



Vino tra piacere e rischi, lâ??immunologo: â??Serve disciplina, massimo 1-2 bicchieri al giornoâ?•

Descrizione

(Adnkronos) â?? In tanti stanno mettendo da parte la bottiglia di vino â??buonaâ?? per le feste di Natale, quella da aprire per lâ??occasione giusta. Da mostrare e degustare con gli amici e la famiglia. Il brindisi Ã? dâ??obbligo, ma meglio non esagerare. Quanto si puÃ² bere? Qual Ã? il limite? Il vino â??nonostante il suo valore culturale, lâ??effetto sul corpo umano Ã? inestricabilmente legato al suo componente principale: lâ??alcol etilicoâ?•, osserva allâ??Adnkronos Salute lâ??immunologo clinico Mauro Minelli, docente di Nutrizione umana alla Lum. â??Lâ??alcol Ã? classificato come cancerogeno di Gruppo 1 dallâ??Iarc e comporta rischi concreti di tossicitÃ per il fegato e per lâ??insorgenza di vari tumori (colon-retto e seno), oltre a indurre dipendenza e ad essere assolutamente vietato in gravidanzaâ?•, evidenzia.

Storicamente, si sono attribuiti al vino rosso, grazie soprattutto ad alcuni polifenoli in esso contenuti, presunti benefici cardiovascolari e antiossidanti. â??Tuttavia, il consenso scientifico piÃ¹ recente ha smentito questi vantaggi, stabilendo che non esiste una soglia di consumo di alcol priva di rischi. Anche il consumo moderato puÃ² comportare rischi significativi per la salute â?? evidenzia Minelli â?? Di conseguenza, mentre la ragionevolezza riconosce il ruolo del vino come piacere culturale e motore economico, la consapevolezza sanitaria impone certamente cautela. La decisione di bere deve essere informata e responsabile. Le linee guida del ministero della Salute indicano un consumo a basso rischio (1-2 bicchieri al giorno a seconda della fascia demografica: massimo 1 bicchiere al giorno per donne e over 65, massimo 2 per gli uomini adulti) ma la scelta piÃ¹ salubre Ã? ridurre il consumo. Di fronte a occasioni sociali come il Natale, la decisione di bere si sposta dalla â??sicurezza assolutaâ?? alla responsabilitÃ individualeâ?•.

In sintesi secondo lâ??immunologo, â??lâ??uso responsabile del vino significa riconoscere i suoi benefici sociali ed economici pur mantenendo la massima aderenza alla moderazione. Come dire, in altri termini che il vino non Ã? intrinsecamente un veleno ma nemmeno una panacea; Ã? una bevanda che richiede disciplina. I rischi di tossicitÃ ci sono â?? conclude â?? e possono superare i possibili vantaggi se non si aderisce rigorosamente alle regole della moderazioneâ?•.

â??

cronaca

webinfo@adnkronos.com (Web Info)

Categoria

1. Comunicati

Tag

1. Ultimora

Data di creazione

Dicembre 13, 2025

Autore

redazione

default watermark