

Quotidien

# La Journée Vinicole

N° 20 223 • 26 MAI 2001

## Vin & santé

thème central  
de la

**Fête**  
de la  
**vigne**  
&  
**du VIN**

Le 26 mai 2001

**Les bienfaits  
d'une alimentation équilibrée**

## Modération

## Régularité

## Alimentation

### Les bienfaits d'une alimentation équilibrée

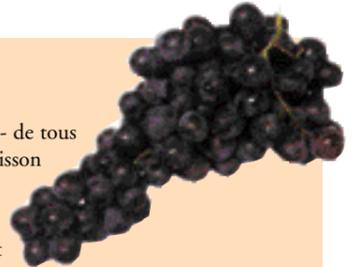
Dès 1970, dans son étude "Des sept pays", l'épidémiologiste américain Ancel Keys a montré que les personnes habitant dans les régions méditerranéennes présentaient l'un des plus faibles taux de maladie et l'une des plus grandes espérances de vie du monde. Depuis, cette étude a été confirmée par de nombreux travaux de recherches et aujourd'hui certaines études avancent la théorie selon laquelle les antioxydants contenus dans l'alimentation méditerranéenne expliqueraient, du moins en partie, les bienfaits de ce modèle



alimentaire, composé de fruits et légumes frais, de céréales, de fruits et légumes secs, d'un faible apport en graisses saturées d'origine animale, d'huile d'olive, et d'une consommation modérée de vin. L'une des hypothèses avancées suggère que le vin pourrait potentialiser les polyphénols et vitamines contenus dans ces aliments et en permettre une meilleure absorption, ce qui confirmerait qu'il s'agit d'un ensemble complémentaire, dans lequel le vin a toute sa place.

### Que sont les polyphénols ?

- Les polyphénols sont présents partout - dans les racines, les tiges, les fleurs, les feuilles - de tous les végétaux. Ce sont les défenseurs des végétaux contre les agressions. Le vin est une boisson tannique, donc on sait qu'il contient des polyphénols.
- Dans le vin, les polyphénols - qui sont assez fragiles - restent tels quels. Ils sont assez bien conservés au cours de la vinification et se retrouvent donc en quantité relativement importante, surtout dans le vin rouge.
- L'alcool est solubilisant vis-à-vis des composés phénoliques et par rapport aux fruits, le vin permet un passage plus facile de ces composés dans l'organisme.
- Les polyphénols contenus dans les fruits et légumes se trouvent dans la partie que l'on rejette (peau, pépins...). Dans le vin, ces parties sont écrasées, ce qui permet d'extraire ces composés.
- Les concentrations en polyphénols peuvent varier en fonction des cépages et des méthodes de vinification, mais même les raisins les moins pourvus en sont quand même très riches.
- Par rapport à un autre antioxydant de référence - la vitamine E - le vin rouge est mille fois plus puissant.
- Lorsque les polyphénols passent dans le sang, ils continuent à lutter contre les agressions de l'oxygène, en particulier les radicaux libres oxygénés qui sont à l'origine d'un grand nombre de maladies.
- En proportion, les composés phénoliques les plus présents dans le vin sont les catéchines et les anthocyanes.
- Certaines recherches montrent que des composés présents en quantité plus faible - comme le resvératrol - pourraient avoir des actions spécifiques. Plusieurs études ont montré l'effet anti-cancer du resvératrol.



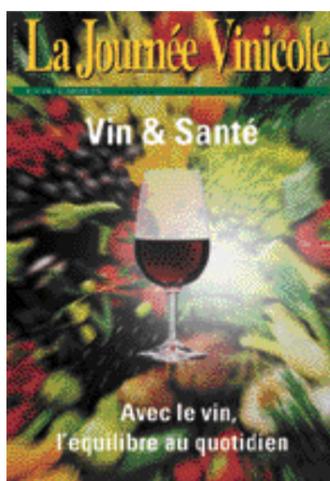
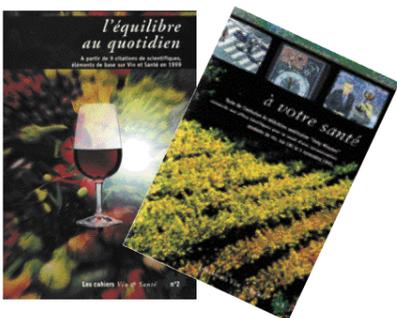
### Le vin fait-il GROSSIR ?

La majorité des études scientifiques montrent que pour des consommations modérées de vin, il n'y a pas d'augmentation du poids corporel.

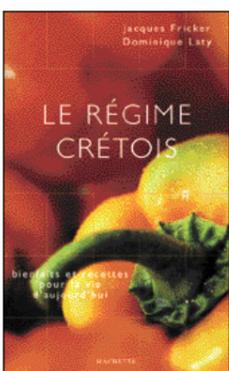
## Pour en savoir plus...

### Agenda

La Cave Coopérative "La Nyonsaise" dans la Drôme organise dans le cadre de la Fête de la Vigne et du Vin, une conférence sur le thème "Le vin et la santé". Présidée par Michel Grégoire, député et président de l'Association nationale des Elus du Vin, la conférence réunira plusieurs intervenants dont M. De Leiris, professeur en physiologie cardiovasculaire à la Faculté de Médecine de Grenoble, M. Bret, maître de conférence à Lyon, psychophysiologiste à l'Université Claude Bernard, avec le concours de Michel Bernard, président de "Vin et Société", et de Philippe Valbaume, de l'Univers du Goût. La conférence sera précédée le matin par une initiation à la dégustation des vins. Renseignements : 04 75 26 95 00 Fax : 04 75 26 23 16



Éditions Hachette  
Tél 01 43 92 30 00



Éditions Hachette  
Tél 01 43 92 30 00

Service Librairie  
La Journée Vinicole

De nombreuses publications ont été consacrées au thème "vin et santé". Cette présentation n'est pas exhaustive. Pour de plus amples renseignements, contacter le service librairie de La Journée Vinicole

Les Vignerons Coopérateurs présentent  
le premier  
**Concert**  
bachique  
des chorales  
de France

700 choristes entonnent les plus grands chants vigneron

**DIMANCHE 27 MAI 2001**  
à 15 heures

Théâtre Antique de Vaison la Romaine

**RENSEIGNEMENTS : 04 90 84 08 28**

Pour réaliser cette édition, La Journée Vinicole a bénéficié de l'aimable collaboration des étudiants de 1ère année de l'École Supérieure de Commerce de Montpellier :

- Magali Gautier
- Séverine Fleur
- Pierre-Eric Fournel
- Julie Fédière

**La Journée Vinicole**  
*Quotidien*

121, rue du Caducée, BP 71064, 34007 Montpellier Cedex 1  
Tél. : 04 99 23 17 84 - Fax : 04 99 23 15 96  
Commission Paritaire 60 668

