

## O VINHO E A MEDICINA

José Carlos Torres Dias Ferreira\*

Por definição, o vinho é a bebida obtida a partir da fermentação de uvas. Existem vestígios de consumo de vinho há pelo menos 9.000 anos; ao que parece, o início do plantio de videiras deu-se na Ásia Menor, na região do Mar Negro, e de lá se difundiu para todo o mundo, inicialmente pelos fenícios e egípcios, depois pelos gregos e, mais tarde, pelos romanos, que muito o apreciavam (talvez até o apreciassem demais!). Trata-se assim, ao que tudo indica, da primeira bebida alcoólica a que o ser humano teve acesso.

Tanto gregos como romanos davam grande importância ao vinho, comprovada pela existência de deus próprio na mitologia daqueles povos, respectivamente, Dionísio e Baco. Existe até a possibilidade, aventada por pesquisadores, de que a alta incidência de gota em Roma tenha sido causada por excessos em relação à ingestão de vinho. Há ainda evidências de que muitos romanos abastados, inclusive imperadores, sofriam de saturnismo; isto ocorria porque o vinho era fervido em recipientes feitos (ou revestidos) de chumbo, para torná-lo mais doce (na época o açúcar ainda era desconhecido) e espesso, além de assim se conseguir aumentar o tempo de sua conservação.

Acredito que as primeiras e principais características do vinho sobre o homem da Antiguidade foram a sensação de euforia e a eliminação de preocupações. Os efeitos posteriores (náuseas, cefaléia) incomodavam, mas a lembrança do bom momento vivido era mais forte.

Temos na Bíblia diversas passagens sobre o vinho. Talvez a mais conhecida seja a que está referida no capítulo 9 do livro do Gênesis, que relata como Noé, ao desembarcar no monte Ararat todos os animais da sua arca, após o Dilúvio, começou a plantar um vinhedo, com mudas que havia trazido, e de onde mais tarde obteve uvas, das quais fez vinho, que bebeu e... produziu a primeira embriaguez relatada em prosa! A Bíblia já alerta, no livro do Eclesiástico, em seu capítulo 31, que “o vinho bebido com moderação é a alegria e o júbilo da alma”, mas que quando “bebido em demasia é a amargura da alma”.

O vinho sempre teve papel importante nas festas e casamentos do povo hebreu; assim é que em Canaã, Jesus realizou seu primeiro milagre, transformando água em vinho, na celebração de um casamento. Além disso, a importância simbólica do vinho é bem conhecida e difundida, como o sangue do Cristo oferecido em sacrifício pela salvação dos homens, na liturgia da eucaristia.

Também na mitologia persa o vinho está presente. Uma lenda relata como Jamshid, rei local que seria a versão local de Noé, mantinha uvas em jarras, para serem guardadas para consumo posterior. Certo dia, uma dessas jarras apresentou-se com cheiro forte e uvas espumando, e foi deixada de lado, tida como imprópria para o consumo. Porém, uma das mulheres do harém, querendo se suicidar, tomou aquela bebida, que julgou ser um veneno e, ao invés da morte... encontrou alegria e embriaguez! O rei ordenou, então, que mais daquela bebida fosse preparada para consumo da sua corte que, acreditando na lenda, se tornou mais alegre!

O limite entre lenda e realidade por vezes não se distingue. O primeiro escrito que trata do uso medicinal do vinho vem do antigo Egito, na cidade de Nippur, por volta de 2000 a.C., referindo que na Suméria (atual Iraque) eram produzidos unguentos à base de vinho, para tratar dermatoses. Papiros egípcios de 1500 a.C. também se referem ao vinho como adjuvante no combate à asma, à obstipação intestinal, à icterícia e até à epilepsia! O vinho era normalmente misturado com um preparado chamado *kyphi* (que era uma mistura de resinas, ervas, especiarias, pêlo de burro, excrementos de pássaro e de burro!...). Ao que parece, os antigos acreditavam que muitos males físicos decorriam de forças malignas no corpo da pobre vítima, e a melhor forma de expulsar essas forças seria o uso de substâncias de aroma e sabor desagradáveis, que tornassem o corpo inabitável...

