

## **L'alcool fa male alla salute? Scrivetelo sulle etichette!** - R.Giuliani - lavinium.com - 15-01-06

Dopo la presentazione di un rapporto sull'alcolismo redatto dal giornalista **Hervé Chabali**, dal quale emerge che l'abuso di bevande alcoliche provoca in Francia 45 mila morti all'anno ed è responsabile o almeno co-responsabile di un cancro su tre, il ministro della salute **Xavier Bertrand** ha proposto di far mettere su tutte le etichette di vino, liquori e birra, scritte del tipo "**L'alcool nuoce gravemente alla salute**". Già nel novembre 2005, il ministro aveva annunciato che da quest'anno, sulle etichette delle bevande alcoliche, sarà obbligatorio un logo che mette in guardia le donne incinte dai pericoli dell'assunzione di alcool.

Per carità, perfettamente d'accordo che un'assunzione di vino eccessiva, come per la maggior parte degli alimenti, non fa bene. E condivido l'importanza di segnalare in etichetta che le donne gravide devono evitare di berne, ma da qui a usare espressioni analoghe a quelle utilizzate per il tabacco non mi sembra affatto corretto, né utile a nessuno.

**Non è corretto**, soprattutto per quanto riguarda il vino, la cui quantità di alcool è notevolmente inferiore a quella di un whisky, di una grappa o di un cognac, perché **non nuoce gravemente alla salute** se si rispettano le dosi giornaliere consigliate per ogni fascia di età e peso, **non nuoce gravemente alla salute** se lo si beve solo durante i pasti e con moderazione, **non nuoce gravemente alla salute** di chi ha un corpo sano e non ha problemi di fegato.

**Non è utile** perché chi si affoga nell'alcool o fuma 80 sigarette al giorno, non è leggendo un'etichetta intimidatoria che smetterà di danneggiarsi. **Non è utile**, anzi è dannoso, per tutti coloro che da generazioni, con passione e impegno, hanno coltivato la vite e ne traggono sempre più faticosamente sussistenza. Intendiamoci, non sono uno di quelli che pensano che il vino faccia bene, questo non lo credo affatto. Dal punto di vista strettamente fisiologico, l'assunzione di vino (lasciamo perdere i superalcolici), non fa certamente bene, a meno che non si ritenga che i paventati effetti benefici del **resveratrolo**, noto per la sua azione antiossidante come prevenzione delle malattie cardiovascolari, siano superiori a quelli negativi dell'alcool.

Ma qui si apre una voragine sulla cattiva informazione, sulle storielle che ogni giorno ci propinano sugli effetti benefici di questo o quell'alimento, raccontate con la stessa generalizzazione e superficialità dei tanti, generici, oroscopi che ritroviamo anche sui quotidiani. A che serve dire che il vino fa bene perché contiene resveratrolo se la ricerca ha determinato che, perché questa sostanza possa apportare reali benefici, se ne deve assumere (ammesso che l'organismo sia in grado di assimilarla) una quantità di almeno **50 milligrammi al giorno**, ovvero l'equivalente di **10 kg di uva da vino** o di **20 litri di vino**? L'intento vero dei media è sempre oscuro ai disattenti (che sono purtroppo tanti): perché non consigliano di mangiare l'uva, invece di bere vino, evitando i rischi dell'alcool? Tempo fa ho letto un articolo che, sulla base di uno studio effettuato in Italia, riferiva che il consumo di pizza riduce il rischio di tumori all'apparato digerente. Qual'è il messaggio di questo articolo? "**Mangiate la pizza perché fa bene**".

Peccato che un altro studio ha rilevato che i carboidrati, assunti in gran quantità, favoriscono i tumori al colon e al retto. Ma allora quali sono le sostanze che fanno **realmente** bene nella pizza? **L'olio di oliva e il pomodoro**. Bene. Un'informazione corretta dovrebbe dire: "**mangiate pomodoro e conditelo con olio di oliva**", evitando i rischi della pizza (ovvero del carboidrato). Ma ancora una volta le indicazioni sono sibilline e incomplete: quale olio di oliva fa bene? Uno qualsiasi, quello industriale o quello extravergine biologico? E quale pomodoro fa bene? Quello in scatola, quello ogm o quello coltivato su terreni senza diserbanti e anticrittogamici? Ma tornando al vino, se è vero che non è una bevanda con particolari elementi curativi, è altrettanto vero che, se assunto con moderazione, allenta certe difese, favorisce la comunicazione, produce effetti benefici sull'umore, effetti che sono ancora più evidenti quando il vino è di buona qualità.

Mi perdoni, signor ministro, ma non sarebbe più onesto e coraggioso lavorare per capire quali profondi disagi spingono sempre più persone all'alcolismo, al tabagismo, alle droghe, alla bulimia, all'anoressia, al suicidio? Non le sembra un po' troppo semplicistico, e fra l'altro punitivo per tutta la filiera produttiva, far diventare il vino una specie di prodotto farmaceutico che, se si leggessero con attenzione le controindicazioni, si eviterebbe sicuramente di acquistare?