

Bere vino non allunga la vita

Di recente pubblicati sulla prestigiosa rivista scientifica *Jama Internal Medicine*, i risultati del lavoro di una equipe di ricercatori internazionali, fra cui due italiani, sono senz'altro destinati a far discutere. Lo studio prospettico alla base dell'articolo, denominato significativamente "Invecchiare in Chianti", è stato condotto dal 1998 al 2009 sulla popolazione ultrasessantacinquenne di due piccoli centri della famosa zona collinare toscana. L'obiettivo era quello di misurare l'assorbimento di una sostanza chiamata resveratrolo, contenuta nella buccia dell'acino d'uva, nota per le sue caratteristiche antiossidanti; alla sua presenza è infatti attribuita la presunta azione protettiva del vino rosso nei confronti delle malattie cardiovascolari.

Per le persone incluse nello studio è stato analizzato il livello urinario di questa sostanza, indicatore del suo assorbimento con la dieta. I risultati del lungo lavoro di osservazione e analisi dimostrano come, nei nove anni di indagine, non vi sia stata una differenza significativa, in termini di mortalità e sviluppo di patologie cardiovascolari, infiammatorie o tumorali, fra coloro che avevano assunto una maggiore o minore quantità di resveratrolo.

Un risultato importante, che deve far riflettere su alcuni luoghi comuni, spesso avallati dai professionisti della salute. La cultura del "bicchierino", cara anche agli interessi di gruppi produttori e distributori di alcolici, contribuisce ad abbassare la guardia contro fenomeni pericolosi, in forte crescita al di sotto dei 17 anni, come l'abitudine all'assunzione in breve tempo di forti dosi di alcolici di tipo diverso (*binge drinking*), o il così detto "alcolismo sociale", entrambi purtroppo molto diffusi in Italia.

Basta uno sguardo alla pagina che l'Istituto superiore di sanità dedica all'abuso di alcol, per rendersi conto di quanto sia importante fare prevenzione, soprattutto fra i giovani, dedicando tempo e risorse a percorsi di ascolto, informazione e relazione. Ed anche sfatare il mito del bicchiere all'ora di pranzo, forse, potrà contribuire a cambiare il nostro modo di pensare all'alcol. ■

