



MONTALCINO



ASSOCIAZIONE VINO E SALUTE

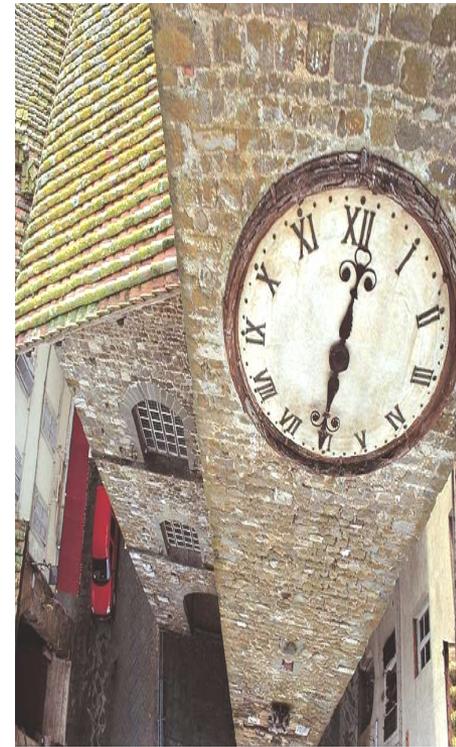
Dott. Stefano Ciatti





I PARTNERS

- ***Comune di Montalcino***
- ***Provincia di Siena***
- ***Associazione Città del Vino***
- ***Associazione Donne del Vino***
- ***Associazione Culturale
Enogastronomica senese
(ACES)***
- ***Consorzio del Vino Brunello di
Montalcino***



OBIETTIVI E FINALITA'



- ***Ricerca***
- ***Comunicazione***
- ***Prevenzione***
- ***Formazione***



I PRECURSORI DI “VINO E SALUTE..”



- I moderni studi sul vino si possono far risalire al 1854, anno nel quale il Prof. Mulder dell'Università di Utrecht (Olanda) pubblica il libro “La chimica del Vino”***
- Con l'avvento della cromatografia si è poi focalizzato il ruolo delle antocianine e si è aperto un nuovo fronte nel rapporto tra Vino e Salute; quello che porta allo studio***

I PRECURSORI DI “VINO E SALUTE..”



Già nel 19° secolo l'accademia dei Georgofili così scriveva: “gli insigni Spedali dello stato potrebbero far provvista...dei vini toscani...per rinfranco dei loro indisposti...e dare ogni anno all'Accademia di Agricoltura un esatto conto dei buoni esperimenti ed effetti quindi farsene da questo le sue pubbliche edizioni e così dilatarne la pubblica

RESVERATROLO

proprietà e caratteristiche



RESVERATROLO

ANTIOSSIDANTE

Sottrae Rame (Cu) e Ferro (Fe) (chelazione) indispensabili per la realizzazione della reazione di Fenton

RADICAL SCAVENGER

Trasforma il radicale in specie stabile



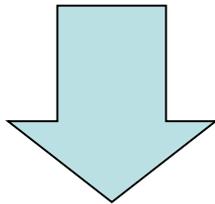
RESVERATROLO

proprietà e caratteristiche

ANTIINFIAMMATORIO

Inibisce gli enzimi coinvolti nel metabolismo dell'acido arachidonico

Prevenzione eritema cutaneo



RILASSAMENTO PARETE VASALE

Migliora la perfusione cutanea

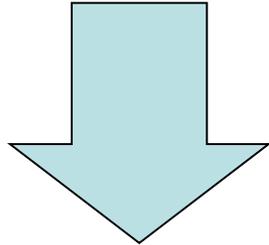


RESVERATROLO

proprietà e caratteristiche

DEPIGMENTANTE

**Inibitore dell'azione L-DOPA
ossidasi della tirosinasi
(32 volte maggiore dell'acido kojico)**



Inibisce la formazione della melanina

*Prevenzione e trattamento
iperpigmentazioni cutanee*

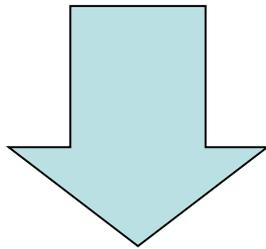


RESVERATROLO

proprietà e caratteristiche

FITOESTROGENO

Simile al dietilsilbestrolo



Azione simil estrogenica

*Limita il degrado cutaneo
in menopausa*



1992: French Paradox

- ***La minore mortalità cardiovascolare in Francia rispetto al resto d'Europa nonostante l'elevato consumo di grassi saturi***



Colesterolo cosiddetto buono (HDL) e colesterolo cosiddetto cattivo (LDL).

