

COMUNICATO STAMPA

“Non basta dire alcol: il vino riaccende il dibattito scientifico”

Dalla seduta dell'Accademia di Medicina di Torino un invito a superare le semplificazioni e a leggere il rapporto tra vino e salute in chiave più articolata

Torino, 20 aprile 2026 – «Nel dibattito attuale si tende sempre più a considerare il vino esclusivamente come una fonte di alcol, isolandolo dal contesto alimentare e culturale in cui viene consumato. Questa è una semplificazione che non riflette la complessità delle evidenze scientifiche». È da questa premessa che il **Prof. Attilio Giacosa, Presidente IRVAS** (Istituto per la Ricerca su Vino, Alimentazione e Salute), sintetizza i contenuti emersi dal confronto con il **Prof. Emanuele Albano**, Professore di Patologia Generale presso l'Università del Piemonte Orientale, durante la seduta di venerdì scorso presso l'**Accademia di Medicina di Torino**, dedicata al tema **“Moderata assunzione di vino e salute”** con la moderazione del **Prof Giuseppe Poli Professore di Patologia Generale dell'Università di Torino**.

«Il consumo moderato di vino durante la vita adulta, prevalentemente durante i pasti e all'interno di un modello alimentare mediterraneo si associa ad una riduzione del rischio di mortalità, a un minor rischio di malattie cardiovascolari, di demenza senile e di diabete. Occorre però aprire correttamente anche il dibattito sul tema oncologico. Dire che l'alcol è un fattore di rischio per il cancro è corretto, ma va spiegato bene. Il rischio è legato all'abuso protratto, non al consumo moderato inserito in uno stile di vita equilibrato. Ci sono situazioni specifiche, come nelle donne con predisposizione al tumore al seno, in cui è giusto evitare completamente l'alcol. Ma trasformare questo principio in una regola universale per tutti non è scientificamente corretto e non vero. Il punto è sempre lo stesso: semplificare troppo significa perdere di vista la realtà dei dati», dichiara il **prof. Giacosa**.

Il punto di partenza del confronto è condiviso: «Il consumo eccessivo di alcol è un fattore di rischio accertato, su questo non ci sono dubbi – spiega il **Prof. Emanuele Albano, Professore di Patologia Generale e socio dell'Accademia** –. Tuttavia, dal punto di vista biologico ed epidemiologico, è importante distinguere tra livelli e modalità di consumo. Gli effetti dell'alcol sulla salute sono infatti dose-dipendenti e influenzati da molte variabili, tra cui durata dell'esposizione, fattori individuali e contesto. Nel caso del vino, siamo di fronte a una matrice complessa: oltre all'etanolo contiene componenti bioattivi, come i polifenoli, il cui ruolo è ancora oggetto di studio ivi inclusi gli effetti sul microbiota intestinale. Questo non consente conclusioni semplificate, ma richiede un approccio prudente e basato sull'insieme delle evidenze disponibili».

Le evidenze più recenti indicano **che non tutte le bevande né tutti i modelli di consumo sono equivalenti, dice Giacosa**. Lo studio *“The Unfinished Debate on Wine and Other Alcoholic Beverages: Conflicting Evidence, Public Health Messages and the Missing Trial”* pubblicato su **Nutrients nel febbraio di quest'anno**, evidenzia come il vino, se consumato all'interno della dieta mediterranea e durante i pasti, presenti un profilo distinto e favorevole alla salute rispetto ad altre modalità di consumo, rendendo il quadro più articolato e non riconducibile a letture univoche.

Tra i dati più rilevanti emersi dalla letteratura recente, quelli sulla mortalità generale meritano una lettura attenta: il rapporto della National Academies of Sciences, Engineering, and Medicine (Nasem) evidenzia che, **nei consumatori moderati, si osserva una riduzione del rischio di mortalità generale fino al 16% rispetto ai non bevitori, una riduzione che nelle donne raggiunge il 23%, sostenuta in larga parte dagli effetti positivi nella prevenzione delle patologie cardiovascolari**.

