



Direttore scientifico
Paolo Crepet

salute & famiglia
senzaetà

n.53 SETTEMBRE OTTOBRE 2011 euro 3,00

Vino
*niente
di più sexy*



**MANGIARE
a KM zero!**

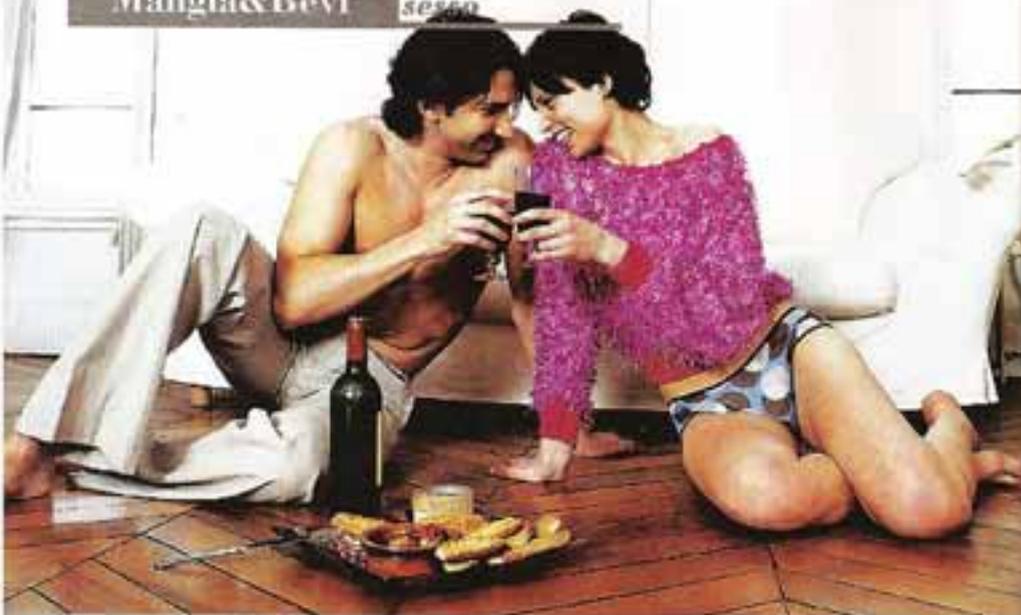
MAL DI SCHIENA?

Ecco cosa fare

IBERNARSI
va di moda

MI SPOSO SOLO
... SE SONO IN FORMA





Bacco & Venere

Binomio scientificamente testato

“Ottobre 2005: entrando nel mio nuovo posto di lavoro, l'Ospedale S.Maria Annunziata di Firenze, rimasi colpito dalla bellezza delle viti. Essendomi da sempre occupato di ricerca in campo oncologico e andrologico, mi chiesi se il legame vino-eros fosse solamente mitologia, storia, cultura, credenza popolare, o avesse una base scientifica”. Forse ce lo siamo chiesti in tanti e la risposta ha oggi dati squisitamente oggettivi. Insomma, il vino fa buon sangue ma non solo. Parola di Nicola Mondaini, uro-andrologo di fama mondiale e dirigente medico dell'Ospedale S.Maria Annunziata di Firenze.

La ricerca è appunto dell'Ospedale di Firenze noto, guarda caso, per la sua localizzazione come Ospedale del Chianti, realizzata su un campione di 789 donne, tra i 18 e i 50 anni, residenti in zona, che hanno completato il questionario FSFI (Female Sexual Function Index), strumento che valuta la funzionalità sessuale femminile con 19 domande su 6 aspetti (desiderio, interesse, lubrificazione, orgasmo, soddisfazione, dolore), in riferimento alle 4 settimane che precedono la compilazione. Risultato?

“Le donne che consumano 1-2 bicchieri di vino rosso al giorno hanno una sessualità complessiva migliore rispetto al gruppo delle donne astemie ed anche di coloro che bevono occasionalmente” ci spiega Mondaini.