- ***Protezione della parete arteriosa***
- ***Azione antitrombotica***
- ***Riduzione della aggregazione piastrinica***



Il Vino come prevenzione dei tumori

- ***Carcinoma della mammella***
- ***Carcinoma dell'intestino***
- ***Carcinoma della prostata***



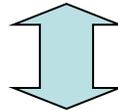
Meccanismi che stanno alla base dell'attività antitumorale e chemioprotettiva

- ***Aumento della apoptosi (morte cellulare programmata)***
- ***Inibizione della sintesi degli acidi nucleici***
- ***Inibizione dell'angiogenesi (vascolarizzazione tumorale)***
- ***Inibizione della modulazione del segnale di crescita nelle cellule (alterazione di enzimi chiave come la ciclo-ossigenasi e la protein-chinasi)***



Vino e apparato gastroenterico

HELICOBACTER PYLORI e mucosa gastrica



- **Ulcera gastrica**
- **Carcinoma gastrico**
- **Linfoma gastrico**

RESVERATROLO

- **E' il polifenolo più attivo nel ridurre il processo infiammatorio della mucosa gastrica con un'azione simile alla vitamina C**



Vini analizzati

| vino | regione di provenienza | polifenoli totali mg/L | antociani totali mg/L |
|-------------------|-------------------------------|-------------------------------|------------------------------|
| Cabernet | Toscana | 1750 | 370 |
| Cabernet | Sicilia | 2550 | 270 |
| Montepulciano | Abruzzo | 2050 | 340 |
| Nero d'Avola 1 | Sicilia | 2400 | 250 |
| Nero d'Avola 2 | Sicilia | 2000 | 190 |
| Merlot | Sicilia | 1950 | 280 |
| Salento | Puglia | 2770 | 170 |
| Barbera 1 | Piemonte | 1450 | 130 |
| Barbera 2 | Piemonte | 1320 | 130 |
| Novello di Chieti | Abruzzo | 910 | 165 |
| Syrah | Sicilia | 2050 | 250 |
| Sangiovese | Toscana | 1900 | 180 |
| Gutturnio | Emilia Romagna | 1820 | 170 |



La Piramide rappresenta la distribuzione in **frequenza** e **quantità** di tutti gli alimenti:
 -**alla base** troviamo quelli che possiamo utilizzare tutti i giorni,
 -**al vertice** quelli che è meglio limitare.



Consigliati 6 bicchieri di acqua al giorno e Vino con Moderazione



Consumo Mensile



Consumo Settimanale



Consumo Quotidiano



ATTIVITA' FISICA QUOTIDIANA



La «torta dimagrante» divide gli States

Lotta all'obesità con un piatto in quattro parti: frutta, verdura, cereali e legumi

dall'inviato
Giampaolo Pioli
■ NEW YORK

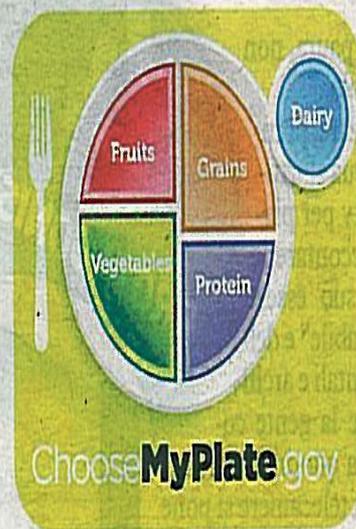
I «**VEGGIES**» saranno tutti dell'orto di Michelle dietro l'angolo in fondo al prato. Il picnic presidenziale all'aperto consumato mercoledì scorso alla Casa Bianca è stato forse il momento più alto per celebrare il nuovo «dinner plate» americano che pochi giorni fa ha mandato in pensione la storica «piramide alimentare».

