

ACEPIPES

>> Repetindo o feito do ano passado, Júnior Durski foi o grande vencedor da noite dos melhores do ano promovida pela revista *Gula* em Curitiba. Se em 2007 saiu do evento carregando seis troféus (de primeiro lugar), desta vez levantou sete (primeiro e segundo lugares), entre os prêmios pessoais e os conquistados por seus dois restaurantes, Durski e Madero. Foi premiado nas categorias alemão/polonês, contemporâneo, carne, carta de vinhos, cozinha rápida, hambúrguer e chef. O Bar do Víctor saiu com cinco, primeiro nas categorias peixe, maître (Jurandir de Oliveira) e sommelier (Clodoaldo Garcia) e terceiro como carta de vinhos e chef.

>> Na categoria campeão dos campeões, que premia quem conquista o título de melhor pela terceira vez consecutiva, nesse ano entraram: Kan (japonês), Estrela da Terra (paranaense), Camponesa do Minho (português), Île de France (francês), Carne de onça do Bar do Alemão (petisco de boteco) e João Bauer, do Île de France (maître).

>> Celso Freire foi eleito mais uma vez o melhor chef (até agora não consigo entender como não teve um voto sequer dos jurados da *Vejinha*), seguido de Júnior Durski, Geraldine Miraglia (Oli) e Eva dos Santos (Bar do Víctor); cabendo a Daniela Prosdócimo Caldeira o título de chef revelação, à frente de Júnior Costa (Le Bourbon) e Gustavo Alves (L'Epicerie).

>> Confira os demais premiados: Alta cozinha italiana, Boulevard; Asiático, Lagundri Bistrô; Contemporâneo, Terra Madre e Durski (empatados); Francês, Chalet Suisse; Italiano, La Pasta Gialla; Japonês, Nakaba; Churrascaria rodízio, Grimpa; Paranaense, Bar Palácio; Português, Mercearia do Português; Variada, VINO! Batel; Bar de Restaurante, Boulevard; Pizzaria, Avenida Paulista; Bar de rua, Bar do Alemão; Bar de hotel, La Casa Del Tabaco (Bourbon); Bufê de festa, Nuvem de Coco; Cozinha rápida, Café Milano; Delikatessen, Riograndense; Feijoada, 99 Brasserie; Loja de chocolate, Cuore di Cacao; Padaria, Provence Boulangerie; Petisco de boteco, Lula ao shimeji (Bar dos Passarinhos) e Restaurante de hotel, Le Bourbon.

Para a alma e o coração

O título da palestra (*O vinho como remédio para o coração e a alma*) já definia a opinião do cardiologista Jorge Ilha Guimarães sobre a matéria. Presidente eleito da Sociedade Brasileira de Cardiologia, ele esteve em Curitiba participando de simpósio sobre como tratar e prevenir doenças cardiovasculares. A medicina moderna desenvolveu um extraordinário arsenal de técnicas e equipamentos para socorrer os males do coração, mas não dispensa um dos tônicos que a humanidade utiliza desde tempos imemoriais. Além de alegrar o espírito, o velho e bom vinho atua como antioxidante, estimulando o bom colesterol, o HDL, e reduzindo o mau, o LDL. O simpósio, nas instalações do Expotrade Pinhais, foi promovido pela Diagnósticos da América (Dasa), entidade associada, em Curitiba, ao Hospital da Santa Casa e ao Laboratório Frischmann Aisengart.



Para Jorge Ilha Guimarães, o vinho melhora o bom colesterol.

Graduado em 1972, o cardiologista gaúcho Jorge Ilha Guimarães acumulou uma larga experiência profissional em cursos e congressos no Brasil e exterior, e se destaca pela atuação junto às entidades da classe. Reside em Porto Alegre, onde já exerceu também a presidência da Sociedade de Cardiologia do Rio Grande do Sul. Ele é fiel à especialidade de sua terra, os espumantes da Serra, e à religiosa dose diária de um tinto. Malbecs da Argentina, Cabernets do Chile, Bordeaux com predicados, bons Tempranillos. “Quanto mais experimento, menos conhecedor eu me julgo.” O vinho o entusiasma, mas alerta para os exageros que a indústria comete quando confere à bebida atributos irreais. Nesta entrevista, dá receitas e fala das suas preferências.

