

2022



Les antioxydants

BARONNIE DE LIÈGE  
COMMANDERIE DES COSTES DU RHÔNE

## *Liège au fil du Rhône - N°30* **SPECIAL : SANTÉ**

« Il faut expliquer aux gens qu'une consommation de vin rouge, régulière et modérée, peut être bénéfique pour la santé ». Docteur Jean-Pierre Rifler

### L'EDITO DU REDAC' CHEF

Cher(ères)s ami(e)s en Costes du Rhône,

Ce numéro 30 de « *Liège au fil du Rhône* » est spécial à plusieurs égards. Tout d'abord, pas d'édito du Consul pour raison de repos bien mérité et de vacances, au moment d'écrire ces lignes. Notre Consul prépare aussi nos futures agapes des 11 et 12 novembre. Mais, rassurez-vous, vous retrouverez la plume de notre bon Consul dès le prochain numéro. Ce numéro spécial fait la place belle aux travaux des scientifiques, nos amis Joël Pincemail et Smail Meziane. Cette

collaboration internationale, belgo-française, est un bel exemple de la complémentarité entre nos deux pays. Cette collaboration renforce aussi le sérieux de cette recherche. Ajoutons aussi la contribution du Docteur Jean-Pierre Rifler.

Le point commun de ces scientifiques est une passion pour la dive bouteille. Cette passion est aussi raisonnée par l'apport de la Science. L'objectivité qui en découle permet donc une consommation réfléchie.

Les expériences et les connaissances de chacun d'eux donnent à ce numéro un aspect, certes plus académique, mais non moins festif car la consommation de vin, et donc de la convivialité qui en découle, demeure toujours bien



## L'EDITO



## DU REDAC'CHEF

présente. Tout cela n'enlève évidemment rien à notre volonté d'informer nos membres, mais aussi, au-delà, le grand public, des bienfaits d'une consommation modérée de vin rouge. Et, si vous avez dégusté un de ces vins l'an dernier, vous profiterez doublement de cette expérience puisque vous allez connaître « les dessous du vin ». Tous les vins étudiés dans cette étude sont rhodaniens car les échantillons ont été prélevés par nos deux scientifiques l'an dernier, le 14 novembre 2021 au 1er Salon des vins rhodaniens à Liège. Nous tenons aussi à remercier les 19 domaines concernés qui ont accepté de participer à cette étude.

L'organisation prochaine du 2ème salon des vins à l'hôtel Vandervalk, le 11 novembre 2022, est l'occasion idéale pour notre Baronnie de communiquer sur les apports positifs des antioxydants dans la composition des vins rhodaniens étudiés. Et, cerise sur le gâteau, le livre du Dr Rifler donne un aspect plus général à cette étude car de nombreuses études dans le domaine confirment bien que les antioxydants dans le vin sont efficaces pour la santé, à condition bien

évidemment, de boire le vin rouge en quantité modérée et pas tous les jours.

Et comme si cela ne suffisait pas, la célèbre revue scientifique médicale « The Lancet » a publié cet été une étude actualisée de 2018 qui affirme

que la consommation modérée de boissons alcoolisées peut avoir des effets bénéfiques sur la santé ». *Une consommation modérée de vin aurait un effet protecteur vis-à-vis de certaines maladies* commente notre ami Officier, le professeur Fabrizio Bucella de l'Université Libre de Bruxelles, ajoutant, pince sans-rire (tel que nous le connaissons) :



« ils découvrent la courbe en J des risques relatifs »...

Sur base de ces bonnes nouvelles, nos agapes de ce mois de novembre s'annoncent dès lors sous les meilleurs auspices.. Et, c'est tant mieux !

A votre santé ! Bonne lecture !

Didier MAES



**L'ETUDE**



**ANTIOXYDANTS**

**La mesure de la capacité antioxydante totale des vins par le système PAOTscan.**

***Une étude scientifique réalisée lors du Grand Salon des Vins du Rhône organisé le 14 novembre 2021 dans le cadre des Festivités du 30+1ème Anniversaire de la Baronnie liégeoise des Costes du Rhône.***

Dr Sc J. Pincemail, CHU de Liège, Plateforme Nutrition Antioxydante et Santé et Dr Sc S. Meziane, Institut Européen des Antioxydants, Nancy.

### **Préambule**



**JOËL PINCEMAIL**  
DOCTEUR EN SCIENCES BIOMÉDICALES  
DE L'UNIVERSITÉ DE LIÈGE



## L'ETUDE



## PREAMBULE

Nous le savons, la Commanderie des Costes du Rhône, ce n'est pas seulement des femmes et des hommes qui aiment les vins rhodaniens, ce sont aussi des citoyennes et des citoyens qui s'interrogent sur les bienfaits des vins. Nous l'avons déjà vu dans notre numéro 20, spécial Covid , avec notre ami Dino Halilkas, le Consul de la Baronnie de Drummondville au Québec, lequel nous a montré les bienfaits d'une certaine alimentation et de la consommation, naturellement modérée, des vins rhodaniens.

Poursuivant notre étude de la connaissance des bienfaits des vins rhodaniens, nos amis chercheurs se sont attachés à mesurer la capacité antioxydante des vins, présentés le 14 novembre 2021, liée notamment aux polyphénols qui les composent.

La force de notre Baronnie est d'être composée, notamment, de femmes et d'hommes, qui sont entrepreneures, entrepreneurs, scientifiques, chercheuses et chercheurs, professeur(e)s d'Université mais aussi de femmes et hommes de communication... Unir ces forces, et permettre à chacune ou chacun d'exprimer ses compétences scientifiques en la matière, est une vraie chance. Tel est, notamment, le cas de notre ami et Chevalier (depuis 2019), Joël Pincemail, Docteur en sciences biomédicales de l'Université de Liège.