---

Rev. Fac. Ciênc. Méd. Sorocaba, v. 6, n. 1, p. 49 - 52, 2004

\* Médico Cardiologista - Sorocaba / SP.

Os gregos muito empregaram o vinho como auxiliar terapêutico. Hipócrates (460 - 377 a.C.), pai da Medicina e cuidadoso observador, refere na sua “História da Medicina” usos do vinho na caquexia (como suplemento dietético), como purgativo, como diurético, como anti-térmico e anti-séptico (em emplastos), e até como anti-depressivo, nas convalescenças. Ele defendia ainda que as feridas deveriam ser mantidas limpas e secas, recomendando água fresca, vinho e vinagre para a limpeza das mesmas.

Sócrates (470 - 399 a.C.), tido por muitos gregos contemporâneos como o homem mais sábio de sua época, dizia que “o vinho molha e tempera os espíritos, e acalma as preocupações da mente; ele reaviva as nossas alegrias e é o óleo para a chama da vida que se apaga. Se bebido moderadamente, em pequenos goles de cada vez, o vinho gotejará nos seus pulmões como o mais doce orvalho da manhã... Assim, então, o vinho não viola a razão, mas convida-nos gentilmente a uma agradável alegria”.

O seu grande discípulo, o filósofo grego Platão (427 - 347 a.C.), dizia que “o vinho é um medicamento que rejuvenesce os velhos, cura os enfermos e enriquece os pobres”; referia ainda que “o vinho é o mais belo presente que Deus fez aos homens”.

Muito se escreveu sobre o vinho na antiga Grécia, sobre seus benefícios e também sobre os seus malefícios, quando consumido em excesso. O escritor Filócoro afirmava que “... pessoas que bebem vinho revelam não apenas seu ser mais profundo mas também tudo o mais, pois não têm qualquer censura no discurso”. Já o grande dramaturgo Ésquilo referia que “... o bronze reflete a aparência, o vinho é o espelho da alma”. Talvez daí venha a origem da famosa máxima latina, “*in vino veritas*”, ou seja, no vinho a verdade.

O vinho acabou se integrando tanto à vida e costumes dos antigos gregos que o filósofo Demóstenes (384 - 322 a.C.) foi duramente criticado por seus opositores por ter deixado de ingerir vinho, e passado a tomar apenas água.

Até para a diagnose o vinho chegou a ser usado, neste caso, de epilepsia: na cidade de Esparta, todo recém-nascido era mergulhado em vinho não diluído, e aquele que apresentasse algum tipo de convulsão era sumariamente sacrificado...

No império romano encontramos menção

ao uso de óleo e vinho nas feridas, o que é até citado por São Lucas, na parábola do Bom Samaritano, no seu Evangelho, capítulo 11, versículo 34. O apóstolo Paulo (10 - 67 d.C) aconselhou seu discípulo Timóteo que este “... deveria deixar de beber apenas água, e tomar um pouco de vinho para melhorar a digestão e evitar seus freqüentes acessos de enfermidades”.

Catão defendia o uso do vinho misturado a flores de certas plantas (zimbros, murta) para combater mordidas de cobra, gota, obstipação intestinal e indigestão. Já para a diarreia, indicava associar heléboro ao vinho, e para as verminoses ele indicava uma mistura de vinho e romã.

Mais tarde, Celso foi o primeiro a estabelecer os sinais cardinais da inflamação, defendendo a limpeza rigorosa das feridas com compostos de óleo e vinho. Galeno (129- 199 d.C.) prosseguiu nesta linha, mas defendia a teoria do “pus louvável”, ou seja, de que a formação de pus era necessária para a cicatrização, e deveria ser incentivada!... Tais recomendações foram seguidas por centenas de anos, inclusive pelos povos árabes, na Idade Média.

Há ainda uma referência a um certo Eubulo, proprietário de um estabelecimento de vinho em Roma (cerca do ano 375 a.C.) que afixou em sua propriedade: “ofereço apenas três taças de vinho aos clientes: a primeira é a da saúde, a segunda é a do amor, e a terceira é do sono; pois a quarta é da violência, a quinta é a do tumulto, a sexta é a da folia, a sétima é a dos olhos roxos, a oitava é a do policial, a nona é da bile, e a décima é a da loucura”!