Quella che sembra una grande torta colorata (per disegnarla e promuoverla sono stati spesi 2 milioni di dollari) dovrà avere gli spicchi più grandi almeno fino al 55% occupati da vegetali e frutta. Le categorie degli alimenti sono state concentrate in quattro grandi gruppi (Grain, Protein, Fruit e Veggies) ma la distribuzione tra carboidrati, proteine, frutta e vege-

tali ha subito una forte alterazione rispetto al passato nel tentativo di vincere col tempo l'alto tasso di obesità degli americani anche nelle fasce minorili, «che si trasforma — dice Robert Post responsabile della promozione al ministero dell'agricoltura — in un autentico dramma sanitario, con la maturità e la vecchiaia».

PRESIDENTE e First Lady in prima persona ma anche altri ministri della Casa Bianca insieme a vip di Hollywood sono mobilitati in questa campagna di sensibilizzazione che ha già visto la partecipazione di famosi chef e dietologi per indicare i cibi da incoraggiare e quelli da evitare.

Di più è meglio... come recitava il vecchio slogan del ceto medio e popolare Usa che ha condizionato anche le porzioni soprattutto nei diners del sud o in Texas adesso potrebbe presto



passare la mano a slogan più salutisti e a piatti caloricamente meno stravaganti.

Ma è una vera e propria campagna culturale quella che l'America si trova ad affrontare per spezzare una sconcertante tradizione di ecces-

si alimentari. I fast food cominciano a riciclarsi in negozi di insalate per rimanere coerenti col dinner plate. Centinaia di migliaia di macchinette per la vendita di bibite gassate e zuccherate nelle scuole sono state rimosse.

L'ESERCIZIO FISICO più che le maratone con i piedi sotto la tavola sono le indicazioni che sia Barack che Michelle cercano di imporre anche alle loro due figlie ghiotte di hamburger e hot dog.

La nuova torta alimentare con i quattro colori semplici e immediati è facile da visualizzare e memorizzare.

Le fette non sono tutte uguali: vegetali frutta e pesce sono i nuovi trend. Sperando che la grassa America li segua in fretta.

Nell'immagine sotto il titolo: la torta con lo schema che negli States ha sostituito la vecchia piramide alimentare

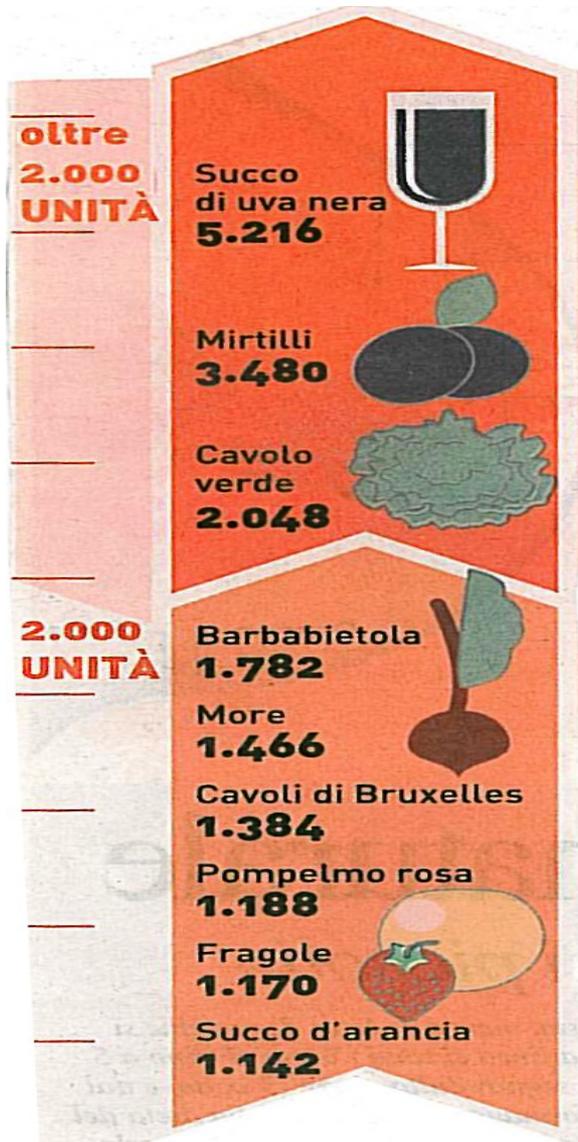
Più longevi con la dieta mediterranea...