### **Les chercheurs**

Joël Pincemail et son confrère Smail Meziane (voir photo ci-contre) de l'Institut Européen des Antioxydants à Nancy ont souhaité mesurer la capacité antioxydante totale des vins présentés lors de notre Salon des Vins du 14 novembre 2021. Pour celles et ceux qui étaient présents, ils se souviendront avoir vu Joël et son confrère aller de stand en stand afin de récolter une part du divin breuvage aux fins d'analyse. Remercions tout d'abord les vigneronnes et les vigneron présents d'avoir accepté de soumettre leurs vins à l'expérience.





Cette étude est particulièrement intéressante car elle permet, notamment, de constater que les vins rhodaniens, notamment, puisque ce sont sur eux que l'étude portait, ont des qualités qui agissent sur notre santé.

Celles et ceux qui connaissent Joël savent qu'il est un homme éminemment sympathique et doté d'un grand sens de l'humour. Son esprit alerte et vif fait des discussions avec lui des moments privilégiés qui sont aussi placés sous le signe d'une évidente complicité.

A l'instar de sa compagne, Virginie, tournée vers les autres au travers de l'équitation, Joël assume aussi son rôle de scientifique vulgarisateur afin de rendre son semblable plus averti pour que ce dernier puisse opérer ses choix de vie en toute connaissance de cause.

Chimiste de formation, Joël est Docteur en Sciences Biomédicales de l'Université de Liège. Depuis plus de 35 ans, ses recherches se sont focalisées sur le rôle du stress oxydant et des antioxydants, et plus particulièrement des polyphénols, en clinique humaine avec à la clé la publication de plus de deux cents articles dans des revues scientifiques nationales et internationales. Parmi ses nombreux travaux, citons l'étude ELAN (Etude Liégeoise sur les Antioxydants) qui a permis de faire la cartographie unique du statut de stress oxydant de près de 900 personnes vivant en région liégeoise.

### **Quelques notions**

Avant de débiter la lecture de cette étude, il est pertinent de rappeler quelques notions pour en faciliter la lisibilité.

**Le stress oxydant** se caractérise par un déséquilibre entre la production de radicaux libres (ou espèces oxydantes) et les systèmes de défense antioxydants, en faveur des radicaux. Les causes de ce déséquilibre sont dues aux différents facteurs suivants :

#### Les facteurs extérieurs :

La pollution, L'exposition aux nanoparticules, une alimentation pauvre en fruits et légumes, le tabagisme, la consommation excessive d'alcool, Le stress physiologique, la sédentarité ou le manque d'exercice physique, ...





## Les facteurs internes :

La surcharge en fer, L'altération des mitochondries, L'hyperglycémie, ...

## **Les antioxydants :**

### **Notion :**

On regroupe sous le terme « antioxydants » certaines vitamines, oligo-éléments, certains micronutriments et micronutriments présents naturellement dans notre alimentation et qui ont pour effet commun d'aider à protéger les cellules de l'organisme de l'effet des radicaux libres.

Les radicaux libres sont des molécules fabriquées naturellement dans nos cellules lors du fonctionnement normal de l'organisme mais cette fabrication est augmentée sous l'effet de facteurs externes tels que la pollution, le tabac ou encore les rayons UV du soleil. Un excès de radicaux libres peut engendrer un vieillissement prématuré des cellules et le développement de certaines maladies. En effet, lorsque les radicaux libres sont produits en excès et à de mauvais endroits, ils dégradent :

- les parois cellulaires pouvant entraîner la mort de nos cellules (à l'origine de la cirrhose chez les alcooliques),
- les protéines et l'ADN (information génétique) de nos cellules. L'oxydation de l'ADN est impliquée dans le développement des cancers.

### **Que font-ils ? :**

Les antioxydants neutralisent les radicaux libres, à l'origine de dégradations cellulaires.

Lorsque la production de radicaux libres par l'organisme est supérieure à la capacité d'auto défense de ce dernier, on dit que le corps subit un stress oxydant. Les cellules ne fonctionnent plus correctement et les radicaux libres peuvent créer des dommages notamment au niveau de l'ADN. Des stress oxydants répétés sont aujourd'hui mis en cause dans le vieillissement prématuré et le développement de certaines maladies





comme les cancers, le diabète, les maladies cardiovasculaires et neurodégénératives.

Les antioxydants vont, chacun à leur manière, aider à neutraliser les radicaux libres en excès dans l'organisme.



**ETUDE**



**RESULTATS**

## **Etude : La mesure de la capacité antioxydante totale des vins rhodaniens par le système PAOTscan. -Résultats**

### **Les vertus santé du régime méditerranéen.**

La vigne et le vin ont toujours été – le sont toujours - des éléments importants de nos sociétés en étant intimement associés à leurs économies et à leurs cultures. Le vin synonyme de fête et de convivialité peut également jouer un rôle de prévention santé à condition, bien sûr, d'être consommé de manière modérée.

