



UNC
CONSUMATORI.IT

E' vero che il vino rosso fa buon sangue?

18 Dicembre 2018



La domanda dei consumatori: è vero che il vino rosso fa buon sangue?

La risposta di Marcello Ticca, nutrizionista e dietologo

Per molti anni ha resistito nella mentalità “popolare” la convinzione che il vino rosso, probabilmente in accordo con il suo colore abbastanza simile a quello del sangue, avesse un potere antianemico, ossia contenesse molto ferro e fosse capace di influire sulla produzione dei globuli rossi.

Le cose non stanno affatto così. Ormai è dimostrato che la quantità di ferro presente nel vino non solo è modesta (in media circa 0,5 milligrammi per 100 millilitri) ma è anche ben poco utilizzabile da parte del nostro organismo. Ed è anche stato accertato che il vino, questo “nettare degli dèi” celebrato da poeti e scrittori fin dalla antichità, non possiede alcuna capacità di far aumentare il numero dei globuli rossi né di promuovere la sintesi