Directeur de la publication - Rédacteur en chef : M. Jean-Christophe CAUSSE  
Responsable de l'édition : Sharon NAGEL  
Publicité au journal - Imprimerie spéciale de La Journée Vinicole  
Société éditrice : SARL PROMOVIN, Au capital de 250 000 F  
121, rue du Caducée, BP 71064, 34007 Montpellier Cedex 1  
Tél. : 04 99 23 17 84 - Fax : 04 99 23 15 96  
N° ISSN 01514393

Gérant : J.-C. CAUSSE - [causse@journee-vinicole.com](mailto:causse@journee-vinicole.com)  
E-mail : [contact@journee-vinicole.com](mailto:contact@journee-vinicole.com)  
Internet : [www.journee-vinicole.com](http://www.journee-vinicole.com)





# Cancer : des découvertes très prometteuses

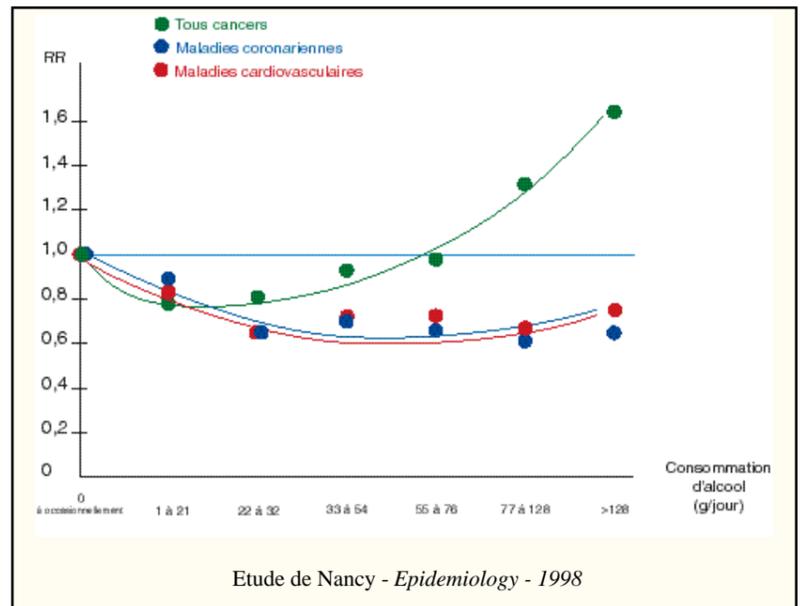
## Editorial

Le vin est avant tout une boisson plaisir, une boisson culturelle et historique. Mais en tant que composant naturel de l'alimentation traditionnelle, il tient également toute sa place dans une nouvelle conception de la médecine : la médecine préventive. "Nouvelle" parce que l'on se rend compte progressivement que l'organisme se défend mieux contre les agressions auxquelles il est soumis quotidiennement lorsqu'il dispose déjà des armes nécessaires à sa défense. Une observation en réalité fort ancienne, car Hippocrate disait déjà : "Que ta nourriture soit ta première médecine". En fournissant ces armes à l'organisme, par le biais d'une consommation quotidienne et modérée de vin, on s'expose moins à certaines des plus grandes maladies de notre époque. Si les études ont mis hors de doute le rôle de l'alcool et du vin dans la diminution du risque de maladies cardiovasculaires, les chercheurs se tournent aujourd'hui vers l'une des autres grandes pathologies de notre civilisation : les cancers. Une maladie redoutable, tant la science peine à mettre en évidence ses mécanismes. Quelques éclaircissements commencent à être apportés et une multitude d'études biologiques en cours dans le monde tentent d'expliquer ce qu'ont constaté des études épidémiologiques : que les consommateurs modérés de vin ont tendance à vivre mieux et plus longtemps.

**"Pour pouvoir prétendre que certaines boissons alcooliques, consommées modérément, ont des effets salutaires, il faut démontrer que lesdites boissons, non seulement réduisent la morbidité et la mortalité de certaines maladies - telles les maladies cardiaques et cérébrales - mais n'augmentent pas le risque d'autres problèmes de santé tels que le cancer..."**  
**C'est ce qu'a voulu démontrer le Dr Serge Renaud - auteur de ce constat - dans la première étude prospective menée en France sur les effets bénéfiques d'une consommation modérée de vin : l'Etude de Nancy. Il a en effet découvert <sup>(1)</sup> que, pour une consommation de deux verres de vin par jour, la protection cardiovasculaire déjà observée se doublait d'une réduction significative du risque de cancer. Ses résultats corroborent des conclusions obtenues également au Danemark par le Dr Morten Gronbaek et son équipe.**

Ces deux études représentent aujourd'hui les principaux jalons de l'histoire épidémiologique des recherches sur les liens entre le vin et le cancer. Leurs observations ont conduit à une pléthore d'études biologiques qui tentent d'apporter des explications sur les mécanismes pouvant conduire à des actions bénéfiques dans le domaine des cancers. La complexité de ces mécanismes - liée entre autres au grand nombre de facteurs impliqués dans la genèse et la prolifération des cancers - fait qu'aujourd'hui l'on ne dispose pas des mêmes certitudes que sur les maladies cardiovasculaires, d'autant plus que les recherches sur le lien entre vin et cancer s'accroissent.

L'ambivalence de l'alcool - sa capacité à apporter des effets bénéfiques en quantité modérée et régulière et à générer des effets néfastes en quantité élevée et irrégulière - est particulièrement évidente dans le domaine des cancers. Si la protection cardiovasculaire du vin a été constatée pour des consommations moyennes allant jusqu'à cinq verres par jour environ pour les hommes, une réduction du risque de cancer implique un niveau nettement inférieur, situé dans l'Etude de Nancy entre 1 et 3 verres par jour, toujours pour les hommes. "Pour le cancer,



"La protection contre le cancer semble spécifique au vin".  
 Dr Serge Renaud

seule une faible consommation était associée à un risque diminué de 18 à 24 % tandis qu'une forte consommation augmentait le risque de 70%", précise le Dr Renaud. Certains types de cancer - ceux de l'appareil digestif par exemple - sont même directement associés à la consommation d'alcool, du moins à certains types de boissons alcoolisées. Au Danemark, une étude<sup>(2)</sup> a démontré que "la consommation de vin avait tendance à réduire le risque de cancer du tube digestif supérieur, alors que la consommation de bière et de spiritueux augmentait le risque de manière significative". L'association entre l'alcool en général et le vin en particulier et d'autres types de cancers - tel le cancer du sein - est encore sujette à discussion. Des contradictions apparaissent entre les différentes études épidémiologiques ce qui semble signifier que les mécanismes biologiques sont

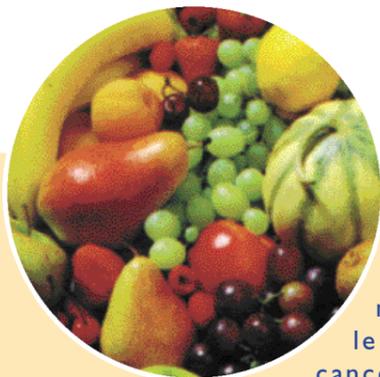
encore mal compris. Néanmoins, bien souvent les études ne font pas la distinction entre les différents types de boissons alcoolisées et certains chercheurs estiment que la présence des composés phénoliques antioxydants dans le vin peuvent apporter une protection à de faibles niveaux de consommation.