### **l'alimentation méditerranéenne**

- Abondance de produits céréaliers complets.
- Abondance de fruits et de légumes (400 g par jour).
- Abondance d'ail, d'oignon, d'épices et d'aromates.
- Utilisation de l'huile d'olive comme corps gras.
- Consommation quotidienne de légumineuses, de noix et de graines.
- Consommation quotidienne de yogourt et de fromage.
- Consommation quotidienne, mais modérée, de vin rouge.
- Grande consommation de poisson (plusieurs fois par semaine).
- Consommation limitée de poulet et d'oeufs (quelques fois par semaine).
- Consommation limitée d'aliments sucrés (quelques fois par semaine).
- Consommation très limitée de viande rouge (quelques fois par mois).
- Apport calorique quotidien raisonnable (de 1 800 à 2 500 calories par jour).

en rouge les aliments riches en polyphénols antioxydants

En 1952, le nutritionniste américain Ancel Keys s'est penché sur la façon de s'alimenter des Crétois à la base d'une réduction spectaculaire de l'incidence

des maladies cardiovasculaires et des cancers et d'une longévité plus longue et ceci contrairement à d'autres



## ETUDE



## RESULTATS

pays européens (1). C'est ainsi qu'est né le fameux régime méditerranéen qui a été classé en 2012 par l'UNESCO comme patrimoine immatériel de l'humanité. Outre un apport important de poissons mais faible en viande rouge, le régime se caractérise par une forte consommation de fruits et légumes (5 portions de 80 g/jour), d'huile olive (20 mL d'extra-vierge) -bien connue pour ses effets cardio-protecteurs-, et d'épices. A cela s'ajoute la consommation modérée de vin rouge pris au cours des repas. L'adhésion à l'alimentation méditerranéenne est étroitement associée avec

une diminution de l'hypertension artérielle (un facteur de risque cardiovasculaire) (2) et du déclin cognitif qui est l'antichambre du développement de la maladie d'Alzheimer (3). Ces effets santé sont notamment liés à la présence en grande quantité de polyphénols antioxydants dans la plupart des aliments constituant le régime méditerranéen (voir tableau). Plus de 10.000 composés naturels phénoliques ont été recensés et se répartissent en deux grandes familles : les acides phénoliques et les flavonoïdes.



**EFFETS  
BENEFIQUES**



**ANTIOXYDANTS**

### **Les effets bénéfiques des antioxydants.**

Les antioxydants sont des molécules très importantes pour notre santé. Chacun sait bien évidemment que l'oxygène que nous respirons est indispensable à la vie. Ce qui est par contre très méconnu, c'est son effet toxique pour notre organisme via la production en grande quantité d'espèces oxygénées activées (les fameux radicaux libres, le peroxyde d'hydrogène (eau oxygénée) ou encore l'acide hypochloreux (eau de Javel)). Tous ces composés provoquent des dommages oxydants au niveau des lipides (particulièrement les acides gras polyinsaturés), de l'ADN ou des protéines, dommages qui sont

impliqués dans le développement des maladies cardiovasculaires, de l'athérosclérose, des cancers et des pathologies neurodégénératives (Alzheimer, Parkinson). Pour limiter ces oxydations néfastes, notre organisme dispose d'un arsenal d'antioxydants (anti-oxygène) d'origine alimentaire dont font partie les vitamines C et E, les caroténoïdes, le glutathion, l'ubiquinone et ... les polyphénols (4). Les agrumes sont très riches en vitamine C. Les fruits rouges (fraises, cerises, framboises, canneberge,...) et mauves (raisin noir, cassis, myrtilles...) le sont également mais avec en



## EFFETS BENEFIQUES



## ANTIOXYDANTS

plus une haute teneur en polyphénols. Lors d'une étude de terrain que nous avons menée auprès de producteurs wallons, nous avons montré qu'une pomme ou une poire belge apportent en moyenne 205 mg et 152 mg de polyphénols par portion de 80 g. En fonction de la variété, des différences à la hausse ou à la baisse peuvent cependant être observées. Une portion de fraises de 80 g (soit 6 fruits) contient 268 mg de polyphénols tandis que la mûre (1 portion de 80 g = 16 fruits = 642 mg) et le cassis (1 portion de 80 g = 20 baies = 564 mg) sont les champions en terme de contenu en polyphénols (4,5). Les polyphénols se retrouvent également en

grande quantité dans certains légumes (artichaut, brocoli, choux de Bruxelles, persil) ou épices. Dans cette grande famille des polyphénols, il y a les anthocyanes qui sont particulièrement concentrées dans la pellicule du raisin noir et le vin rouge. Elles se caractérisent par des couleurs orange (pélagonidine), rouge (cyanidine), rose (péonidine), bleue (delphinidine), violet (pétunidine) et mauve (malvidine).

L'huile d'olive extra-vierge riche en vitamine E n'est pas en reste avec de fortes teneurs en composés phénoliques comme le tyrosol ou hydroxytyrosol. D'où toute l'importance d'adhérer au régime





méditerranéen. A noter que d'autres aliments non présents dans ce type d'alimentation comme le

### **Consommation d'alcool et santé (6).**

Une boisson est dite alcoolisée lorsqu'elle contient plus de 1,2% d'alcool. Un verre standard contient 10 g d'alcool quel que soit le type de boisson alcoolisée consommée : bière, champagne, vin, pastis, alcools forts. De nombreuses études épidémiologiques incluant la célèbre étude Framingham (7) ont montré l'existence d'une relation en forme de J entre leur consommation et la mortalité totale. Des niveaux bas de consommation d'alcool (1 à 2 verres/jour pour les

thé vert ou le chocolat noir (70%) sont également très riches en polyphénols (5).

femmes et 2 à 4 verres/jour pour les hommes) sont inversement corrélés au taux de mortalité toute cause. De plus hautes doses d'alcool sont par contre associées à une mortalité plus élevée [8]. Toutefois, une grande meta-analyse pourtant sur 195 pays et publiée dans la prestigieuse revue scientifique *The Lancet* a remis en cause l'effet prétendument positif d'une consommation modérée d'alcool sur la santé (9). Cette étude conclut que la consommation d'un verre d'alcool par jour ne diminuait pas la mortalité