Il lavoro dal titolo “Regular moderate intake of red wine is linked to a better women's sexual

health” è stato pubblicato sul prestigioso Journal of Sexual Medicine. Non solo, nel 2009 esce “Vino e Eros”, libro di successo curato da Mondaini, Riccardo Bartoletti e Francesco Montorsi. Altra dimostrazione che parlare di sensi accesi dal calice non è più appannaggio di artisti e poeti.

“È insolito che la scienza medica affronti questo rapporto. Qui parlano specialisti di andrologia, urologia, ginecologia, psicologia, farmacologia. Partendo dalla mitologia, dove si attribuisce ad una lacrima di Dioniso (Bacco), dio dell'erotismo e dell'ebbrezza, la nascita del vino, il testo è un viaggio tra arte, cultura, storia e soprattutto scienza, affrontando anche i rapporti tra cibo, vino e sessualità spiegando con i più recenti dati scientifici come una moderata quantità di vino rosso abbia effetti positivi sul cuore, l'apparato endocrino, il sistema nervoso, e la sessualità maschile e femminile”.

Maria Chiara La Rovere



Nicola Mondaini
Urologo-andrologo
dell'Ospedale S.Maria
Annunziata di Firenze

“POCO DIFFUSA UNA CONOSCENZA ELEMENTARE DELLA FISIOLOGIA DELLA SESSUALITÀ MASCHILE E FEMMINILE. E ALTRETTANTO VAGHE, SPESSO ERRONEE, LE CONVINZIONI CORRENTI SUL RAPPORTO FRA CONSUMO DI VINO E SODDISFAZIONE DEI SENSI”.

**COSÌ COME
RECITAVANO GLI ANTICHI.
OGGI PIÙ CHE MAI LA
MAGGIOR PARTE DI NOI
VIVE CELATO DIETRO
RUOLI, MASCHERE,
FINZIONI, CHE
OFFUSCANO
LA NOSTRA VERA
NATURA.**



*In vino veritas
Come l'alcool
può aiutare a svelarci*

Questa parte se ne sta silente in qualche angolo recondito di noi, coperta da cumuli di macerie e falsità che ci raccontiamo e di cui facciamo bella mostra agli altri, ma nel profondo qualcosa ci dice che c'è dell'altro oltre quella rappresentazione. In alcuni fortuiti casi, a volte più frequenti, altri più sporadici, si apre una breccia nella facciata che tanto alacramente curiamo ed emerge la nostra essenza. Esistono degli elementi, delle circostanze, delle situazioni, delle persone, o degli oggetti che possono facilitare tale processo. Uno di essi è sicuramente il vino, e gli alcoolici in generale, per una lunga serie di fattori. La sua azione chimica, fisica, a dosi moderate, è in grado di produrre anche effetti mentali ed emotivi, tra cui un rilascio dei freni inibitori, un minore controllo degli impulsi, una ridotta lucidità mentale, una leggera

euforia, una maggiore loquacità e stimolazione sessuale, a loro volta accentuati dai contatti sociali in cui tutto ciò, spesso, viene condiviso. La grande diffusione del consumo di alcoolici la dice lunga circa non solo il piacere fisico che la loro assunzione produce, ma anche circa il bisogno di una crescente libertà espressiva che pare essere sempre più sedata da una vita quotidiana frettolosa, arrivista, all'insegna del dovere,

delle performance, delle ansie e delle preoccupazioni. Non è un caso che il consumo di alcoolici si elevi proprio la sera e in special modo nei fine settimana, quando ci si concede un po' di relax. Che poi ci sia una forma di accettazione di lunga data in tale tendenza è confermato dal carattere ascetico e spirituale che il vino comporta in alcune culture religiose, come in quella cattolica, dove il vino viene ad

assumere il valore del sangue di Cristo. Sotto tale punto di vista, nulla come il vino può essere considerato un alimento olistico, che se assunto a dosi moderate, è in grado di nutrire il corpo, la mente, la spirito e offrire a tale complesso una autentica libertà espressiva, seppure di breve durata.

Anna Fata
Psicologa olistica e scrittrice
www.armoniabenessere.it