### Le dénominateur commun

En effet, l'action antioxydante constitue l'un des mécanismes par lesquels le vin pourrait avoir une incidence positive sur la prévention des cancers. Le phénomène d'oxydation est impliqué dans plusieurs maladies, en apparence très distinctes. L'oxydation des lipides ou des lipoprotéines de basse densité - communément appelées "mauvais cholestérol" - est associée à la genèse de l'athérosclérose. L'oxydation peut également détériorer les protéines, telles celles des yeux, provoquant des cataractes. Elle peut aussi abîmer les enzymes, essentielles à l'assimilation des aliments par l'organisme. Et elle peut endommager l'ADN, augmentant les risques de mutation des cellules et donc de cancer. Le vieillissement et le diabète sont également des conditions liées au phénomène d'oxydation.

Suite page 4

"Les données sont claires : les consommateurs modérés ont tendance à vivre plus longtemps que les abstinentes".  
 Dr Curtis Ellison



Figurant parmi les premières causes de mortalité dans le monde, le cancer constitue naturellement l'une des priorités de la recherche. Dans le cadre de la médecine préventive, l'objectif premier est de mettre en évidence des agents susceptibles de réduire le risque de carcinogenèse, l'une des

façons les plus directes de réduire la mortalité. En effet, au moment où la masse tumorale atteint une importance suffisante pour pouvoir être détectée, des métastases ont déjà quitté le foyer initial pour pénétrer d'autres tissus. Des substances qui inhiberaient les principales étapes de la carcinogenèse - le début de la tumeur, sa promotion et sa progression - s'avèrent donc d'une importance capitale dans la prévention de cette maladie. "Nous pouvons toujours empêcher la prolifération des cellules cancéreuses

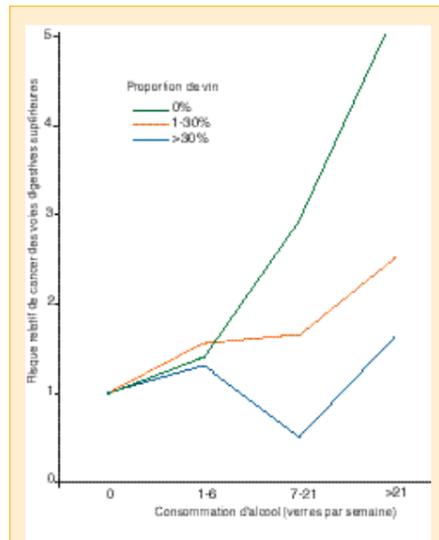
en injectant des doses massives de différents produits chimiques", a expliqué le Professeur Elias Castanas, de l'Université d'Héraklion en Crète, à l'occasion d'une conférence organisée au mois de février 2001 à New-York par l'Institut européen Vin et Santé des régions viticoles européennes. "La question que se posent les chercheurs aujourd'hui est de savoir si nous pouvons empêcher cette prolifération à l'aide de substances naturelles, que nous trouvons dans notre alimentation ou en consommant un verre de vin..."



Suite de la page 3

### La démonstration par les fruits et légumes

Pour lutter contre ces agressions, l'organisme se défend par l'intermédiaire des antioxydants, un équilibre existant entre ces derniers et les formes toxiques de l'oxygène : les radicaux libres. Cependant, certains facteurs comme le tabagisme, la pollution ou même les rayons du soleil peuvent créer un déséquilibre, nécessitant un apport extérieur supplémentaire d'antioxydants. Certains de ces composés - tels les vitamines C et E - sont connus de longue date et leurs mécanismes d'action dans l'organisme sont bien documentés. La connaissance du pouvoir antioxydant des polyphénols est plus récente mais tout aussi importante. Même si le nombre d'études épidémiologiques consacrées



“Les radicaux libres sont la principale cause du vieillissement et de la dégénérescence de tous les organismes aérobies”.

Pr Joseph Vercauteren

Une consommation modérée de vin n'augmente pas les risques de cancer des voies digestives supérieures. (British Medical Journal - 1998)



### Le resvératrol inhibe trois étapes majeures de la carcinogénèse

Sur le plan biologique, le nombre d'études consacrées aux effets *in vitro* des différents composés phénoliques sur des cellules cancéreuses s'est accru au cours des trois ou quatre dernières années. Une étude réalisée à Chicago et publiée en 1997 dans la prestigieuse revue scientifique "Science" a fait date. Elle a démontré que le resvératrol - présent dans les raisins et dans le vin - inhibe les trois étapes majeures de la carcinogénèse :

souvent que contre la promotion de la tumeur, le resvératrol présentait l'avantage d'agir contre sa genèse et sa progression. Parmi les centaines de plantes que les chercheurs américains ont testé pour leur activité chimiopréventive anticancer, le resvératrol leur est apparu comme étant "le plus prometteur".

(1) Cette étude a été publiée dans "Epidemiology" en 1998 et la traduction en français est disponible auprès du Corevi - tél : 04 90 55 26 22 Fax : 04 90 55 07 89.

(2) Cette étude a été publiée en 1998 dans le "British Medical Journal" et la traduction en français est disponible auprès du Corevi.

“Une consommation modérée d'alcool, essentiellement sous forme de vin, semble protéger contre la mortalité, non seulement des maladies coronariennes et cardiovasculaires en général, mais aussi d'autres causes”.

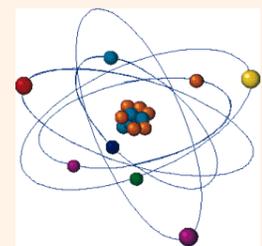
Dr Serge Renaud

spécifiquement au lien entre le vin et le cancer reste encore relativement faible, les recherches menées depuis plusieurs années sur les fruits et légumes ou le thé - également sources de polyphénols - laissent entrevoir le rôle potentiel du vin dans la prévention du cancer. En effet, il a été démontré à maintes reprises que des populations consommant d'importantes quantités de fruits et légumes par exemple, connaissent des risques de cancer nettement inférieurs à ceux d'autres populations.

le début de la tumeur, grâce à ses propriétés antioxydante et antimutagène, ainsi que la promotion et la progression de la tumeur. A la différence de certains médicaments, qui n'agissent

### Que sont les radicaux libres ?

Les radicaux libres sont les formes toxiques de l'oxygène, qui est à la fois essentiel à la vie mais peut être aussi nocif. Très réactifs, les radicaux libres sont générés par des processus biolo-



giques courants impliquant l'oxygène : la respiration, la lutte par les globules blancs contre des invasions de microbes... Provenant aussi de sources externes à l'organisme telles le tabagisme, la pollution de l'air ou les rayons du soleil, ils créent ainsi un déséquilibre entre les agressions auxquelles l'organisme est soumis et sa capacité à se défendre avec des antioxydants. Ce combat permanent entre radicaux libres et antioxydants abîme des cellules et conduit à leur vieillissement, ce qui peut provoquer toute une série de maladies graves surtout lorsque l'on avance en âge et que ce stress oxydatif s'accroît. Pour de nombreux chercheurs, ils peuvent provoquer des maladies telles les cancers, les maladies cardiovasculaires, le diabète, et la maladie d'Alzheimer, pour ne citer qu'elles... “Les radicaux libres sont plus rapides qu'une bombe atomique et impliquent des mécanismes très complexes” explique le professeur Vercauteren de l'Université de Bordeaux.