## ALCOOL ET



## SANTE

de toutes causes par rapport à des non buveurs (0,91 % dans les deux cas). Au – delà de deux verres et pour 5 verres, le pourcentage de mortalité monte respectivement à 0,97% et 1,25%. L'étude INTERHEART standardisée « cas témoins » a analysé les facteurs de risque cardiovasculaire du myocarde dans une population de 15.152 cas et de 14.820 témoins issus de 52 pays des 5 continents (10). Comme attendu, le risque de développer un infarctus aigu du myocarde apparaît corrélé de façon directe avec 6 facteurs : dyslipidémie tabagisme, hypertension artérielle, diabète sucré, obésité abdominale (rapport

taille/hanches) et stress chronique évalué par divers facteurs psychosociaux. Par contre, ce même risque est corrélé de façon inverse avec 3 facteurs protecteurs qui sont une alimentation riche en fruits et légumes (apport journalier), une consommation régulière d'alcool (3 fois par semaine) et une pratique régulière d'exercice physique (au moins 4 heures par semaine). Notons que les consommateurs de vin ont une meilleure hygiène de vie : alimentation plus équilibrée, pratique régulière d'activité sportive et moins de tabagisme.



**CONSOMMATION**



**MODEREE**

## Que veut dire une consommation modérée de vin rouge ?

La question est donc de définir précisément la quantité que représente un verre de vin. Les directives alimentaires 2020-2025 sur l'alcool dans la population américaine précisent qu'un verre de vin est égal à 5 onces soit 150 mL (11). Ces directives indiquent également qu'une consommation journalière modérée de vin correspond à un verre chez la femme et deux verres chez l'homme. Il est à noter que parmi toutes les boissons alcoolisées, seul le vin rouge contient de grandes quantités de ces précieux polyphénols antioxydants dont les propriétés bénéfiques peuvent gommer en partie les aspects négatifs liés à

l'alcool.

Un verre de 125 mL vin rouge contient en moyenne 250 mg de polyphénols avec un fort pourcentage d'anthocyanes qui sont responsables de sa couleur. Les apports journaliers suggérés en polyphénols sont de 1000 mg. Autrement dit, un verre de vin rouge de 125 mL apporte environ un quart de ceux – ci. Un petit mot ici sur ce composé phénolique qu'est le resvératrol dont la réputation est très largement surfaite en ce sens qu'il se trouve en très faible quantité dans le vin rouge en comparaison avec les anthocyanes comme nous l'avons



## CONSOMMATION



## MODEREE

montré précédemment (12).

Par contre, le vin blanc contient beaucoup moins de polyphénols (30 mg) mais qui lui sont par contre très spécifiques comme les flavanols (quercétine) et, surtout, des composés phénoliques comme le tyrosol et l'hydroxytyrosol. Ceux - ci se retrouvent également dans l'huile d'olive extra-vierge. A ce sujet, une allégation santé a été accordée par l'Agence Européenne de Sécurité des Aliments aux huiles d'olive extra-vierge provenant des régions de Toscane et des Pouilles en Italie. Cette allégation est la suivante : « les polyphénols d'huile d'olive

sont censés "contribuer à la protection des lipides sanguins contre le stress oxydant ». Toutefois, cette allégation ne peut être utilisée que pour l'huile d'olive extra-vierge contenant au moins 5 mg d'hydroxytyrosol et ses dérivés (tyrosol et oleuropéine) pour 20 g d'huile d'olive extra-vierge (13).

Une étude sur des Chardonnay blancs de différentes origines du monde a montré que le contenu moyen en tyrosol était de 10,6 mg par verre de 150 mL (14). Par comparaison, Bellumori et al (13) ont montré que les concentrations moyennes en hydroxytyrosol et tyrosol dans 20 mL (portion quotidienne



## EFFETS



## SANTÉ

recommandée) de 64 huiles d'olive extra-vierge sont respectivement de 4,08 mg et 2,93 mg. Dans des expériences sur cultures cellulaires, ces molécules isolées se sont montrées 1000 fois plus

neuroprotectrices que celles présentes dans le vin rouge (15) Comme l'ont rapporté C. Vigor et C. Crauste de l'équipe du Pr Vercauteren de l'Université de Montpellier dans le Guide Vins et Santé de 2013, le vin blanc n'a donc pas à rougir de sa couleur.

### **Effet santé des vins rouges consommés de manière modérée.**

Si l'alcool (méthanol) est bien connu pour avoir un effet pro-oxydant, les polyphénols présents dans le vin rouge peuvent contrebalancer cet effet négatif.

Deux études sur un nombre important de sujets (37.808) ont montré que le vin rouge en quantité modérée était plus bénéfique dans la réduction de risques de maladies cardiovasculaires et de la mortalité en général comparé à d'autres boissons alcoolisées comme la bière, le vin blanc et autres apéritifs (16,17).