Já na Idade Média, a chamada Idade das Trevas, era no Oriente que se encontravam os maiores baluartes da ciência daquela época, notadamente entre os povos árabes. O Talmude observa em um de seus livros que “o vinho é o mais notável de todos os remédios; onde falta o vinho, os remédios tornam-se necessários”. Na Europa, Philippus Aureolus Theophrastus Bombastus von Hohenheim, ou mais simplesmente Paracelso (1493 - 1541), afirmava que “só a dose faz o veneno”, antecipando a homeopatia, justo ele, afamado festeiro e bebedor.

Nos séculos 18 e 19, antes do advento da anestesia, os atos cirúrgicos eram verdadeiras carnificinas, com amputações de membros e outros atos realizados sem a mínima assepsia; a “anestesia” resumia-se à ingestão de qualquer

bebida alcoólica, em tal quantidade quanto a pobre vítima pudesse ingerir... Não era para menos que qualquer ato destes fosse acompanhado de altas taxas de mortalidade, até ao advento da prática da antisepsia, com os trabalhos magistrais de Semmelweis (1818 - 1865), Lister (1827 - 1912) e Koch (1843 - 1910).

No século 19, o químico francês Louis Pasteur (1822 - 1895), que teve grande atuação no descobrimento e identificação dos responsáveis pela fermentação do vinho, afirmava que "... existe mais filosofia numa garrafa de vinho que em todos os livros". Anos depois, o descobridor da penicilina, Alexander Fleming (1881-1955), dizia em relação ao vinho que "a penicilina cura os homens, mas é o vinho que os deixa felizes", lembrando a imagem de algo que concede alegria, liberdade, ou seja, proporciona um espírito mais leve...

Talvez por isso se fale em bebidas espirituosas, que são bebidas onde o álcool se encontra em grandes quantidades, sendo obtidas por meio de destilação (ao invés do vinho, que é obtido por fermentação do açúcar das uvas em álcool). As bebidas espirituosas também podem designar-se por bebidas destiladas, e elas classificam-se em dois grupos; o grupo das espirituosas simples em que se incluem as aguardentes e, o grupo das espirituosas compostas, onde estão incluídos os licores. Acredita-se que este termo (espirituosas) derive da observação dos efeitos iniciais do álcool sobre o sistema nervoso central, deixando o usuário mais relaxado e brincalhão. Uma antiga propaganda de vinhos do Porto, da marca Adriano Ramos Pinto, no início do século 20, colocava em grandes letras que seus produtos garantiam "audácia aos tímidos, e alegria aos audazes".

Nos últimos anos, muito se tem falado sobre os benefícios do vinho, notadamente do tinto, na prevenção de doenças cardiovasculares. Na década de 1980, várias pesquisas começaram a apontar para aquilo que se conveio chamar de "paradoxo francês", ou seja, populações com dieta rica em gorduras saturadas (muito ligado à incidência de doença aterosclerótica) não demonstravam uma maior prevalência de mortalidade por doença coronariana, quando em comparação com populações de outras nacionalidades (apurou-se taxas 36% menores do que nos EUA, e 39% menores que no Reino Unido). Tal fato foi inicialmente ligado à chamada dieta mediterrânea, e ao consumo de vinho, que

nos povos mediterrâneos ocorre em idades mais jovens.

A redução da mortalidade pode estar associada aos efeitos anti-trombóticos do etanol (diminuindo a agregação plaquetária), e/ou às propriedades anti-oxidantes dos constituintes polifenólicos encontrados no vinho tinto. Os polifenólicos são compostos anti-oxidantes, presentes na casca e nas sementes das uvas; por isso, eles estão em muito maior quantidade no vinho tinto, já que na fabricação de vinho branco as cascas são descartadas precocemente. Anti-oxidantes são substâncias que protegem as células de processos oxidativos, causados por moléculas chamadas de radicais livres; estas moléculas podem causar estragos na membrana celular, nas proteínas celulares e até no DNA. Tais estragos podem vir a originar várias moléstias.