- **Più longevi con la dieta mediterranea Un'autorevole conferma dalla ricerca europea**
- **HALE (Healthy Ageing Longitudinal study in Europe) è l'acronimo di uno studio longitudinale svolto per approfondire gli eventuali effetti della dieta mediterranea nei confronti della longevità della popolazione europea appartenente alle classi di età più elevate.**
- **La ricerca è stata condotta, dal 1988 al 2000, su un campione costituito da 2339 anziani di 11 Paesi europei, di età compresa fra 70 e 90 anni, in apparenti condizioni di buona salute, da parte di un team di nutrizionisti e geriatri di quattro Paesi (Olanda, Francia, Spagna e Italia).**

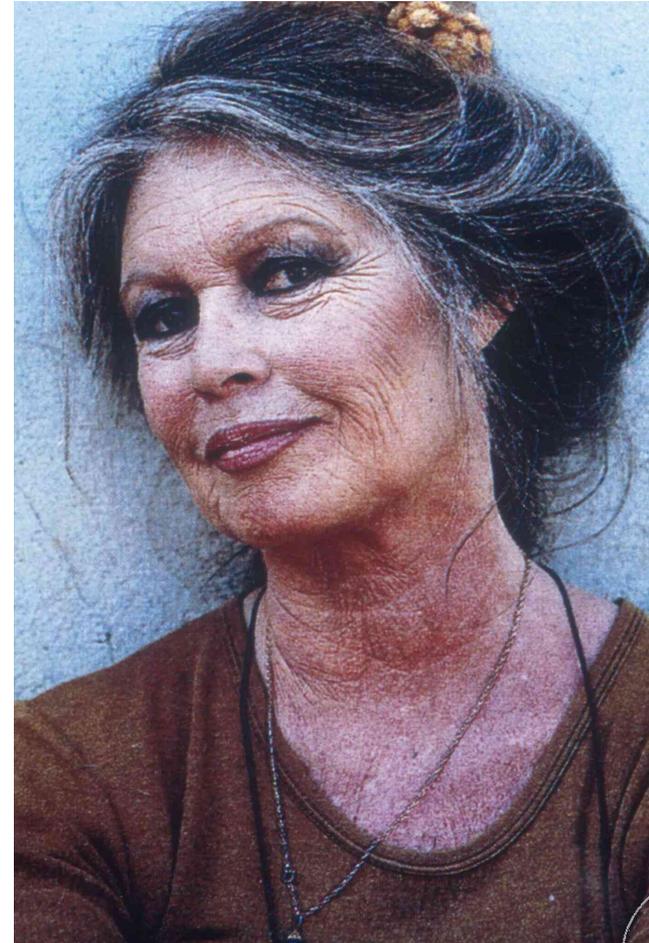
Più longevi con la dieta mediterranea...

- Sono stati arruolati esclusivamente soggetti che conducevano uno stile di vita salutare (attività fisica, modico consumo di alcol, non fumatori).
- Nel corso del follow-up (di durata non inferiore a 10 anni per ciascuno dei soggetti arruolati) sono stati registrati 935 decessi, di cui 371 per malattie cardiovascolari, 233 per tumori, 145 per altre malattie e 186 per cause ignote.
- Dalla ricerca è emerso che il mantenimento della dieta mediterranea, associato all'esercizio di attività fisica, uso moderato di alcol ed astensione dal fumo si accompagna ad una riduzione di circa il 50% della mortalità, sia complessiva sia causa-specifica.
- La ricerca è pubblicata da JAMA del 22 settembre del 2010

La dieta antiossidante



INVECCHIAMENTO CUTANEO



INVECCHIAMENTO CUTANEO

FATTORI

**Genetici
Costituzionali**

INTERNI



INVECCHIAMENTO CUTANEO

FATTORI

Ecologici

Errori comportamentali

ESTERNI





SETTE
CORRIERE DELLA SERA

**ELOGIO
DELLA TARDONA**

Chi l'ha detto che la gioventù è una garanzia di bellezza? Quest'anno Catherine Deneuve compie 50 anni e non è mai stata così bella