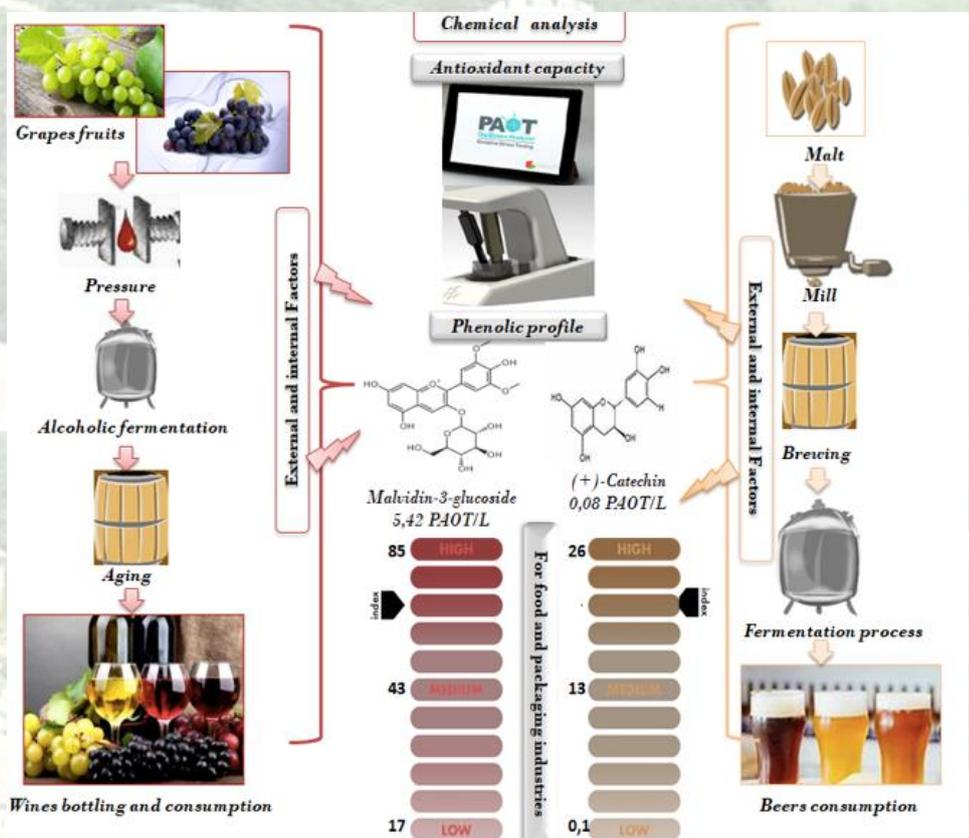
## EFFETS



## SANTE

### La mesure directe des polyphénols dans le vin à l'aide du système PAOTscan.

Les anthocyanes de la grande famille des polyphénols sont certainement les constituants du raisin rouge qui sont les plus affectés par les conditions propres du millésime. Un foulage léger, une macération pré-fermentaire, des remontages légers, une micro oxygénation modérée, des températures de fermentation maîtrisées sont autant de facteurs qui permettent de les extraire dans les meilleures conditions possibles et donc de préserver leur potentiel colorant. Connaître à n'importe quel moment de la vinification la concentration en polyphénols et - ceci d'une façon simple pour lui - peut donc s'avérer très précieuse pour le vigneron.



**EFFETS**



**SANTE**

Dans cette optique, nous avons développé en collaboration avec l'Institut Européen des Antioxydants, une start-up issue de l'Université de Nancy, le système PAOTScan (technologie électrochimique PAOT® brevetée (PCT / FR2019 / 052835) qui permet de mesurer en moins de 5 minutes la capacité antioxydante totale du vin (PAOTscore®).



Photographie du système PAOTScan® (PAOTscore®) développé par l'Institut Européen des Antioxydants, Nancy, France.

Le système PAOTscan® est composé de deux microélectrodes trempant dans une solution contenant un composé oxydant caractérisé par un potentiel chimique bien déterminé. L'ajout de quelques microlitres de vin contenant des antioxydants entraîne endéans 5 minutes une modification à la baisse de ce potentiel électrique, modification directement suivie sur une tablette. Un score antioxydant PAOT® est alors automatiquement déterminé (18).

### **Quelles informations retirer du score PAOT® du vin ?**

Dans un premier temps, un échantillonnage d'une trentaine de vins issus de diverses régions a été analysé afin