Um destes polifenólicos é o resveratrol, que é um tipo de fitoalexina, um grupo de substâncias que a planta fabrica como resposta a alguma doença que a ataque, como fungos, infecções ou até radiação ultra-violeta. O resveratrol pode ser encontrado nas uvas, amendoins, soja. Tem uma estrutura química semelhante aos esteróides sintéticos, o que lembra o fato de as mulheres em fase reprodutiva terem uma prevalência de coronariopatia muito menor do que os homens das mesmas faixas etárias. Tal fato ainda anima muitos pesquisadores em avaliar o resveratrol na prevenção e combate a alguns tipos de câncer, principalmente de pele e de mama (o tamoxifeno é um estrógeno sintético usado no tratamento de câncer de mama, e também na prevenção de recidivas pós-operatórias).

A ação do resveratrol, ao que tudo indica, ocorre basicamente pelo bloqueio da oxidação das moléculas de colesterol, com diminuição da fração LDL - colesterol, e aumento da fração HDL-colesterol. Ao que parece, ele ainda proporcionaria uma inibição da síntese de endotelina-1 (peptídeo vasoativo de papel importante na gênese e na evolução da aterosclerose coronariana).

Outros artigos tentam evidenciar os benefícios do resveratrol no combate a doenças pulmonares obstrutivas crônicas, onde agiria diminuindo a ação dos macrófagos, através da redução da produção de interleucinas.

Recente artigo da Universidade da Califórnia acena a hipótese de mais uma outra novidade: trata-se da descoberta de uma nova classe de substâncias, na

casca das uvas, chamadas saponinas; embora presentes em outros tipos de alimentos, só agora foi identificada no vinho tinto. Enquanto o resveratrol bloqueia a oxidação do colesterol, por sua potente ação anti-oxidante, as saponinas diminuíam a absorção do colesterol.

Não podemos, entretanto, esquecer que o consumo do álcool em demasia, e também do vinho em particular, pode trazer sérias doenças ao usuário: encontramos desde as hepatopatias (das quais a cirrose hepática talvez seja o maior exemplo) a doenças cardíacas (como a hipertensão arterial sistêmica, e a grave miocardiopatia dilatada alcoólica), sem falar em seus grandes efeitos desastrosos ao sistema nervoso central, além de poderem ser causa de câncer de pâncreas.

É quase um consenso entre os médicos que, em caso um paciente consuma algum tipo de bebida alcoólica com certa frequência, este deveria ser orientado a preferir o vinho tinto em baixas dosagens; em caso de paciente abstêmio de álcool, este deveria ser aconselhado a assim persistir, evitando os malefícios decorrentes do abuso de bebida alcoólica.

Onde fica o limite entre o uso e o abuso? Naturalmente, todo o ser humano é dotado de bom senso, mas este, infelizmente, é talvez o primeiro a se deixar embotar pelo álcool em excesso, e seus

efeitos sobre o cérebro. Talvez a melhor opção seja a de beber um produto bom, em boa companhia, numa boa hora e num bom lugar...o que depende, convenhamos, muita prudência e responsabilidade.

Afinal, como já afirmava o pai da Medicina, Hipócrates, “o vinho é uma bebida substancialmente maravilhosa apropriada ao homem, na saúde e na doença, se o administrarmos na justa medida, segundo a constituição de cada um”. Sábias palavras, e quão atuais...

Tenho a mesma opinião, acredito que partilhada pelo escritor gaúcho Mário Quintana (1906-1994), que escreveu muito apropriadamente:

“Por mais raro que seja, ou mais antigo,  
Só um vinho é deveras excelente:  
Aquele que tu bebes docemente,  
Com teu mais velho e silencioso amigo.”

Para terminar, listo a seguir dois provérbios, um russo e o outro alemão, que ligam o consumo de vinho à classe médica:

Rússia:

“Beba um copo de vinho depois da sua sopa, e roubará um rublo de seu médico.”

Alemanha:

“Há mais velhos consumidores de vinho que velhos médicos”.

*As opiniões expressas nesta seção representam o ponto de vista de seu Autor e não, necessariamente, o da Revista.*