

10ª FIERA
ENOLOGICA
TAURASI

13 > 17
AGOSTO
2008

"DANNI E BENEFICI DELL'ALCOOL PER LA SALUTE"

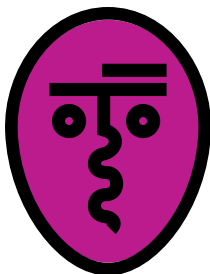
Anche quest'anno la Pro-Loce di Taurasi in collaborazione con i Clown Dottori de "La Compagnia del Sorriso Campania", Cittadinanza Attiva ed il Forum degli Operatori della Sanità "I Cantieri della Salute" promuove una campagna di informazione sui danni derivanti dagli abusi e gli effetti salutari del vino (alcohol).

L'alcohol causa notevoli danni all'organismo.

L'alcohol è una droga a tutti gli effetti eppure spesso il problema alcohol viene sottovalutato. Negli ultimi anni ed in particolare tra i giovani (anche minori) c'è un uso eccessivo di questa sostanza. L'alcohol viene assorbito nel sangue molto velocemente. Gran parte dell'alcohol ingerito (circa il 90%) subisce una trasformazione per mezzo dell'attività del fegato, dando vita a composti dannosi per l'organismo. La quantità di alcohol non metabolizzata (indicativamente fra il 2 ed il 10%) viene eliminata principalmente grazie all'attività di reni e polmoni.

Gli **organi danneggiati** dall'abuso di alcohol sono numerosi. Citiamo solo alcuni dei principali organi danneggiati dall'abuso di alcohol, e alcune delle malattie riscontrate: **cuore e vasi, fegato** (epatite, cirrosi epatica), **apparato riproduttivo** (ridotta fertilità), **esofago** (tumore), **stomaco** (tumore), **intestino, pancreas, sistema nervoso centrale** (Delirium tremens, epilessia, allucinosi, atrofia cerebrale). Inoltre, i metaboliti prodotti dal consumo di alcohol provocano **lesioni cellulari** (reversibili se affrontate tempestivamente, irreparabili se l'abuso di alcohol continua nel tempo).

Non bisogna infine dimenticare gli effetti che potremmo definire "indiretti", derivanti dell'abuso di sostanze alcoliche, quali i numerosi incidenti causati da chi guida o svolge altre attività pericolose in stato di ebbrezza.



10ª FIERA
ENOLOGICA
TAURASI

13 > 17
AGOSTO
2008

Come una mela al giorno, anche un bicchiere di vino toglie il medico di turno....

Il **resveratrolo** è una sostanza contenuta nel vino rosso, ed è la chiave per una lunga vita. È stato riscontrato che in paesi con elevato consumo di vino rosso, come la Francia e l'Italia, la vita media è più lunga e, soprattutto, ci si ammala meno di malattie cardio-circolatorie. Già nel 1995 uno studio condotto all'università di Copenaghen aveva dimostrato che il consumo moderato e regolare di vino, in particolare vino rosso, riduce il rischio di malattie cardio-circolatorie, protegge contro il cancro e rinforza le difese immunitarie.

Bisogna scegliere sempre un **"buon vino" fatto nella tradizione** dei più antichi vignaioli perchè la buccia ed i semi dell'uva nera contengono molti flavonoidi e polifenoli, tra cui il resveratrolo. Pertanto, se i semi vengono pressati insieme ai chicchi d'uva, cosa che spesso viene associata a bassa qualità, il vino ottenuto conterrà una maggiore quantità di queste sostanze benefiche. D'altra parte, anche il processo di invecchiamento nelle botti di quercia, che viene associato spesso ad alta qualità, arricchisce il vino di resveratrolo e altri polifenoli, poiché questi vengono estratti lentamente dal legno. I **polifenoli**, detti anche vitamina P (P sta per Polifenoli e anche per Protezione), hanno un effetto benefico sul sistema cardio-circolatorio perché sono in grado di dilatare i vasi sanguigni attraverso l'inibizione del peptide endotelina-1, che, al contrario, ha proprietà vasocostrittrici.

Noi abbiamo bisogno d'ossigeno ma ha un difetto ossida (ci fa fare la ruggine) ed il resveratrolo produce un azione anti-ossidante (antiruggine) contro i pericolosi radicali liberi. Inoltre, stimola l'attività di enzimi detossicanti come la chinone- reduttasi, che elimina dalle cellule le sostanze cancerogene e riduce la crescita dei tumori allo stadio iniziale inoltre il resveratrolo inibisce l'attività dell'enzima cicloossigenasi (COX), che è coinvolto in processi cancerogeni.