### Faut-il rechercher un vin riche en resvératrol ?

Il existe des centaines de composés dans le vin, dont on ne connaît pour l'heure que quelques-uns. De nombreuses études ont montré les propriétés fort intéressantes du resvératrol mais il se peut même que les bienfaits du vin proviennent de composés qui n'ont pas encore été identifiés.



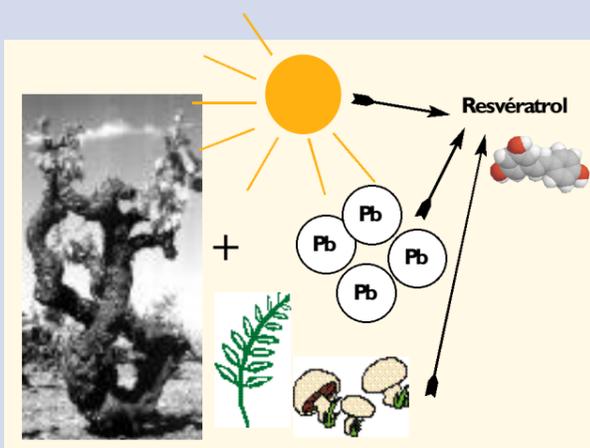
De la même façon que les chercheurs s'accordent sur les bienfaits d'un régime alimentaire varié, consommer des vins d'origines et de cépages divers permet d'apporter à l'organisme des composés phénoliques différents. Les recherches montrent que deux antioxydants très connus - les vitamines C et E - agissent sur des tissus différents car si la vitamine C est soluble dans l'eau, la vitamine E l'est dans les lipides. Certains chercheurs estiment que les polyphénols pourraient, eux aussi, agir de manière différente selon les tissus, ou qu'ils pourraient agir en synergie ; cela pourrait signifier que la protection apportée par une somme de composés est supérieure à celle des composés individuels. Enfin, l'on sait aussi que certains antioxydants peuvent en préserver d'autres, diminuant ainsi la quantité dont l'organisme a besoin pour lutter contre les radicaux libres.

Il est à noter également que les antioxydants peuvent devenir pro-oxydants lorsqu'ils se trouvent en quantité trop élevée, d'où la nécessité de disposer de sources des plus variées.

### Qu'est-ce que le resvératrol ?

Le resvératrol, qui a fait l'objet de nombreuses études biologiques, est produit par la vigne lorsqu'elle subit un stress environnemental. On a souvent fait état de l'existence de resvératrol en cas de maladie cryptogamique, mais d'autres formes de stress, telles la sécheresse, l'ozone, les rayons UV ou la présence de métaux, sont également liées à sa production. La façon dont la vigne est taillée, certaines

techniques comme l'effeuillage ou même des pratiques œnologiques peuvent aussi influencer sur la quantité de resvératrol contenue dans le vin. Le resvératrol constitue, en effet, la réponse de la vigne à une agression extérieure.



# Les multiples propriétés des polyphénols du vin



Interview exclusive du Pr Joseph Vercauteren\*



**Après les maladies cardiovasculaires, les recherches s'orientent de plus en plus vers les cancers. Où en sont les connaissances aujourd'hui ?**

On comprenait bien comment, dans le cadre des maladies cardiovasculaires, les propriétés antioxydantes des polyphénols du vin pouvaient avoir les répercussions que l'on observe en épidémiologie, c'est-à-dire une diminution de plus de 50 % de l'incidence. On avait alors moins d'explications sur les cancers, mais on ne cherchait pas à en avoir. Plus récemment encore, on pouvait joindre les maladies comme les neurodégénérescences telles la maladie d'Alzheimer. Globalement, on oriente maintenant la recherche autour des composés polyphénoliques et leurs propriétés antioxydantes et de piègeurs de radicaux libres, parce que ces différentes pathologies ont à voir avec des anomalies du métabolisme oxydatif que les polyphénols peuvent corriger, dans la mesure où les systèmes enzymatiques ne peuvent plus le faire. Chez certaines personnes, le stress par exemple, mais aussi des maladies, inflammatoires notamment, génèrent un mauvais métabolisme oxydatif que les polyphénols peuvent arranger dans bien des cas. Ils ne

peuvent pas le corriger complètement, mais ils peuvent l'améliorer considérablement. Dans des maladies comme l'Alzheimer, ou à dégénérescence lente, nul doute que dans les années à venir, on aura des éléments de réponse pour démontrer par quel mécanisme peuvent agir les polyphénols du vin. Nous parlons essentiellement des polyphénols du vin, parce qu'ils sont très nombreux, mais c'est aussi le cas des polyphénols au sens large.

**Quel est l'avantage des polyphénols du vin par rapport aux autres ?**

Lorsque l'on se focalise sur les seuls polyphénols du vin, c'est parce qu'ils sont nombreux en quantité et en variété. Plus de 200 composés phénoliques sont suspectés d'être présents dans un extrait de vin, représentant en quantité environ 3 à 4 g par bouteille, ce qui est considérable. C'est ce qui fait tout l'intérêt du vin par rapport à d'autres boissons, même connues pour être riches en polyphénols. Il apparaît de manière très claire que l'importance des polyphénols ne résulte pas de la présence d'un seul composé, en grande quantité, même si celui-ci est très gros. On voit, avec une supplémentation en vitamine E par exemple, comment une personne continuera à avoir les mêmes désordres du métabolisme oxydatif, c'est-à-dire à faire des accidents, avoir de l'athérosclérose, de la dégénérescence maculaire etc. Ce n'est donc pas parce qu'un composé phénolique - et la vitamine E en est un - montre des propriétés très intéressantes in vitro, qu'il faudra supplémenter une grande quantité de cette molécule. Il devient de plus en plus clair, que la vitamine C a les mêmes implications. C'est donc plutôt une panoplie de composés polyphénoliques, le "pool" phénolique qu'apporte l'alimentation équilibrée, qui fait qu'on est le mieux protégé. Le vin apporte

"Autour de la cinquantaine et au-delà, une consommation d'un à quatre verres par jour réduit le risque de mort prématurée".