Anche lo studio presentato il 28 marzo 2026 all'American College of Cardiology arricchisce la complessità del dibattito: l'analisi su oltre 340.000 adulti seguiti per più di 13 anni indica che ,rispetto a quanto evidenziato negli astemi, **nei consumi moderati il vino, si osserva un rischio ridotto di mortalità cardiovascolare, mentre tale rischio aumenta nei i bevitori di moderate quantità di altre bevande alcoliche (superalcolici , birra e sidro) e ancor più in chi beve in eccesso qualunque tipo di bevanda alcolica.**

La relazione tra consumo di vino e salute è quindi spesso descritta come una “curva a J”: il rischio è più basso a livelli moderati rispetto all’astensione e aumenta con quantità elevate.

Per superare i limiti degli studi osservazionali, la ricerca si sta orientando verso nuovi modelli. È in corso il progetto UNATI, coordinato dal prof. Miguel A. Martínez-González dell'Università di Navarra e finanziato dallo European Research Council, che coinvolgerà oltre 10.000 partecipanti e confronterà direttamente gli effetti dell'astensione totale con quelli del consumo moderato di vino, all'interno di un comportamento alimentare mediterraneo. È esattamente il tipo di ricerca che IRVAS considera necessaria per rispondere con rigore ai problemi ancora aperti: «E' necessario superare la formula del "rischio sempre e comunque" – conclude il **prof. Giacosa** – e adottare una valutazione integrata rischio-beneficio, che tenga conto del profilo individuale, del contesto alimentare, dello stile di vita e della tipologia di bevanda alcolica, della quantità e modalità di consumo. La scienza chiede di valutare con precisione vantaggi e rischi, perché solo così è possibile offrire ai cittadini un'informazione corretta e indicare ai responsabili della salute pubblica linee guida comportamentali basate sulle evidenze».

Bibliografia:

- Alvarez-Mon, M.A.; Martínez-Urbistondo, D.; Barbería-Latasa, M.; Vázquez-Ruiz, Z.; Ruiz-Canela, M.; Bes-Rastrollo, M.; Martínez-González, M.Á. *The Unfinished Debate on Wine and Other Alcoholic Beverages: Conflicting Evidence, Public Health Messages and the Missing Trial*, Nutrients 2026, 18, 529. <https://doi.org/10.3390/nu18030529>.
- Chen Z. et al. The Health Impacts of Alcohol Depend on What You Drink – And How Much. Presentato all'American College of Cardiology Annual Scientific Session (ACC.26), marzo 2026.
- National Academies of Sciences, Engineering, and Medicine, “**Review of Evidence on Alcohol and Health**”, Washington, DC: The National Academies Press; 2025. <https://nap.nationalacademies.org/catalog/28582/review-of-evidence-on-alcohol-and-health>

IRVAS – Istituto per la Ricerca su Vino, Alimentazione e Salute L'Istituto per la Ricerca su Vino, Alimentazione e Salute è nato per promuovere e facilitare la diffusione della conoscenza e dell'informazione di temi riguardanti la dieta mediterranea e il consumo moderato e consapevole di vino, in rapporto ad una corretta alimentazione, alla salute e al benessere della popolazione, salvaguardando e valorizzando la cultura del territorio. Obiettivi dell'istituto sono la ricerca, l'approfondimento, il confronto e la partecipazione di accademici, istituzioni, operatori del settore e professionisti del mondo sanitario per educare in modo trasparente i consumatori e fare cultura su vino, alimentazione e salute. L'istituto ha forma giuridica di associazione senza scopo di lucro.

Per informazioni: <https://www.irvas.it> e <https://www.linkedin.com/IRVAS>

Ufficio stampa:

Francesca Riccitiello
+39 347 5358998
friccitiello@golinitaly.com