**FENAVIN analiza la relación entre vino y salud en una ponencia de expertos médicos**

**Han analizado los beneficios del vino en el bienestar físico, mental y social, destacando la importancia del consumo moderado**

**Ciudad Real, 06-05-2025.** La Feria Nacional del Vino (FENAVIN), que se celebra del 6 al 11 de mayo, ha acogido la ponencia ‘Vino y salud’, una charla en la que se ha abordado el impacto del consumo moderado de vino en el bienestar físico, mental y social. El encuentro ha contado con la participación de Javier Paulino, médico reumatólogo, y Ricardo Chamorro, médico endocrinólogo, que han ofrecido una mirada científica y cultural sobre esta bebida milenaria.

Durante su intervención, han destacado los beneficios del vino y los riesgos asociados al consumo de alcohol. “Hablar del vino es hablar de la antigüedad y hablar de salud es hablar de alimentación”, ha señalado Chamorro, quien ha centrado su intervención en los compuestos antioxidantes presentes en el vino, como los polifenoles.

Chamorro ha subrayado la importancia del **resveratrol**, “un polifenol que puede aumentar la vida”, por su capacidad para combatir el estrés oxidativo, actuar sobre el envejecimiento, las enfermedades cardiovasculares y las infecciones.

Chamorro también ha destacado que el vino puede formar parte de la **dieta mediterránea**, “entendida como un estilo de vida saludable y sostenible”. “La dieta mediterránea también tiene que ver con el impacto climático”, ha añadido.

Dicho esto, ha advertido que el alcohol puede tener consecuencias negativas si se consume en exceso, generando problemas sociales y de salud: “Está claro que el alcohol no es positivo totalmente, depende de la cantidad”.

Por su parte, Javier Paulino ha defendido el **consumo moderado de vino** como un acto cargado de valor cultural, social y emocional. “Tomar vino en familia, brindar con amigos o cerrar acuerdos puede facilitar la empatía”, ha afirmado, remarcando que “el consumo moderado de vino alegra la vida, mejora la calidad de vida y nos hace mejores”. Para Paulino, ser feliz es alcanzar el bienestar físico, mental y social, algo especialmente necesario “en un mundo complejo, violento y deshumanizado”.

Ambos expertos han coincidido en que la **cultura del vino** va más allá de lo gastronómico, y han puesto como ejemplo a regiones vitivinícolas como **Burdeos y Borgoña**, en Francia, donde existe una fuerte tradición vinícola y, sin embargo, presentan una baja tasa de alcoholismo.