Dr Richard Doll

une grande quantité de ces composés, avec une répartition la plus large sur les 6 ou 7 000 molécules recensées actuellement. L'importance de cette répartition a été démontrée par les bienfaits associés à des diètes comme celle de la Crète ou de la Méditerranée, qui constituent des modèles très équilibrés. C'est dans ces pays-là que les gens vivent le plus longtemps et ont le moins de malaen polyphénols de la plus grande diversité possible.



**Sur les cancers, qu'est-il possible d'affirmer aujourd'hui ?**

A la suite des découvertes épidémiologiques comme celles du Dr Serge Renaud ou du Dr Gronbaek au Danemark, qui ont démontré que lien entre consommation de vin et réduction du risque de cancer il y avait, des expériences in vitro ont été menées. Actuellement, nous testons différentes lignées cancéreuses et il y a des résultats qui sont très prometteurs, sur des cancers pour lesquels nous n'avions même pas de thérapeutique envisageable. Nous avons des exemples importants qui nous donnent des espoirs. Pour la recherche, nous devons étudier les molécules individuellement, mais il ne faut toujours pas perdre de vue le fait que ce n'est pas une molécule ou deux qui sont importantes dans le cadre de l'hygiène alimentaire, mais la totalité des composés. Dans le cas du cancer, il faut également souligner l'importance cruciale de la modération car tout excès conduit à des ravages. Au vu des résultats obtenus, on peut se demander pourquoi la vigne ne deviendrait pas une plante médicinale. Finalement, elle l'a toujours été, mais très probablement au cours des cinq ou dix prochaines années, on verra apparaître des qualités pharmaceutiques vis-à-vis de pathologies majeures.

**Quel est votre avis sur les bienfaits des vins blancs par rapport à ceux des vins rouges ?**

Dans la mesure où la science n'a pas encore apporté toutes les explications des

mécanismes, on doit se fier à ce que l'on observe dans la vie courante. L'épidémiologie a déjà du mal à séparer le vin, de la bière et des spiritueux. C'est dire à quel point il est difficile de séparer les gens qui boivent du vin rouge de ceux qui boivent du vin blanc. Il n'empêche que le fait que les vins blancs soient dix fois moins riches en polyphénols ne constitue pas un argument pour dire qu'ils sont moins bénéfiques pour la santé. Il suffit qu'il y ait des polyphénols cent fois plus actifs que ceux qui sont dans le vin rouge - des composés que l'on ne connaîtrait pas déjà - pour que le handicap soit largement rattrapé. Ceci est vrai à la fois pour les vins tranquilles et les effervescents. Des recherches sont en cours dans ce domaine, mais force est de constater que s'il est déjà difficile d'isoler et identifier des composés phénoliques dans le vin rouge, il l'est dix fois plus dans le vin blanc.

\* Université Victor Segalen - Bordeaux

**Le texte intégral de cette interview est disponible sur notre site internet : <http://www.vinetsante.com>**

**Faut-il consommer du vin tous les jours ?**

Les effets bénéfiques d'une consommation modérée de vin sont observés lorsque cette consommation est régulière. Des études ont montré qu'après



la consommation de vin la capacité antioxydante du sang atteint un pic au bout de quelques heures, pour ensuite diminuer progressivement au fil des heures et enfin disparaître. Cela indique qu'il faut apporter de façon régulière à l'organisme des substances antioxydantes lui permettant de lutter contre les agressions des formes toxiques de l'oxygène : les radicaux libres.

Par ailleurs, dans la mesure où le vin s'intègre dans le cadre d'un régime alimentaire, la consommation devient naturellement quotidienne.



# Une accélération des recherches

**A**près avoir établi un certain nombre de certitudes dans le domaine des maladies cardiovasculaires, les recherches s'orientent de plus en plus vers les cancers et la mise en évidence de mécanismes d'action plausibles pour expliquer les constats établis par les études épidémiologiques menées au cours des dernières années.

Cette accélération des recherches sur le lien entre le vin et le cancer est récente : elle a débuté, peu ou prou, avec l'étude américaine de l'Université de Californie publiée en 1996.

A l'intérieur même des études biologiques, on constate également une concentration des recherches autour d'un seul composé phénolique : le resvératrol. La pléthore d'études sur ce composé - dont on soupçonne de forts pouvoirs, notamment anti-cancers - est liée à des découvertes particulièrement prometteuses, surtout celles du Dr John Pezzuto de Chicago, publiées par la prestigieuse revue *Science*. Il n'empêche que selon certains spécialistes des composés phénoliques l'effet bénéfique du vin proviendrait de son "pool phénolique", les différents composés agissant en synergie.

## 1996

- Chez des souris transgéniques, développant spontanément des tumeurs cancéreuses, des chercheurs américains de l'Université de Californie à Davis ont montré que l'âge moyen de développement des tumeurs passe de 65 à 90 jours chez des souris nourries d'un régime à base d'acides aminés additionné d'extraits de vin rouge. Ce retard conduit donc à une augmentation d'environ 40 % de la période sans tumeurs. Les auteurs concluent que les recommandations alimentaires tendant à augmenter la consommation de légumes et de boissons riches en polyphénols constituent un moyen peu coûteux et facilement réalisable d'améliorer la prévention des cancers.

*American Journal of Clinical Nutrition*

## 1997

- Une équipe de chercheurs de Chicago, qui a examiné des centaines de plantes pendant plusieurs années en quête d'agents anti-cancer, découvre que le resvératrol - composé que l'on trouve dans les raisins et dans le vin - inhibe trois étapes majeures de la carcinogenèse : l'inhibition, la promotion et la progression de la tumeur. "De toutes les plantes et de tous les composés que nous avons testés, le resvératrol est le plus prometteur", ont-ils déclaré.

*Science*

## 1998

- Selon les résultats de la première étude prospective menée en France sur les effets bénéfiques d'une consommation modérée de vin, le Dr Serge Renaud et ses collègues mettent en évidence une réduction de 22 % de la mortalité par cancer chez les consommateurs

modérés de vin, par rapport aux abstinents. Le bénéfice constaté auprès de cette population de 34 000 hommes âgés de 40 à 60 ans dans l'Est de la France atteint son maximum pour une consommation de 2 verres par jour mais une diminution du risque relatif intervient également pour des consommations plus élevées mais toujours modérées. Conjugée à la réduction du risque de maladies coronarienne et cardiovasculaires, cette diminution conduit à un abaissement de 30 % du risque de mortalité toutes causes confondues.

*Epidemiology*

- Dans une étude japonaise, des anthocyanes provenant de vin rouge et des extraits contenant d'autres flavonoïdes et leurs dérivés ont empêché la prolifération de cellules cancéreuses du colon humain. L'effet des anthocyanes était plus important que celui des autres substances.