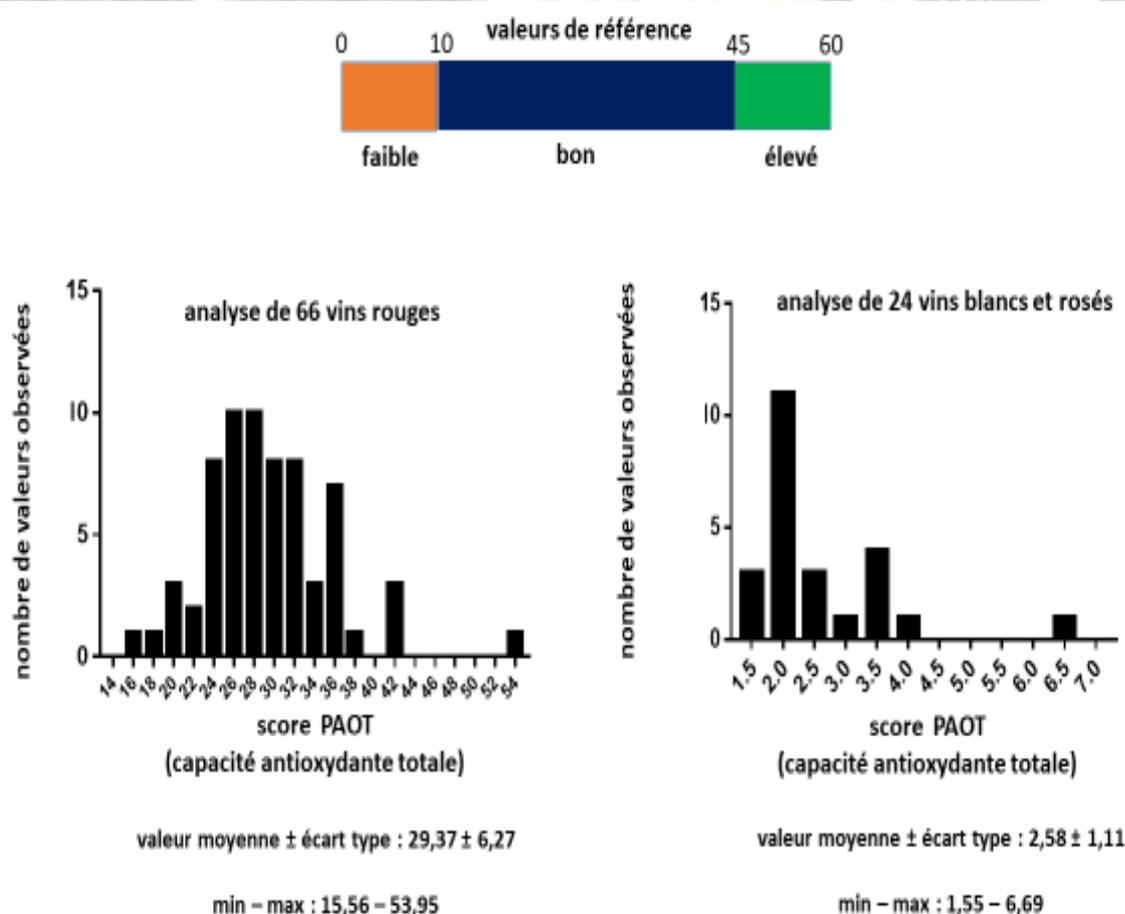
## EFFETS



## SANTE

de déterminer leurs PAOTscore® mais aussi leurs contenus en polyphénols, flavonoïdes et anthocyanes totaux, cyanidine, malvidine, resvératrol et tyrosol. Ceci nous a permis d'établir des normes de références pour chacun de ces composants.

Lors du Grand Salon des Vins du Rhône organisé le 14 novembre 2021 dans le cadre des Festivités du 30+1ème Anniversaire de la Baronnie liégeoise des Costes du Rhône, la capacité antioxydante des vins rouges (n = 66), blancs et rosés (n = 24) prélevés à cette occasion a été

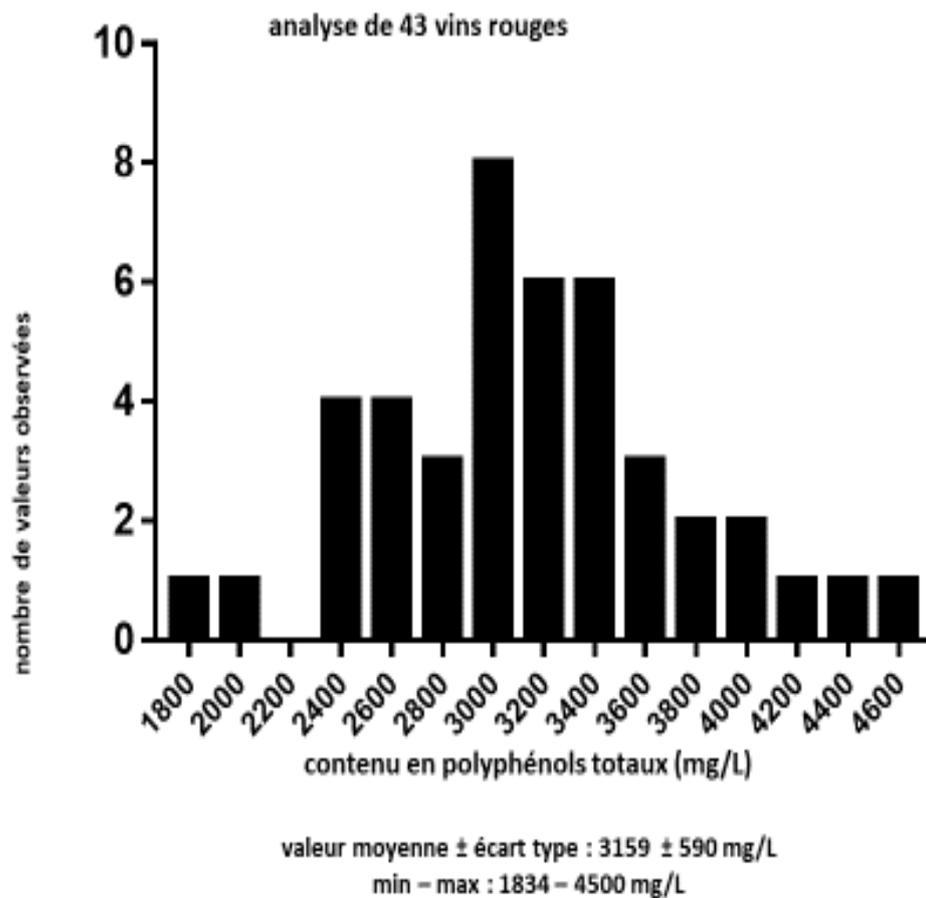


## EFFETS



## SANTE

déterminée à l'aide du système PAOT®. Comme le montre le l'histogramme ci-dessus, le PAOTscore® de la majorité des vins rouges se trouve dans les valeurs de référence avec néanmoins des variations assez importantes d'un vin à l'autre (de 15,56 à 53,95). Comme attendu, les vins blancs et rosés présentent une capacité antioxydante inférieure d'environ 10 fois par rapport aux vins rouges.