Já há evidências científicas dos benefícios proporcionados pelo consumo de vinho?

O consumo moderado melhora algumas frações do HDL, chamado de bom colesterol porque protege os vasos sanguíneos. Existe ainda um segundo benefício, pouco citado, mas tão importante quanto o aumento HDL, que é a diminuição da adesividade plaquetária, tornando o sangue mais fino e com melhor circulação, benefício semelhante ao proporcionado pelo uso da aspirina.

Quais as substâncias do vinho que recomendam seu consumo continuado?

Temos o álcool, os flavonóides, o resveratrol, além da dieta que acompanha o vinho e o estilo de vida habitualmente seguido pelos apreciadores. Na verdade, há vários fatores, mas parece que o álcool é o mais importante. Os estudos com cerveja e destilados não reproduzem os benefícios do vinho. Os flavonóides, tão citados, existem, por exemplo, em grandes concentrações também no chá preto, nas endívias, na ma-

Presidente da Sociedade Brasileira de Cardiologia fala sobre como o consumo moderado do vinho pode ajudar no tratamento e prevenção de doenças

por Luiz Carlos Zanoni/lczanoni@gmail.com

çã e na cebola, mas não atuam no organismo da mesma forma que o vinho.

Comenta-se que, para a saúde, os tintos são melhores, principalmente os de Cabernet Sauvignon. Qual a sua opinião?

Os tintos são melhores do que os brancos, embora ainda sem explicação científica para isto. Não há prova de que o Cabernet Sauvignon seja o mais indicado, mas os vinhos que oferecem resultados mais benéficos são os de Bordeaux, onde prevalecem mesclas de Cabernet Sauvignon e Cabernet Franc com Merlot e Petit Verdot.

O senhor já chegou a constatar, entre seus pacientes, casos concretos de contribuições dadas pelo vinho à qualidade de vida?

Já, estes benefícios existem e são frequentes,

principalmente quando conseguimos fazer nossos pacientes trocarem a cerveja ou os destilados pelo vinho. É importante, porém, salientar que os benefícios do vinho são menores do que os anunciados pelo excelente marketing da indústria vinícola. O vinho pode ser danoso quando a dosagem extrapola. O álcool produz malefícios como cirrose hepática, arritmias, neoplasias das vias aéreas e digestiva, síndrome fetal e cardiomiopatia alcoólicas, sem falar nos suicídios e acidentes de trânsito.

Como pode se definir “consumo moderado”?

Existem estudos que colocam o ponto de corte, onde o vinho passaria a fazer mal e não bem. O interessante é que os homens poderiam tomar até quatro doses antes do vinho fazer mal, porém as mulheres apenas duas.

Qual a sua relação pessoal com o vinho?

Eu tenho o hábito de tomar vinho todos os dias, quase sempre em pequenas doses. E quanto mais o experimento, menos me sinto conhecedor. Gosto dos espumantes da Serra Gaúcha e, se tivesse de citar apenas um, escolheria o Cave Geisse, com certeza fazendo injustiça a outros. Não sou apreciador de vinho branco, mas um Chablis francês, principalmente um Premier Cru ou um Grand Cru, faz a minha cabeça. No universo dos tintos, há muitos. Aprecio um bom Cabernet Sauvignon chileno, apesar de o teor alcoólico andar um pouco alto. Da mesma forma, os Malbecs argentinos. E, da França, os de Bordeaux; de Portugal, os alentejanos da uva Alicante Bouschet; da Itália, os Barolos e Nebbiolos D’Alba; da Espanha, os Tempranillos. Minha mulher diz que me soltar em uma loja de vinhos é o mesmo que soltar uma criança na Disneylândia.