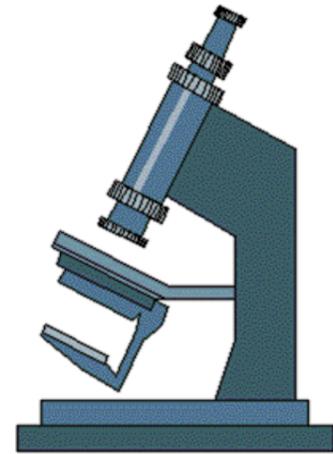
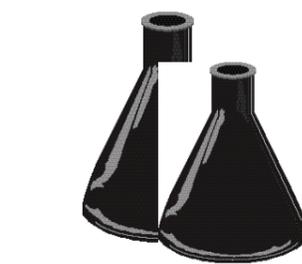
*Cancer Biotherapy Radiopharmacology*

- Dans le cadre de la fameuse "Etude Danoise", menée à Copenhague sous la direction du Dr Morten Gronbaek, les chercheurs ont montré que pour une consommation de 7 à 21 verres par semaine, ceux qui boivent du vin présentent un risque relatif du cancer du tube digestif supérieur moitié moindre par rapport aux abstinents. Pour la bière et les spiritueux, ce risque est multiplié par trois pour la même consommation.

*British Medical Journal*

## 1999

- Toujours à Copenhague, des chercheurs danois dirigés par le Dr Morten Gronbaek ont étudié auprès d'une population de 28 000 personnes les risques de développer un cancer du



poumon selon le type de boisson alcoolisée consommée. Ceux qui consommaient entre 1 et 13 verres de vin par semaine voyaient leur risque relatif diminuer de 22 % tandis que ceux qui consommaient plus de 13 verres de vin connaissaient une réduction de 56 %. Les auteurs ont conclu que chez les hommes, "une forte consommation de bière ou de spiritueux est associée à une augmentation du risque de cancer du poumon, tandis que la consommation de vin pourrait protéger contre le développement du cancer du poumon".

*American Journal of Epidemiology*

## 2000

- Dans deux études biologiques menées à l'Université de Crète à Héraklion, des chercheurs grecs ont pu démontrer l'action inhibitrice de composés phénoliques du vin sur la prolifération de cellules cancéreuses, provenant de la prostate et du sein. Dans les deux études il s'agissait de faibles concentrations de polyphénols antioxydants et d'éventuels mécanismes d'action ont pu être proposés.

*Nutrition Cancer/Journal of Cellular Biochemistry*

- A l'Université de la Caroline du Nord, une étude a mis en exergue les propriétés chimiopréventives du trans-resvératrol dans l'inhibition de l'activation de l'IkappaB kinase. Produite par le système immunitaire lorsqu'il est soumis à une agression, cette protéine, une fois activée, protège les cellules y compris cancéreuses, des traitements chimiques, tels la chimiothérapie. Le trans-resvératrol inhibe l'activation du gène NF-KappaB, impliqué dans les maladies inflammatoires et la formation des tumeurs. Pour les chercheurs américains, cette action inhibitrice pourrait expliquer certains aspects du Paradoxe français dans lequel la consommation modérée de vin est associée à une réduction des risques de mortalité par maladie coronarienne et certains cancers.

*Cancer Research*

- Des chercheurs français, à l'Université de Bourgogne, ont mené une étude in vitro afin de mettre en évidence d'éventuels mécanismes d'action pour les effets chimiopréventifs observés avec le resvératrol. Ils ont analysé ses effets sur les tumeurs du foie, qui jusqu'alors n'avaient pas fait l'objet d'analyse. Les résultats démontrent la puissante capacité du resvératrol à inhiber la prolifération des cellules cancéreuses. De plus, la présence de l'éthanol a accentué cette action inhibitrice indiquant ainsi que le vin apporte la conjugaison de composés nécessaires à l'expression optimale de ces effets.

*Oncology Reports*

- Un autre groupe de chercheurs français, cette fois à l'Inserm de Strasbourg, a étudié les effets du resvératrol sur des cellules cancéreuses du colon. Un taux d'inhibition de 70 % du développement des cellules cancéreuses a été constaté.

Le resvératrol a entraîné notamment une diminution significative de l'activité de l'enzyme l'ornithine décarboxylase, activité qui augmente lors du développement du cancer.

*Cancer Letters*

- Toujours en 2000 mais de l'autre côté de l'Atlantique, une étude menée dans l'Etat de New-York a examiné l'action du resvératrol sur des cellules leucémiques humaines. Les chercheurs ont observé un effet inhibiteur du resvératrol sur la prolifération des cellules leucémiques. Ils concluent que le resvératrol "pourrait constituer un agent chimiothérapeutique potentiel pour la maîtrise de la leucémie monocytique aiguë".

*British Journal of Haematology*

- Les observations des chercheurs américains sur la leucémie sont corroborées par une étude sud-coréenne qui conclut que le resvératrol provoque l'apoptose des cellules leucémiques. Les auteurs de l'étude soulignent le potentiel chimiopréventif et chimiothérapeutique du resvératrol.

*Cancer Letters*

- A Copenhague, toujours dans le cadre de l'Etude danoise qui se poursuit, le Dr Morten Gronbaek et ses collègues ont étudié une population de 24 000 hommes et femmes âgés de 20 à 98 ans. Ceux qui consommaient entre 8 et 21 verres de vin par semaine connaissaient une réduction de 22 % de leur risque de mortalité par cancer, un bénéfice identique à celui constaté deux années plus tôt par le Dr Serge Renaud dans l'Est de la France. Pour la même consommation, le risque relatif était augmenté de 32 % chez les buveurs de bière et de 13 % chez les buveurs de spiritueux.

*Annals of Internal Medicine*



# “Le grand public commence à intégrer la notion de Paradoxe français. C’est encourageant pour les vigneron...”



Interview de Jacques Lechenard, président de la Fédération des Caves coopératives de la Drôme

D’après l’enquête Onivins/Inra réalisée en 2000, près d’un Français sur deux pense qu’une consommation modérée de vin peut prévenir certaines maladies. Qu’en pensez-vous ?

En effet, 44 % des interviewés partagent cette opinion et parmi eux, 75 % citent les maladies cardiovasculaires comme pouvant être prévenues par une consommation modérée de vin. De plus, 64 % des interviewés considèrent que le vin est bon pour la santé. Ceci indique que le grand public commence à intégrer la notion de Paradoxe français. C’est encourageant pour les vignerons.

**Vin et Santé représente-t-il un vecteur de communication potentiel pour la filière, ou un phénomène de laboratoire ?**

Le thème Vin et Santé repose, bien entendu, sur des études épidémiologiques nombreuses et sérieuses. Toutefois, c’est un axe de communication à ne pas négliger pour la filière. Un certain nombre d’éléments scientifiques d’importance ont pu être dégagés ; d’autres travaux sont en cours. Il ne faut pas hésiter à en parler.

