



Con vino es vida



El vino, tomado con moderación, tiene una acción benéfica contra el infarto de miocardio y los accidentes cerebrovasculares. Esta fue la conclusión a la que arribaron los científicos que participaron en el simposio "Vino, salud y sociedad", realizado en Bordeaux, Francia. El encuentro fue auspiciado por la Organización Internacional de la Vid y el Vino, con sede en París, y se efectuó en el marco de Vinexpo. En él se dieron cita numerosas personalidades del mundo médico y de la investigación.

Para el corazón

El profesor Cahen, director del Instituto de Vasos Sanguíneos y Sangre de París señaló, en base a los últimos estudios científicos, que "el vino tiene una acción positiva contra el infarto de miocardio, superior al de otras bebidas alcohólicas". Las razones de ese efecto mayor podrían explicarse por el contenido en el vino de diferentes clases de antioxidantes que serían superiores a la vitamina E. A ésta se la conoce actualmente como el mejor antioxidante.

El profesor Cahen precisó que existe una multiplicidad de factores que pueden converger en el efecto benéfico de un consumo moderado de vino. Citó entre ellos:

Esta bebida, tomada sin excesos, ayuda a prevenir males como el infarto y los accidentes vasculares cerebrales. Así se señaló en un reciente simposio realizado en Francia, en el que participaron personalidades del mundo científico. Un tema que adquiere actualidad en este tiempo de Vendimia.

- Un aumento del HDL circulante (colesterol bueno).
- Una disminución de los mecanismos de coagulación y de la agregación plaquetaria.
- Un aumento del contenido de antioxidantes particularmente en flavanoides, lo que protegería la oxidación de los LDL (los LDL oxidados son conocidos por ser un factor de riesgo de la aterosclerosis).

¿Y para el cerebro?

La relación entre el consumo de vino y los accidentes cerebrovasculares es más compleja que para el infarto del miocardio, según el profesor J. M. Orgogozo, jefe del Servicio de Neurología del hospital de Bordeaux.

Es necesario -explicó- distinguir los accidentes vasculares isquémicos provocados durante una obstrucción de una arteria y los hemo-

rrágicos, que son ocasionados por la ruptura de una arteria.

"En base a estudios epidemiológicos -afirmó Orgogozo- el riesgo de mortalidad por accidente vascular cerebral disminuye con un consumo de 1 a 2 vasos de vino por día en consumo regular".

Por el contrario, en los grandes bebedores, el riesgo de accidente vascular cerebral se multiplica por cuatro. Además el alcoholismo crónico es la segunda causa de mortalidad por este tipo de accidente, después de la hipertensión arterial crónica. Para el estudioso, el límite de un efecto benéfico se sitúa en un máximo de 4 a 5 vasos por día en el hombre.

El doctor R. Hardin, jefe del Servicio de Nutrición y Biotecnología del Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación del Reino Unido y presidente del grupo de expertos en

"Nutrición y vino", recordó por su parte que la preocupación por una alimentación sana ocupa un lugar cada vez más importante en nuestra sociedad.

"Y el vino -subrayó- es un alimento particularmente rico en diversas clases de antioxidantes y puede tener un efecto positivo sobre el comportamiento y el bienestar, tomado sin excesos".

Además el doctor Harding amplió que el grupo de investigadores, al estudiar los diferentes aspectos positivos del consumo moderado del vino, deberá tener en cuenta los perjuicios de un consumo abusivo.

Beneficios generales

Por su parte, otros estudiosos de diversos lugares han señalado estos beneficios de la más saludable de las bebidas alcohólicas, siempre accla-



rando que rigen cuando se lo toma con moderación.

- En el aparato cardiocirculatorio provoca una vasodilatación periférica a la que corresponde la bien conocida sensación de calor.

- Presenta una suave acción diurética que facilita el trabajo del corazón.

- El vino, como cualquier alimento, debe consumirse en una dieta equilibrada, sin excederse la cantidad (700 cc en 24 horas). Con tales dosis, el hígado metaboliza el alcohol.

- Posee casi todas las vitaminas hidrosolubles y tiene un contenido de hierro de entre 5 y 10 mg por litro.

- Su valor energético va ligado a su contenido en alcohol que libera 7 calorías por gramo.

