
Wino - umiarkowane spożycie jest korzystne dla

Dodano: 2000-01-01 00:00:00

Język: Polski

Odwiedzono: 2343 razy.

Umiarkowane spożycie wina jest korzystne dla zdrowia. Zmniejsza bowiem ryzyko zawału serca i zachorowania na raka - oświadczył w Tokio francuski uczonej prof. Serge Renaud. Wyrażając uznanie dla "doskonałych nawyków żywieniowych w Japonii", kraju, w którym średnia życia jest najdłuższa na świecie, prof. Renaud powiedział, że najnowsze badania potwierdzają liczne pozytywne skutki picia wina w ilościach umiarkowanych.

Konsumpcja wina, zwłaszcza francuskiego, bardzo szybko rośnie w Japonii w ostatnich latach, co - jak się uważa - w dużym stopniu jest efektem przekonania o prawdziwości "francuskiego paradoksu" czyli teorii że im więcej pije się wina tym jest się zdrowszym. Największymi konsumentami wina na świecie są jednak nadal Francuzi.

Wystarczy dziennie 2-3 kieliszki wina, by ryzyko zawału czy zachorowania na raka zmniejszyło się o 20-30% - powiedział prof. Renaud. Różne badania, przeprowadzone w Stanach Zjednoczonych, Francji i innych krajach, dowodzą, że we Francji śmiertelność z powodu wszystkich chorób spadła średnio o 30% w porównaniu z innymi krajami, dzięki konsumpcji wina.

Szczególnie korzystna dla zdrowia, zdaniem prof. Renaud., jest konsumpcja czerwonego wina, a to ze względu na zawartość w nim polifenoli, w tym tanin, które prawdopodobnie znajdują się w skórce winogron. O korzystnym dla zdrowia składzie wina decyduje również przetrzymywanie go w dębowych beczkach

Wino chroni nie tylko przed zawałem i rakiem, ale również przed innymi dolegliwościami, m.in. żołądkowojelitowymi, a nawet opóźnia proces starzenia się - twierdzi prof. Renaud. Powołuje się on na opinię słynnego XIX-wiecznego mikrobiologa Ludwika Pasteura, że wino jest "napojem higienicznym z natury rzeczy". Jeśli chodzi o raka, ostatnie badania amerykańskie wykazały, że zawarty w winie polifenol Resveratrol hamuje występowanie i rozwój guzów nowotworowych.