**Quel devrait être selon vous le degré d’implication des professionnels ?**

Il me semble que ces derniers devraient adopter une attitude pédagogique et d’information auprès du public. Si l’on se

réfère à l’enquête déjà citée, on constate que pour les Français, la consommation modérée de vin est équivalente à 3 verres de 12 cl par jour. Ce n’est pas très éloigné de ce qui est recommandé par le monde médical, ce qui montre bien que les professionnels arrivent à faire passer le message.

**Quel pourrait être le moyen de communication le plus adapté ? La démarche devrait-elle être collective et nationale ou plutôt individuelle et régionale ?**

Tout support d’information est intéressant ; le choix dépend des buts que l’on recherche. Je pense qu’il est judicieux de se mobiliser à chaque niveau dans la filière. Bien entendu, une action collective et nationale, en lien avec les chercheurs

spécialisés et les pouvoirs publics est toujours utile.

**Espérez-vous des retombées positives cette année de la Fête de la Vigne et du Vin, axée plus particulièrement sur vin et santé ?**

C’est une bonne chose que ce thème ait été choisi. L’aspect festif de cette manifestation permettra, je l’espère, de mieux faire passer le message, surtout si l’on tient compte du fait que, toujours selon l’enquête Onivins/Inra, 86 % des Français ne pensent pas que “boire du vin, c’est ringard”. En ce qui concerne le département de la Drôme, une plaquette d’information Vin et Santé sera diffusée auprès du public. De plus, la cave coopérative de Nyons organise à cette occasion une table ronde sur ce thème avec des chercheurs de plusieurs universités, mais aussi l’Univers du Goût, Vin et Société, l’ANEV... Nous espérons qu’un large public sera présent.

## Est-ce bien le rôle des professionnels du vin de communiquer sur le thème “vin et santé” ?

Comment réagissent les responsables de caves coopératives face au thème vin et santé, que ce soit le temps de la Fête de la Vigne et du Vin, ou dans leurs contacts quotidiens avec leurs clients ? C’est ce que nous avons cherché à savoir dans un sondage téléphonique auprès d’un échantillon de caves.

Si les questions posées spontanément par les consommateurs sur les liens entre le vin et la santé s’avèrent plutôt rares dans les caveaux, l’ensemble des professionnels interrogés estiment qu’il faut apporter davantage d’information. On constate en effet une sous-information, voire même une désinformation des consommateurs dans ce domaine, qui créent en elles-mêmes une barrière à une meilleure connaissance de la part du grand public.

- “Evidemment que c’est aux professionnels de communiquer sur ce thème. Je pense qu’il faut évoquer le concept de la nutrition méditerranéenne et dissocier le vin de toute assimilation avec les drogues, à travers des documents tels des affiches ou des plaquettes”.

(Jean-Claude Lopez, directeur, Cave Coopérative du Mont Ste Victoire, 13).

- “C’est sans aucun doute le rôle des professionnels de parler de ce thème car on parle trop des méfaits du vin et pas assez des bienfaits”.

(Chantal Prunet, responsable administratif, Cave Coopérative de St Christol, 34).

- “Je pense qu’il incombe en partie aux professionnels de communiquer sur ce thème puisqu’ils sont en contact direct avec les consommateurs. Quant au message à transmettre, tout ce qui permet de ne pas se voiler la face doit être dit. Le grand public connaît les risques liés à la consommation d’alcool. Notre objectif doit être donc de contrer les campagnes nationales dirigées contre le vin. Tout en évitant les excès, il faut que nous insistions sur la culture du vin, sur les vins de qualité et les bénéfices pour la santé du vin consommé modérément. Nous sommes les mieux placés pour le savoir et le dire. Nous devons essayer d’éduquer le grand public”.

(Thomas Vaillant, responsable commercial, Cave Coopérative d’Alba, 07).



- “Oui, c’est bien le rôle des professionnels. Certains messages ont déjà été largement diffusés, comme celui de la nutrition méditerranéenne en Provence. Les messages existent, il faut maintenant les diffuser”.

(Jean-Michel Boulle, directeur, Cave Coopérative de Roquefort la Bedoule, 13).

- “Nous sommes actuellement dans une période difficile sur le plan de la sécurité alimentaire, avec la maladie de la vache folle, la fièvre aphteuse, la listériose etc. Les gens sont dans le doute et ils cherchent à se rattacher à des produits naturels. C’est le cas du vin et il faut donc travailler sur cet aspect-là, tout en conservant le message de la modération. Si les professionnels du vin ne communiquent pas sur vin

et santé, qui va donc le faire ? Sûrement pas les pouvoirs publics. Il ne faut compter que sur nous-mêmes”.

(Didier Crouzilhac, Cave Coopérative de Tareach, 66).

- “Le thème vin et santé est incontournable et il est vrai que sur le plan commercial, un professeur de médecine qui parle du vin en bien représente un plus pour nous. C’est sans aucun doute un message que nous devons transmettre, même s’il faut écarter l’image des professionnels en blouse blanche. Je pense toutefois que c’est aux professionnels d’en parler, dans un contexte d’authenticité du produit, de terroir, de traçabilité. Nous devons être très proches des consommateurs, leur présenter aussi l’amont de la filière pour les rassurer, les renseigner”.

(Jean-François Serano, directeur, Cave Coopérative des Vignerons de Cabestani, 66).

- “Le vin est bon pour la santé. Cela a été prouvé sur le plan médical. C’est sans aucun doute le rôle des professionnels de transmettre ce message. La difficulté et le danger résident dans le fait que nous sommes à la fois arbitres et joueurs, donc c’est bien aussi que les médecins en parlent”.

(Bernard Perez, maître de chai, Cave Coopérative de Dions, 30).

- “Il est nécessaire que les professionnels parlent du vin et de ses rapports avec la santé car la campagne anti-alcoolique a fait de la mauvaise publicité pour le vin, en l’assimilant à une drogue”.

(Alain Privat, président, Cave Coopérative de Tornac, 30).



Pour les caves qui souhaitent organiser un jeu-concours dans le cadre de la Fête de la Vigne et du Vin, La Journée Vinicole propose ci-dessous une série de questions à cet effet, laissant aux caves le soin de définir les prix récompensant les gagnants (ex : gagner son poids en vin).

Nous demandons aux caves participantes de bien vouloir recueillir, lors du dépôt des bulletins du jeu-concours dans les urnes mises à disposition au caveau, les bulletins de sondage ci-dessous, dûment remplis par chaque personne participant au concours, et de les retourner à La Journée Vinicole, à l'adresse suivante : La Journée Vinicole - 121, rue du Caducée - BP 71064 - 34007 Montpellier cedex 1.

