

# Vinho é a bebida alcoólica preferida dos brasileiros na melhor idade, aponta pesquisa

chegada do inverno movimentava o comércio alimentício, especialmente o de bebidas quentes e, entre elas, o vinho ganha o maior destaque

As razões para o sucesso são inúmeras: cultura, prazer e sofisticação são apenas algumas qualidades associadas à bebida que acompanha o homem desde os tempos mais remotos. Mas, atualmente, outro diferencial chama ainda mais atenção: sua ação sobre saúde.

Diversos estudos e pesquisas, apontam seu potencial protetor sobre o sistema cardiovascular e sua atuação preventiva contra outras doenças, o que já é motivo mais que suficiente para os apreciadores comemorarem, e eles são muitos. Segundo uma pesquisa especializada, a bebida que ganhou o status de amiga do coração, também conquistou o paladar dos brasileiros, especialmente na melhor idade, e, atualmente, ocupa o topo na lista de consumo.

Contudo, os especialistas alertam: as evidências científicas não são uma carta branca para o exagero, pois, para alcançar estes benefícios é preciso moderação. E as recomendações não param por aí, é preciso ter atenção na escolha do rótulo para que a bebida seja uma aliada da saúde.



De acordo com os dados, entre esse universo, o vinho é, disparado, a bebida mais apreciada (64,5%). E não para por aí, pois ele é também a principal pedida na hora de presentear (79,6%).

Segundo o estudo, mais da metade dos entrevistados revela a preferência por rótulos de origem importada e isso também se estende às outras bebidas, tanto que a cachaca, tradicional pinga brasileira, ocupa a última posição no ranking do consumo, no entanto, o mais curioso é que, embora a água ardente nacional seja pouco apreciada por esses indivíduos, a intenção de presentear com ela supera o consumo.

## Hábito saudável

Para a nutricionista Juliana Tomandl, essa preferência dos brasileiros pode ser muito positiva, independentemente da idade, mas antes do consumo desenfreado é preciso se atentar para alguns detalhes importantes. De acordo com a especialista, além da moderação, que é a regra principal, o consumidor também deve saber que nem todo vinho traz os mesmos benefícios para a saúde, alguns se destacam quando o objetivo é fortalecer o organismo, mas outros não são tão saudáveis quanto parecem.

“As pessoas acreditam que todos os vinhos encontrados no supermercado são produtos que vão contribuir para a saúde, no entanto, nem todos os rótulos podem ser considerados bons para o organismo do ponto de vista nutricional. Isso porque nos processos industriais muitos químicos, aditivos e conservantes são utilizados para padronizar e aumentar a conservação da bebida, desde o cultivo da uva, até o engarrafamento. E o uso dessas substâncias impactam a saúde” – afirma a consultora da Banca do Ramon.

De acordo com a nutricionista, as vantagens da bebida são provenientes da matéria prima: a uva. A fruta possui diversas propriedades terapêuticas graças a sua concentração de polifenóis. A produção desses compostos vegetais é estimulada como

resultado de um processo de defesa natural da videira, que acontece diante de agressões externas, como exposição solar e pestes.

Dentre eles Tomandl explica que o que mais se destaca é o resveratrol: “Algumas pesquisas indicam que a substância possui propriedades anti-envelhecimento, que protegem o cérebro e estimulam a digestão. Além disso, ela também tem potencial para regular o colesterol e diminuir o acúmulo de coágulos nos vasos sanguíneos. Essa

substância é responsável pela coloração escura da uva, mas isso não quer dizer que quanto mais tinto o vinho, melhor, pois o processo de fabricação também é determinante para qualidade.

Por isso, para quem deseja incorporar a bebida como um hábito saudável, a dica é optar por rótulos com intervenções químicas mínimas, especialmente os secos que contêm menos açúcar, além disso é importante observar o teor alcoólico, que não deve ser muito alto.

## Entrave econômico

O Brasil possui uma indústria sólida, além de regiões como a Serra Gaúcha, de grande tradição vinícola, mas, mesmo assim, o setor sofre com a constante alta dos impostos nacionais, uma das maiores barreiras para a popularização da bebida e expansão do consumo em um país onde o preço está, erroneamente, associado à qualidade do produto. Para se ter ideia, no mercado brasileiro a composição do preço final do vinho é, em maior parte, formada por tributos.

A alta carga de impostos torna os rótulos mais custosos antes mesmo de chegarem à nossa mesa. Dados do IBPT mostram que a fatia direcionada ao governo soma 54,73% sobre o preço de uma garrafa nacional e até 74,73% do custo final de um vinho importado. Por isso, para fugir dos preços



elevados, o consumo brasileiro é composto, em geral, por vinhos de baixa qualidade, que, segundo a especialista, não favorecem a saúde.

## Inverno favorece o consumo

Se há uma temporada ideal para apreciar um bom vinho com certeza é a estação mais fria do ano: o inverno. Sua chegada é propícia, no mês festivo em que acontecem as tradicionais festas juninas e arraiais pelo país inteiro. Embora a bebida possa, e deva, ser apreciada durante o ano todo, as baixas temperaturas são convidativas para degustar um bom rótulo. Os motivos são muitos: além da questão cultural, fatores como harmonização e sensação de aquecimento – devido à sua função vasodilatadora – contribuem para essa associação.

Nessa época do ano o vinho é ainda mais requisitado, já que é o ingrediente principal do famoso “quentão”, preparado com cravo, gengibre, canela e frutas. Segundo a nutricionista o teor alcoólico da bebida é baixo graças à redução do seu preparo no fogo. A dica para uma versão mais saudável é substituir o açúcar refinado pelo mascavo, demerara ou, até mesmo, stevia e xilitol, que são adoçantes naturais.

Fonte: Banca do Ramon.



## Amadurecimento do consumo

Que o vinho é uma das bebidas mais apreciadas em todo o mundo, não restam dúvidas, mas na mesa dos brasileiros ele ainda vem conquistando seu espaço. Com uma média per capita de 2 litros por ano, o consumo no país está bem atrás de seus vizinhos chilenos e argentinos, no entanto, uma pesquisa recente mostra que esse cenário está começando a mudar.

O estudo exclusivo, realizado pela Banca do Ramon, um dos empórios mais tradicionais do Mercado Municipal de São Paulo, ouviu 1.360 pessoas de todas as regiões do país a fim de obter uma perspectiva da relação dos brasileiros com a alimentação e seus hábitos de consumo, e constatou que o vinho ganha a preferência quando se trata de bebidas alcoólicas.

O levantamento “Do essencial ao Gourmet” contou com uma amostra composta, em sua maioria, por pessoas da melhor idade – 56% acima dos 50 anos; 20% na faixa etária entre 41 e 50; e 24% com menos de 40 anos – e revela que a grande maioria dos participantes consome bebidas alcólicas (79%), sendo que 33,2% deles o fazem com regularidade.

