VINO: SERAFINI, “MA QUALE VELENO, SCIENZA DICE ALTRO”, “CON POLIFENOLI USO MODERATO BENEFICO”

25 Novembre 2025



L’AQUILA – “Quella di Di Salvatore appare come una palese strumentalizzazione, e ci sono tantissimi ed autorevoli studi che smentiscono le sue tesi: il vino se consumato con moderazione ha anche effetti benefici, grazie ai suoi polifenoli ed è alla base della dieta mediterranea”.

Non si acquieta lo scontro innescato dallo psichiatra di Avezzano Adelmo Di Salvatore, esperto in alcologia, fondatore già nel lontano 1985 dell’Arcat Abruzzo, l’associazione regionale dei Club alcologici territoriali, che in una intervista ad Abruzzoweb ha parificato il vino ad “un veleno”, ad “una droga”, che anche in piccole dosi comporta “gravi danni alla salute”.

Prese di posizione che hanno provocato le ire dell’Associazione nazionale città del vino, di Confagricoltura e di Coldiretti, con l’intervento anche del vice presidente della Regione, con delega all’Agricoltura, Emanuele Imprudente, a difesa di un settore vitale dell’economia e dell’identità dell’Abruzzo.

Questa volta, interpellato da Abruzzoweb, a scendere in campo è Mauro Serafini, ordinario di Scienze tecniche e dietetiche applicate e docente di Alimentazione e nutrizione umana presso l’Università di Teramo, che l’anno scorso ha ottenuto un prestigioso riconoscimento, posizionandosi nel top 0,05% di tutti gli studiosi del mondo nella classifica ScholarGps, per il “record di pubblicazioni, l’elevato impatto del suo lavoro e l’eccezionale qualità dei contributi accademici”.

E Serafini stronca senza se e senza ma le posizioni di Di Salvatore, da un punto di vista scientifico, considerandole “proibizioniste” e “non basate su evidenze scientifiche”.

“Veleno non è certo il vino, semmai l’alcol, ma se ce lo beviamo puro, o se abusiamo di bevande alcoliche in generale, come

ovvio. Mi viene pertanto da sorridere quando sento certe prese di posizione. Non voglio qui parlare dell'aspetto culturale, antropologico, storico, ma semplicemente comincerei dai polifenoli, che non sono contenuti, con i loro effetti benefici, solo nell'olio d'oliva, nella frutta e nella verdura: ci sono anche i polifenoli del vino, e ce ne sono tantissimi".

Non a caso, prosegue nella sua disamina il docente, "studi epidemiologici attestano non a caso il fenomeno della U-shaped curve, della 'curva ad U', quando si mette in correlazione il consumo di bevande alcoliche, di vino in particolare, con la mortalità per malattie cardiovascolari. Ebbene: ciò che emerge è che chi è astemio ha un rischio più alto rispetto a chi è un consumatore moderato di vino, con i due famosi due bicchieri al giorno".

Studi condotti in particolare in Francia, grande produttrice ed esportatrice di vino, prosegue il docente, attestano anche che "un basso consumo di vino ha un effetto positivo sul colesterolo e per le diete, quindi sui parametri lipidici. E questo spiegherebbe la 'curva ad U' di cui sopra. Un effetto positivo dovuto non tanto all'alcol, ma appunto dai famosi polifenoli. E proprio per quel che riguarda la Francia è stato dimostrato che nelle regioni caratterizzate da un elevato consumo di vino, oltre che di grassi saturi, non c'è una maggiore incidenza di mortalità per patologie cardiovascolari che ci si dovrebbe attendere. E l'ipotesi è proprio che ci sia un ruolo giocato dal vino nella riduzione dei parametri lipidici".

Per non parlare del vino come ingrediente della dieta mediterranea, che da una enorme mole di studi è considerata tra le più salutari nel pianeta, sistematizzata da Ancel Keys, biologo e fisiologo statunitense, conosciuto soprattutto per i suoi studi sull'epidemiologia delle malattie cardiovascolari.

"Lo stesso Keys ha scolpito sulle pietre che due bicchieri di vino al giorno durante i pasti sono salutari – sottolinea Serafini -. Tanti centenari abruzzesi che la dieta mediterranea l'hanno praticata per una vita, bevono vino, senza esagerare, ovviamente, tutti i giorni. Del resto i polifenoli del vino riescono anche a ridurre lo stress postprandiale, lo stress infiammatorio, meglio se accompagnato con una verdura, una frutta, un legume".

Altre evidenze arrivano da studi pubblicati sull'autorevolissima Lancet, "relative alla parte non alcolica del vino, ed è stato dimostrato che ad esempio il vino dealcolato ha un effetto antiossidante, e di riduzione dello Ldl, ovvero del colesterolo cattivo".

Il docente invita poi ad allargare lo sguardo, ad affrontare la complessità, anche quando si parla di salute.

"La patologie e anche la mortalità che hanno come concausa l'alimentazione, riguardano anche chi mangia tanta carne e pochissima frutta, verdura e legumi. Chi beve tanto alcol, in particolare superalcolici, solitamente è anche una persona che ha una vita più o meno sregolata, che mangia male, vive di notte, e questo ovviamente ha effetti nefasti per la salute. Voglio dire che bisogna considerare l'insieme di comportamenti prima di arrivare a conclusioni semplicistiche, per non dire false".

Prendendo dunque di petto le tesi di Di Salvatore, "mi pare che la sua posizione sia di fatto clamorosamente e immotivatamente proibizionista, senza adeguati supporti scientifici, senza considerare le evidenze pocanzi citate".

E veniamo al nocciolo della questione, la "crociata" di Di Salvatore per l'applicazione di etichette sulle bottiglie, che al pari di quello che avviene sui pacchetti di sigarette, avvertono il consumatore dei rischi per la salute. Di Salvatore alla questione, assieme al collega psichiatra Enrico Baraldi e ad Alessandro Sbarbada, ha pubblicato e sta presentando in giro per l'Abruzzo il libro "Vino -Diverse etichette, le avvertenze negate".

"Per quello che mi riguarda le etichette con il warming si possono anche mettere – replica Serafini -, ma diciamocelo chiaramente, la gente non la considererà proprio. Chi beve vino continuerà a farlo, me compreso, e non è che si morirà prima degli degli altri, magari avverrà per altre cause. L'alcol, non il vino in sé, dico una banalità, non fa bene solo se si abusa di esso, sfido chiunque a mostrarmi che due bicchieri di vino al giorno facciano male a qualsiasi parte del nostro organismo: pretendo questa evidenza, coloro che sono per la tolleranza zero dovrebbero esibire uno studio scientifico su cui poggiano le loro convinzioni così estreme, perché io non ne conosco. Piuttosto ci dovremmo preoccupare dell'abuso di zuccheri, di tassare le bevande zuccherine, visto che abbiamo i bambini tra i più obesi al mondo. Ci dobbiamo preoccupare dei cibi grassi, degli alimenti processati. In questa ottica certe campagne contro il vino non hanno proprio senso". *Filippo Tronca*

© 2026 Abruzzo Web Enfasi srl - Quotidiano digitale registrato presso il Tribunale dell'Aquila con decreto n°501 del 2 settembre 2003
Iscrizione al ROC n. 26362 - P.IVA 01812420667
Direttore responsabile Berardo Santilli