

Le identità del vino

Campobasso, 8 – 9 novembre 2024

Università degli Studi del Molise

Renata Bracale - Giulia Guarino

Le Linee guida sul consumo di bevande alcoliche: il punto di vista del nutrizionista

ABSTRACT

Negli anni il consumo di bevande alcoliche si è sviluppato generando un vero e proprio filone culturale. La prima parte dell'intervento mira, dal punto di vista nutrizionale, a introdurre gli aspetti generali e metabolici dell'alcol che definiamo una molecola idrosolubile di piccole dimensioni. Si approfondiranno gli aspetti energetici e nutrizionali, gli effetti sulla salute e l'importanza dell'etichettatura.

La seconda parte dell'intervento tratterà in particolare del vino. Il vino entra a pieno titolo nella cultura mediterranea ed in particolare in quella delle nostre terre. Il "bere vino" racchiude in sé una simbologia complessa che comprende un insieme di abitudini, di esperienze, di modi di vivere nati e tramandati nelle generazioni attraverso i secoli. La corretta collocazione del vino nella nostra alimentazione, tenendo conto dei rischi di tossicità, ma allo stesso tempo delle sue possibili potenzialità benefiche, è da sempre estremamente difficoltosa. Diviene così importante capire, per quanto possibile, quale possa essere il margine di tolleranza per la salute secondo la voce del nutrizionista. A questo proposito verranno messe alla luce le curiosità e caratteristiche nutrizionali di questa bevanda alcolica. Si affronterà il concetto di qualità con la descrizione di composti presenti nel vino ed infine la quantità tollerata dal professionista e le modalità di consumo da preferire.

Over the years, the consumption of alcoholic drinks has developed, generating a real cultural strand. The first part of the talk aims, from a nutritional point of view, to introduce the general and metabolic aspects of alcohol, which we define as a small water-soluble molecule. Energy and nutritional aspects, health effects and the importance of labeling will be explored.

The second part of the presentation will deal specifically with wine. Wine enters fully into the Mediterranean culture and in particular into the culture of our lands. "Drinking wine" includes a complex symbolism that incorporates a set of habits, experiences, and ways of life born and handed down in generations through the centuries. The correct collocation of wine in our diet, considering the risks of toxicity, but at the same time its possible beneficial potential, has always been extremely difficult. It thus becomes important to understand, as far as possible, what the margin of tolerance for health might be according to the nutritionist's voice. In this context, the nutritional curiosities and characteristics of this alcoholic beverage will be brought to light. The concept of quality will be addressed with a description of compounds found in wine and finally the quantity tolerated by the practitioner and the preferred modes of consumption.