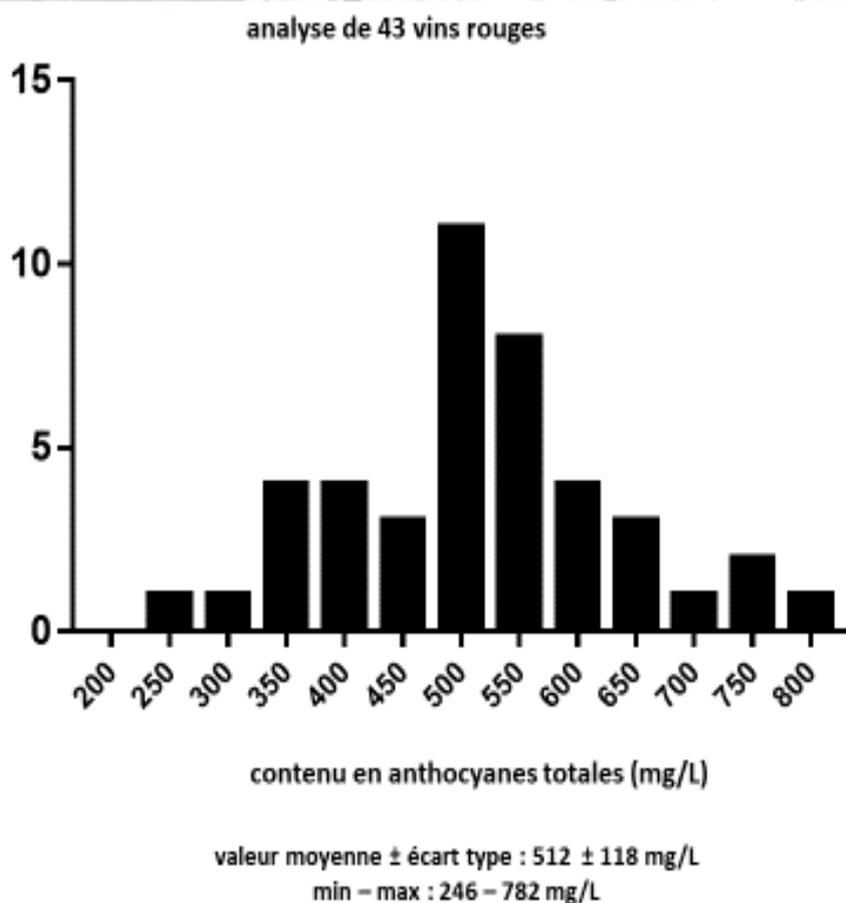
**EFFETS**



**SANTE**

A l'aide d'un logiciel adapté et en se basant sur les normes de référence, il est possible d'extrapoler le PAOTscore® en contenu en polyphénols et anthocyanes totaux mais aussi en composés phénoliques individuels comme le resvératrol comme le montrent les figures ci-avant et ci-après.

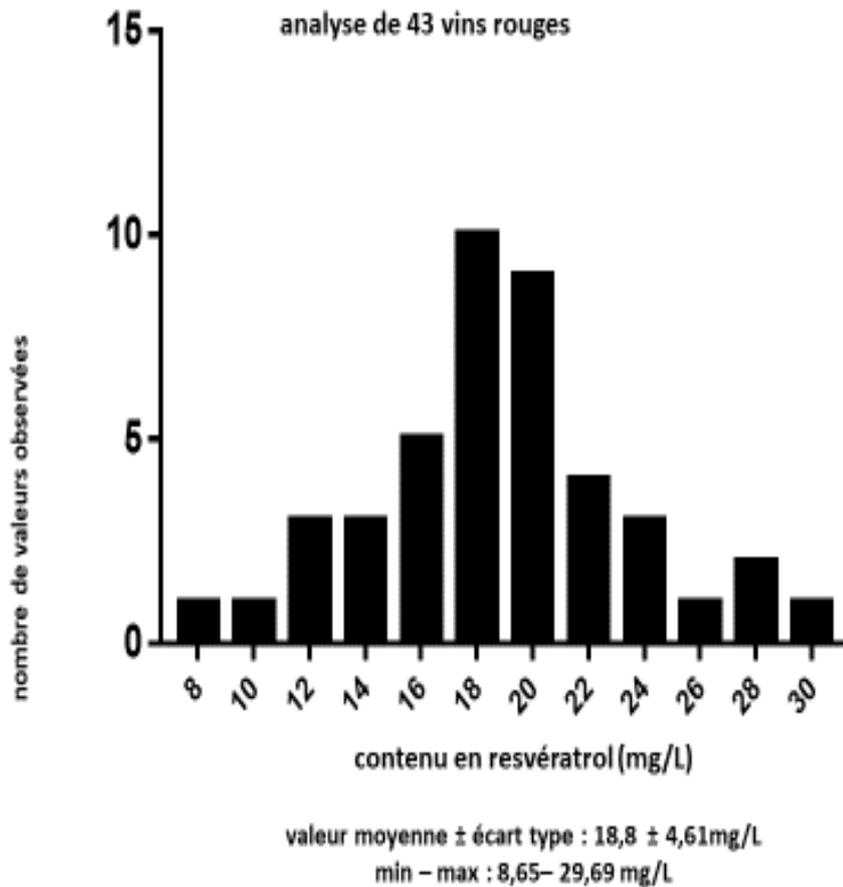
Une excellente corrélation positive est observée entre le PAOTscore® et chacun des composants analysés (données non montrées). Les histogrammes montrent qu'il



**EFFETS**



**SANTE**



existe des variations assez importantes dans le contenu en composés polyphénoliques entre les différents vins rouges analysés (voir valeurs minimum et maximum). Des analyses sont en cours pour essayer de déterminer si celles - ci sont reliées ou non au type ou mélange de cépages.