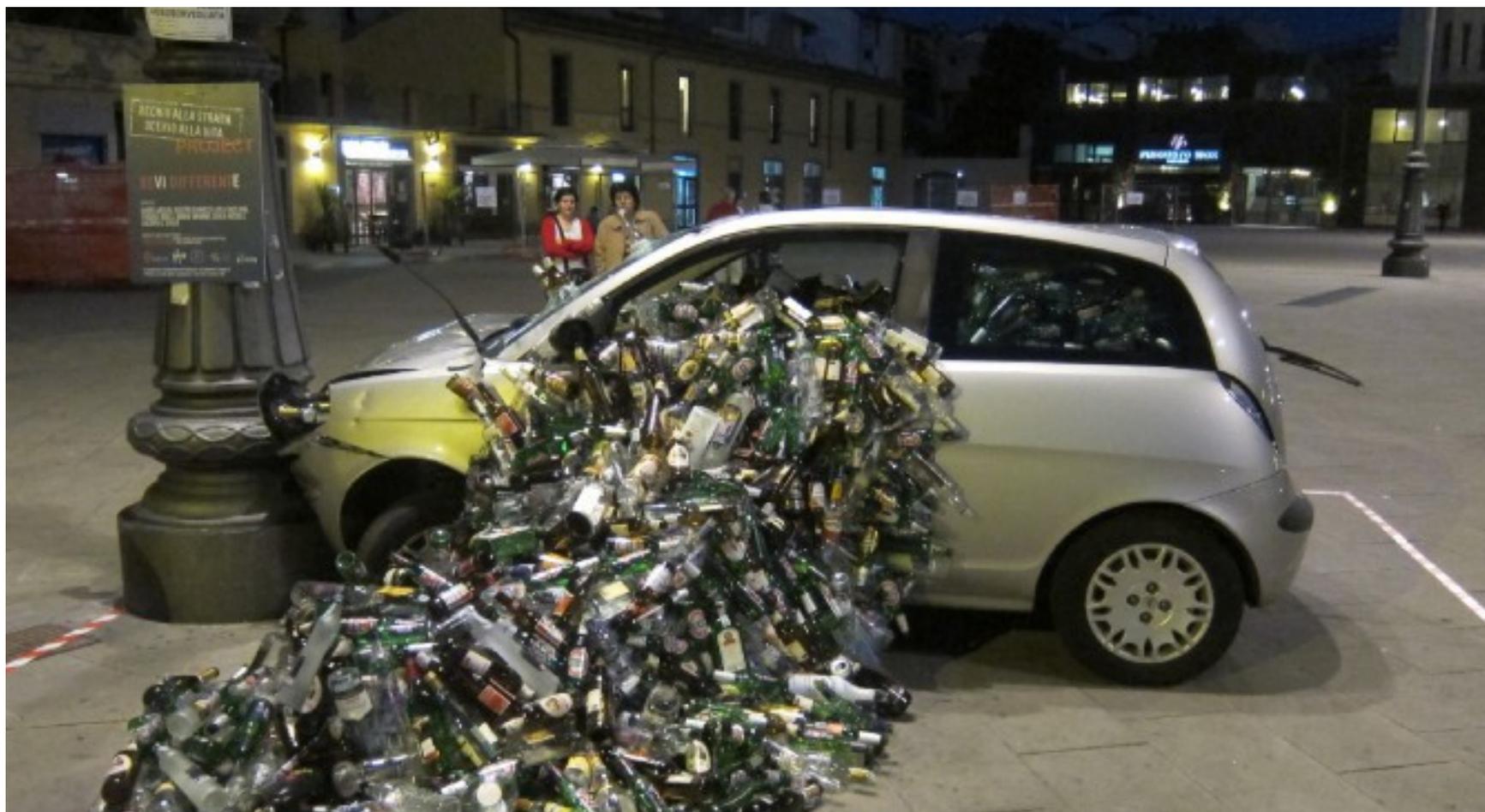


Vino e Sport

... il nostro rapporto con lo sport è nato con la dichiarazione del maratoneta olimpico Stefano Baldini, il quale la sera prima di ogni maratona, ha detto di bere due bicchieri di vino rosso per combattere i radicali liberi...



Alcool e giovani



vino e giovani



*Se dell'uve il sangue amabile
Non rinfranca ognor le vene,
Questa vita è troppo labile,
Troppo breve, e sempre in pene*

Francesco Redi



Grazie per l'attenzione

