

PRIMARIO Mal di testa e difficoltà di digerire secondo la ricerca a Tor Vergata

Troppi solfiti nel calice, avanza il vino biologico e senza So2

Si va dal mal di testa alla difficoltà a digerire il pasto appena consumato, fino a una serie di fastidiose conseguenze che riguardano in particolar modo le donne. Perché nel calice di vino ci sono anche i solfiti che, tra le altre cose, aumentano il rischio di osteoporosi e contribuiscono a peggiorare i sintomi della sindrome premenstruale. Motivo in più per imboccare la strada di una produzione biologica che sia anche più attenta al contenuto di So2, l'anidride solforosa, e i suoi sali. E' quanto ha riscontrato Laura Di Rienzo, biologa molecolare dell'Università Tor Vergata di Roma che ha condotto degli studi sull'anidride solforosa e gli effetti tossicologici sulla salute dell'uomo, presentati oggi in occasione del convegno "I vini biologici e i vini senza solforosa". L'incontro ha fatto il punto sui risultati ottenuti dalla sperimentazione svolta nell'ambito del progetto "Sviluppo e trasferimento di sistemi innovativi di produzione per la qualità e salubrità dei vini dei Castelli Romani - Applicazione combinata di prodotti enologici e tecnologie di vinificazione per limitare il contenuto di SO2 totale nei vini al consumo" realizzato da FederBio con il contributo della Regione Lazio e l'apporto scientifico dell'Università della Tuscia. "Il vino fa parte del nostro patrimonio culturale ed è una componente essenziale della dieta me-



Green e di qualità Anche il mercato chiede sempre di più il vino biologico e molte cantine si stanno adeguando

diterranea, ma dobbiamo mettere in conto che il contenuto elevato di So2 aumenta i danni rispetto ai benefici", spiega all'Adnkronos la Di Rienzo, elencando anche quali sono alcuni di questi danni. Si va dalla perossidazione dei grassi cellulari all'alterazione del ciclo dei carboidrati, e restando in tema di contrindicazioni 'al femminile', "il dato più evidente è che i solfiti riducono i folati aumentando i rischi cardiovascolari e di osteoporosi", sottolinea l'esperta. Ma non solo. Tra le controindicazioni c'è anche "l'aumento di allergie, riniti, eczemi ed ortica-

rie". Insomma, sintomi ed effetti da non sottovalutare e dietro i quali c'è spesso il consumo di vino. Per realizzare quello che la Di Rienzo definisce come "un binomio inscindibile: qualità e diritto alla salute", ovvero per non rinunciare al tradizionale bicchiere di vino al pasto senza pericoli per la salute, meglio scegliere un vino biologico e senza So2. "Si tratta di puntare su produzioni che dal punto di vista economico hanno un costo più elevato, ma il cui valore si traduce in un investimento in salute e per la riduzione di patologie croniche degenerative", aggiunge la Di Rienzo. Infatti, se il vino è a basso contenuto di solfiti e biologico, "contiene più antiossidanti, come tutti i prodotti biologici, e favorisce una regolazione positiva dei geni legati allo stress ossidativo, all'infiammazione e all'insulino-resistenza". Insomma, il vino fa buon sangue, a patto che abbia queste caratteristiche e se bevuto con moderazione: un bicchiere al giorno per le donne, due-tre per gli uomini. E' il mercato stesso a chiedere questi prodotti e sono molte le cantine che si stanno avvicinando al biologico e alle nuove tecniche che permettono una produzione senza solfiti. Le competenze e le conoscenze, però, non sono molto conosciute, da questo punto di vista c'è ancora molto lavoro da fare".

