

# O vinho e os sentimentos



**IVAN CARLOS REGINA**

é engenheiro do setor de transporte público, associado do Instituto de Engenharia e autor dos livros *Vinho, o Melhor Amigo do Homem* e *Harmonizando Vinho&Comida*. E-mail: ivanregina@terra.com.br

A história do vinho está intimamente relacionada com a civilização ocidental, com sua origem rastreada desde a Mesopotâmia, há cerca de 7 000 anos, até sua forte influência no mundo atual.

Nenhuma bebida ou alimento foi tão fortemente estudado, objeto do desejo e possui papel mais importante no imaginário das pessoas, como o vinho.

Quando se celebra um importante acordo comercial, brinda-se com ele. Na ocasião em que um novo navio é lançado ao mar, quebra-se no casco uma garrafa de champagne.

Tudo isto é sinal de boa sorte, ou ao menos de saúde, quando brindamos com nossas taças a abertura de uma refeição regada com bom vinho.

Existe, claro, o outro lado, o do excesso, que provoca o alcoolismo, um mal que afeta um enorme número de pessoas ao redor do mundo, e influencia fortemente na taxa de acidentes rodoviários, por exemplo.

Embora o alcoolismo esteja mais relacionado ao consumo de bebidas destiladas, como a pinga e a vodka, não se pode desprezar a cerveja e o vinho como portas de entrada para o vício do álcool.

Na antiga União Soviética tentou-se difundir o consumo do vinho para combater o alcoolismo, em substituição ao forte uso da vodka, pretensamente para combater o frio. Como se sabe, a ação do álcool no organismo não ajuda em nada a esquentar o corpo, antes o prejudica ainda mais.

Enquanto a vodka é uma bebida ingerida para se alcoolizar (pois ela, idealmente, não tem gosto nem cheiro), o vinho, ao contrário, é bebido pelo seu aroma e por seu sabor maravilhoso.

Consumido com moderação, o vinho tem inicialmente um efeito tranquilizante, agindo sobre todo o organismo humano no sentido de relaxamento.

Por isto "UM" aperitivo tomado antes das refeições pode estimular o apetite e preparar o organismo para a refeição que se seguirá.

A ingestão de bebidas destiladas em grande quantidade, antes das refeições, além de agredir as paredes do estômago, prejudica as sensações organolépticas (do gosto) de tudo que vem a seguir.

Querer beber várias doses de uísque antes do jantar e depois continuar com vinho quando a comida for servida é um absurdo gastronômico.

Outro sentimento que o vinho nos traz é o euforizante, que faz nos sentirmos mais alegres.

Ninguém sabe dizer o motivo, mas o espumante (o champagne, principalmente) potencializa esta ação.

Este fato é tão importante que, na análise dos vinhos às cegas, nas provas técnicas, introduz-se um "coringa", ou seja, um

vinho especial para se medir a acuidade e grau de euforia dos jurados.

Numa prova de vinhos para atribuição de notas para publicação, por exemplo, muitas vezes repe-te-se ao final um vinho já servido no início.

Sendo às cegas, compara-se a nota do primeiro vinho com este coringa, e vê-se se o jurado já estava "eufórico" quando atribuiu a segunda nota.

Se a diferença de notas for superior a dois ou três pontos (num total de 100) as notas deste jurado serão desclassificadas.

Não é à toa que o imaginário do champagne esteja repleto de lendas, histórias e mitos afrodisíacos.

Outro efeito bastante conhecido do vinho sobre as pessoas é "destravar suas línguas".

Já imaginou quantos segredos foram revelados depois de algumas taças? Em compensação, muitos pedidos de casamento ou de noivado são feitos após uma sequência de bons vinhos.

E aí está outro efeito do vinho, que é dar coragem a quem o bebe, e que tantos problemas e aborrecimentos causam a quem o ingere em demasia.

O vinho ingerido em excesso provoca inicialmente sono, e depois alterações ainda mais danosas ao organismo. Para metabolizar o álcool presente na corrente sanguínea, o corpo vai buscar açúcar onde ele estiver para provocar a reação contrária a que produziu o vinho em sua fermentação (açúcar da uva sob efeito das leveduras resultando em álcool e CO<sub>2</sub>). Por isto deve-se administrar glicose para quem está severamente alcoolizado.

Muitos perguntam quais seriam as medidas que deveríamos tomar para minimizar os efeitos do álcool em nosso organismo. A resposta é simples: ingerirmos uma ou duas colheres de azeite de oliva (para forrar as paredes do estômago) e uma ou duas colheres de mel (para manter o teor de açúcar no corpo), antes de bebermos, logicamente.

O melhor mesmo é bebermos com moderação, sempre com o vinho acompanhando a comida, onde ele será metabolizado em conjunto com os alimentos, de forma lenta e provocando ganhos ao invés de provocar danos e acidentes.

É inegável que o vinho consumido com moderação é fonte de sentimentos positivos, como tranquilidade, alegria e prazer, assim como sua ingestão exagerada provoca dor e desconforto, tanto para quem o bebe em demasia como para as pessoas que o rodeiam.

Cabe a nós, como consumidores conscientes, adequarmos a quantidade e a qualidade, pra que o vinho nos proporcione o que tem de melhor: SAÚDE! 🍷