<p>Quelle était la consommation de vin par adulte de plus de 14 ans en France au début des années 60 ?</p> <input type="checkbox"/> 100 litres <input type="checkbox"/> 135 litres <input type="checkbox"/> 195 litres	<p>En quelle année la Fête de la Vigne et du Vin a-t-elle été créée ?</p> <input type="checkbox"/> 1950 <input type="checkbox"/> 1985 <input type="checkbox"/> 1995	<p>Le Mexique est le pays viticole le plus ancien du continent américain.</p> <input type="checkbox"/> Vrai <input type="checkbox"/> Faux
<p>Quelle est la consommation de vin par adulte de plus de 14 ans en France aujourd'hui ?</p> <input type="checkbox"/> 55 litres <input type="checkbox"/> 135 litres <input type="checkbox"/> 30 litres	<p>"Le vin est la plus saine et la plus hygiénique des boissons".          Quel est l'auteur de cette phrase ?</p> <input type="checkbox"/> Louis Pasteur <input type="checkbox"/> Arnaud de Villeneuve <input type="checkbox"/> Jean-Pierre Coffe	<p>Quelle boisson Jeanne Calment buvait-elle quotidiennement ?</p> <input type="checkbox"/> Whisky <input type="checkbox"/> Champagne <input type="checkbox"/> Porto
<p>Dans quel pays se situe le plus grand vignoble du monde ?</p> <input type="checkbox"/> France <input type="checkbox"/> Italie <input type="checkbox"/> Espagne	<p>Quel est le pourcentage moyen d'eau dans le vin ?</p> <input type="checkbox"/> 75 % <input type="checkbox"/> 85 % <input type="checkbox"/> 95 %	<p>Le nom Edelzwicker désigne</p> <input type="checkbox"/> Une variété de vigne <input type="checkbox"/> Un village alsacien <input type="checkbox"/> Un assemblage de plusieurs cépages en Alsace
<p>L'acteur Gérard Dépardieu est propriétaire d'un domaine viticole en Champagne.</p> <input type="checkbox"/> Vrai <input type="checkbox"/> Faux	<p>Lequel de ces pays est le principal producteur de vin en Amérique du Sud ?</p> <input type="checkbox"/> Brésil <input type="checkbox"/> Chili <input type="checkbox"/> Argentine <input type="checkbox"/> Uruguay	<p>Le Fleurie est un vin du Beaujolais</p> <input type="checkbox"/> Vrai <input type="checkbox"/> Faux
<p>Depuis quand La Journée Vinicole existe-t-elle ?</p> <input type="checkbox"/> 1927 <input type="checkbox"/> 1951 <input type="checkbox"/> 1972	<p>Quel pays étranger achète le plus de vin français en volume ?</p> <input type="checkbox"/> Royaume-Uni <input type="checkbox"/> Allemagne <input type="checkbox"/> Belgique <input type="checkbox"/> Etats-Unis	<p>Quel était le message des campagnes d'affichage sur le vin réalisées à la fin des années trente par le ministère français de l'Agriculture ?</p> <input type="checkbox"/> Santé, Gaïeté, Espérance <input type="checkbox"/> L'abus de l'alcool est dangereux pour la santé <input type="checkbox"/> Le vin, produit de nos terroirs

Pour obtenir les réponses aux questions ci-dessus, contacter La Journée Vinicole - Tél 04 99 23 17 84

### SONDAGE



<p>Avez-vous déjà entendu parler des effets bénéfiques sur la santé d'une consommation modérée de vin ?</p> <input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	<p>Toutes les recherches sur vin et santé sont-elles financées par le secteur viti-vinicole ?</p> <input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non <input type="checkbox"/> Ne sais pas	<p>Ce taux est-il le même dans tous les pays d'Europe ?</p> <input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non <input type="checkbox"/> Ne sais pas
<p>Si oui, comment l'avez-vous appris ?</p> <input type="checkbox"/> Dans la presse <input type="checkbox"/> Dans votre entourage <input type="checkbox"/> Dans le milieu médical <input type="checkbox"/> Dans le milieu viticole <input type="checkbox"/> Autres...	<p>La consommation de vin peut-elle avoir des effets négatifs sur la santé ?</p> <input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	<p>Estimez-vous être suffisamment bien informé...          sur les effets positifs du vin sur la santé</p> <input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non
<p>Si oui, les effets bénéfiques concernent-ils...  <input type="checkbox"/> Les maladies cardiovasculaires  <input type="checkbox"/> D'autres maladies précises  <input type="checkbox"/> L'ensemble des causes de mortalité</p>	<p>S'il existe des effets négatifs, concernent-ils...  <input type="checkbox"/> Les maladies cardiovasculaires  <input type="checkbox"/> D'autres maladies précises :          cancers ?          cirrhose ?          autres ?  <input type="checkbox"/> L'ensemble des causes de mortalité</p>	<p>sur les effets négatifs</p> <input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non
<p>Que considère-t-on comme consommation modérée de vin ?</p> <p>Pour les hommes :</p> <input type="checkbox"/> 1 verre par semaine <input type="checkbox"/> 1 à 2 verres par jour <input type="checkbox"/> 3 à 4 verres par jour <input type="checkbox"/> 1 bouteille par jour	<p>Pour quelle quantité de consommation ?</p> <input type="checkbox"/> 1 verre par semaine <input type="checkbox"/> 1 à 2 verres par jour <input type="checkbox"/> 3 à 4 verres par jour <input type="checkbox"/> 6 verres par jour <input type="checkbox"/> 8 verres par jour <input type="checkbox"/> autres...	<p>Si vous vous estimez sous-informé, par quel biais souhaiteriez-vous être davantage informé ?</p> <input type="checkbox"/> La presse <input type="checkbox"/> Des documents informatifs <input type="checkbox"/> Des supports audiovisuels <input type="checkbox"/> Internet <input type="checkbox"/> Votre entourage <input type="checkbox"/> La profession médicale <input type="checkbox"/> Le milieu viticole <input type="checkbox"/> Autres
<p>Pour les femmes :</p> <input type="checkbox"/> 1 verre par semaine <input type="checkbox"/> 1 à 2 verres par jour <input type="checkbox"/> 3 à 4 verres par jour <input type="checkbox"/> 1 bouteille par jour	<p>Quel est le taux maximum d'alcoolémie autorisé au volant en France ?</p> <input type="checkbox"/> 0,2 g/litre de sang <input type="checkbox"/> 0,5 g/litre de sang <input type="checkbox"/> 0,8 g/litre de sang	<p>Pour vous, le vin est avant tout :</p> <input type="checkbox"/> Une boisson enivrante <input type="checkbox"/> Une boisson énergétique <input type="checkbox"/> Une boisson désaltérante <input type="checkbox"/> Une boisson plaisir <input type="checkbox"/> Une boisson culturelle <input type="checkbox"/> L'une des composantes d'un régime alimentaire traditionnel (méditerranéen...)
<p>Quel type de vin est le plus communément associé à des bienfaits ?</p> <input type="checkbox"/> Rouge <input type="checkbox"/> Blanc <input type="checkbox"/> Rosé		

