio Stampa CREA

Resveratrolo nel vino? **Ghiselli (CREA):** “Nessun effetto benefico”

*Il dirigente di ricerca del **Consiglio per la ricerca in agricoltura e l'analisi dell'economia agraria** interviene sul dibattito su eventuali proprietà benefiche del vino legate al resveratrolo*

Maria Elena Perrero

16 Gennaio 2021



“Non si possono attribuire valenze positive al **vino** o ad altre bevande alcoliche”: il dottor **Andrea Ghiselli** è netto e replica così al tema dei possibili benefici di un consumo moderato di vino legato alla presenza di resveratrolo **affrontato da Gazzetta Active.**

Ghiselli, dirigente di Ricerca del CREA (Consiglio per la ricerca in agricoltura e l'analisi dell'economia agraria), ente nazionale vigilato dal Ministero delle politiche agricole alimentari e forestali) sottolinea come la presenza di **resevratrolo nel vino** sia talmente bassa e controbilanciata dalla presenza di ingente quantità di **alcol** da non poter fare del vino una bevanda il cui consumo sia suggerito in alcun caso. “La maggior parte degli studi che attribuiscono doti al vino, in particolare al vino rosso, derivano dalla proiezione degli effetti in provetta del resveratrolo e buona parte degli studi che hanno contribuito alla fama del resveratrolo sono stati smentiti o ritirati per manomissione di dati. C'è poi da chiedersi come mai quando si parla di resveratrolo si evochi il vino, visto che un bicchiere ne contiene circa la metà di quanto ne contenga una porzione di fragole, o otto volte meno di una porzione di mirtilli rossi. Non solo: nella frutta non c'è etanolo, sostanza cancerogena per l'uomo. Inoltre di frutta sono consigliate tre porzioni al giorno, quindi con un apporto di resvratrolo di decine di volte superiore a quello di un bicchiere di vino”, dice a Gazzetta Active.

Il paradosso francese secondo cui tra i francesi ci sarebbe una minore mortalità per patologie cardiovascolari perché l'elevato consumo di formaggi sarebbe bilanciato dal consumo di vino non ha quindi alcuna base scientifica?

“Esiste un paradosso francese che dice che i francesi muoiono meno di malattie cardiovascolari rispetto ad altri popoli che consumano lo stesso quantitativo di grassi saturi. Ma non c'è alcuna evidenza che questa minore incidenza delle malattie cardiovascolari sia legata al consumo di vino. L'unico dato certo è che i francesi muoiono meno di malattie cardiovascolari”.

Gli alcolici come vino e birra non hanno dunque alcun effetto benefico?

“Nessuno. Quando si parla di consumo di bevande alcoliche le Linee Guida italiane e internazionali raccomandano di non bere. Qualsiasi consumo di alcol espone a rischio, che può essere basso se si consuma fino a due calici di vino o due lattine di birra al giorno per l'uomo adulto e un calice di vino o una lattina di birra al giorno per la donna adulta. E' **l'alcol**, indipendentemente dalla bevanda che lo contiene, il responsabile degli effetti sulla salute delle bevande alcoliche: associazione negativa nei confronti delle malattie cardiovascolari per consumi a basso rischio e positiva per tutti i tipi di cancro. Dieci grammi di alcol al giorno (meno di un bicchiere di vino) aumentano il rischio di cancro della mammella del 9% se post menopausa e del 5% se pre menopausa, del 7% quello di cancro del colon-retto, del 18% quello delle prime vie aerodigestive. Il suggerimento delle Linee guida quindi è di non consumare bevande alcoliche di nessun tipo”.