- Los taninos y los ácidos, especialmente el málico, contenidos en el vino blanco, tienen una evidente acción antimicrobica. Esta propiedad va más ligada a los vinos tintos, los cuales han demostrado ser bactericidas.

- En el aparato digestivo, estimula las células gustativas y favorece la digestión, promoviendo la secreción del ácido clorhídrico y pepsina.

- En el hígado, el vino estimula la producción de bilis y facilita su vaciado en la cavidad intestinal. A dosis moderadas, no produce efectos tóxicos en la célula hepática.

- Ejerce una acción favorable en el metabolismo del colesterol y de la glucosa. Reduce además el nivel de colesterol en la sangre, incrementando la síntesis de las lipoproteínas.

- Tiene una acción positiva sobre el humor, sobre el carácter y sobre el temperamento de la persona. Es una prueba indirecta de ello la vivacidad, la inteligencia y la genialidad de los pueblos latinos, que desde tiempos inmemoriales son consumidores de vinos.

UNA BUENA DEGUSTACIÓN

La aventura del vino comienza antes de saborearlo. Empieza en el preciso momento en que se admira el color y el aroma de la bebida.

Aunque parezca extraño, en la ceremonia del vino el tacto y el oído juegan un papel importante. Existe una temperatura de la botella que la mano reconoce como la adecuada para el tipo de vino que se va a beber.

Son apreciaciones táctiles las que a menudo designan las cualidades del vino: suave, áspero, aterciopelado, duro, redondo, etc.

En cuanto a lo auditivo, los expertos en catar vinos le conceden una gran importancia. El oído permite percibir, cuando la copa está servida, el ruido característico que puede ser interpretado como alguna fermentación.

Los colores

Una vez servido el vino, se eleva la copa y se observa a contraluz. Al comienzo sólo se observa una transparencia u opacidad, el dorado o el rojo vivo, el juego de la luz a través del líquido o el cristal.

El tacto y el oído ya no están solos en la percepción de las primeras sensaciones. Ahora se suma la vista a ellos y todos los sentidos permanecen alertas.

Los vinos blancos, buenos, embotellados jóvenes, apenas presentan una coloración verdosa y, especialmente, una gran limpidez y brillo. Existen también los célebres blancos amarillos o los blancos color ambarinos. Esos deben diferenciarse de los vinos que han adquirido coloración por

causas ajenas a la calidad.

Los rosados tienen un color privilegiado para los ojos de un degustador principiante: no debe ser nunca rosado pálido sino intenso, que luzca a través del cristal de una copa en forma de tulipán.

De todos los vinos, quizás el rosado es el más vistoso. Pero también los tintos tienen lo suyo cuando de color se habla. El rojo púrpura con tonalidades violetas, ligeramente moderado, indica que se trata de un vino de pocos años. Si el rojo ladrillo sustituye al violeta, es señal de que el tinto tiene más de tres años; un rojo intenso tirando a cereza indica, para algunos expertos, buena calidad.

En realidad, en materia de colores, los códigos son múltiples y complejos. Sólo en una etapa muy avan-

zada de conocimiento se aprecia y distinguen todas las tonalidades.

El aroma y el sabor

Antes de llevar la copa a la nariz, el catador hace girar suavemente el vino, con movimientos rotatorios. Olfato y gusto le permitirán conocer la calidad, procedencia e incluso, con más precisión, los viñedos y cepas que están en su origen.

El sentido del gusto no se localiza en la boca. La lengua, los labios o el paladar no tienen funciones gustativas finas y apenas aportan algunas sensaciones. El órgano real de la sensación gustativa está en la cavidad nasal superior, a donde llegan los vapores volátiles del vino a través de la nariz y del velo del paladar.

En esta cavidad nasal, la humedad disuelve esos vapores y unos nervios

finísimos los llevan al bulbo olfativo, situado en el cerebro.

Degustar

Luego de oler el vino, el gusto en la copa confirma al catador la información que le ha dado el olfato. Un trago generoso y el vino habrá descubierto todos los rincones de la boca. El cuerpo del vino se hace realidad.

La espirituosa bebida debe mantenerse en la boca entreabriendo ligeramente los labios y haciendo entrar un poco de aire.

El calor de la cavidad bucal y el aire ayudan a que el vino se volatilice. La percepción específica del gusto ocurre en la parte posterior de la boca, a medida que los vapores se desprenden y ascienden hacia la cavidad nasal. El catador ha completado su bello arte.