## EFFETS

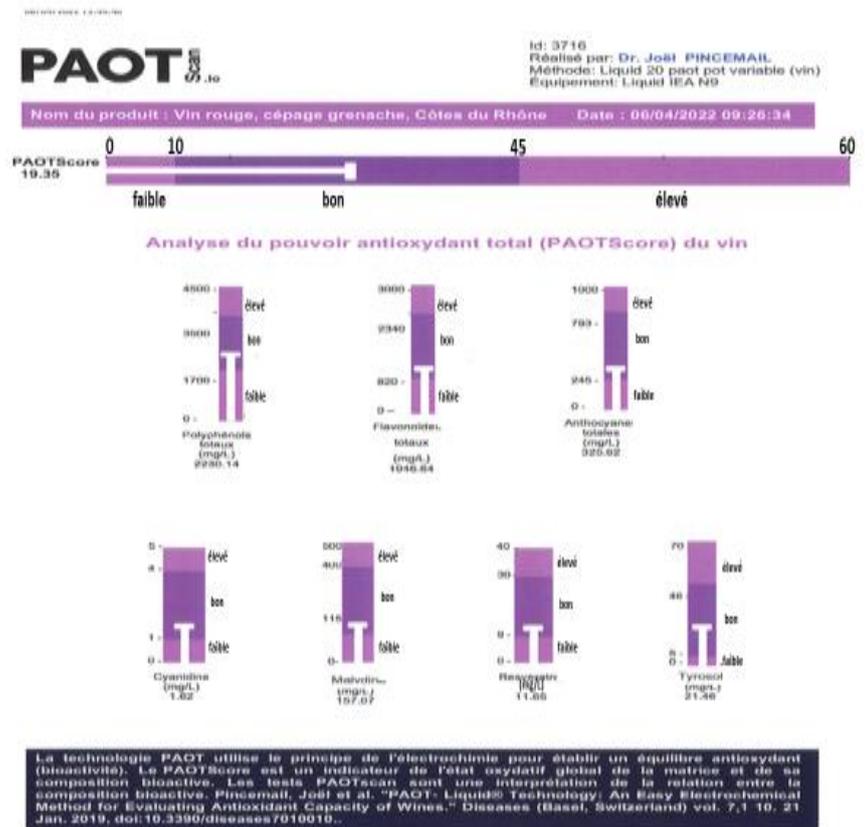


## SANTE

Un exemple de rapport final relatif à la capacité antioxydante et la composition en dérivés phénoliques d'un vin rouge choisi au hasard est repris ci – dessous.

Dans la mesure du possible, il est prévu d'envoyer à chaque vigneron et vigneronne présents lors de

cette mémorable dégustation le même type de rapport relatif à leurs vins rouges, rosés et blancs qu'ils ont bien voulu nous confier. Merci en tout cas pour leur aimable collaboration et à Pierre Luthers qui nous a permis de réaliser cette étude scientifique. Par ailleurs, Monsieur Meziane et moi – même espérons pouvoir publier ces résultats de ce remarquable et unique échantillonnage sous le couvert bien sûr de la confidentialité. L'idée étant de vérifier dans quelle mesure il y a une relation entre le PAOTscore® mesuré et la composition des cépages.





## Conclusions

Une alimentation saine et équilibrée comme l'est le régime méditerranéen associée à l'absence de tabagisme et à la pratique régulière d'une exercice physique modéré (vélo, marche, danse, etc.. à raison de 30 minutes par jour) sont trois atouts majeurs pour vieillir le plus longtemps possible en bonne santé. Dans cette façon de vivre, la consommation de vin (tout particulièrement le rouge en raison de sa grande richesse en polyphénols antioxydants) peut apporter sa petite pièce à l'édifice à l'unique condition qu'elle soit modérée (1 verre de 125 mL par jour au moment du repas). Il est bien sûr très important de rappeler dans le contexte de cet article que la consommation abusive d'alcool – produit qui modifie la conscience, les perceptions et les comportements - est étroitement associée avec un développement accru de cancers (19).

Pour tout renseignement complémentaire sur le système Oxystress s'adresser à J. Pincemail ([j.pincemail@chuliege.be](mailto:j.pincemail@chuliege.be)) 0032474838071 ou à S. Meziane ([smeziane@ie-antioxydants.com](mailto:smeziane@ie-antioxydants.com)) 0033601302766.





### Références bibliographiques

1. Keys, A. Seven Countries: A multivariate analysis of death and coronary heart disease. Cambridge, MA:Harvard University Press; 1980.
2. Miguel A. et al. The Mediterranean diet and cardiovascular health. A critical review. *Circulation Research*, 2019, 124, 779-798.
3. Petersson S.D. and Philippou E. Mediterranean diet, cognitive function, and dementia: a systematic review of the evidence. *Advances in Nutrition*, 7, 889–904.
12. Catalgol B et al. Resveratrol: French Paradox revisited. *Front Pharmacol*. 2012, 1-18.
4. Pincemail J. Stress oxydant et antioxydants. Revue critique des processus d'action des antioxydants. Livre paru à Testez Edition Liège, 2014.
5. Pincemail J et Minet F. Les polyphénols, ces antioxydants encore méconnus. Livre paru aux Editions de la Province de Liège, 2017.
6. Vauche M. Les bienfaits du vin rouge sur la santé et l'avenir du resvératrol en tant que médicament. Thèse de Doctorat en Pharmacie, Faculté de Pharmacie de Grenoble, 2016.
7. Gordon T. and Kannel W.B. Drinking and mortality: the Framingham study. *Am J Epidemiol*. 1984, 120:97-107.



## REFERENCES



## BIBLIOGRAPHIE

8. Di Castelnuovo A. et al. Alcohol dosing and total mortality in men and women: an updated meta-analysis of 34 prospective studies. *Arch Intern Med*, 2006, 166:2437-2445.
9. Griswold MG. Alcohol use and burden for 195 countries and territories, 1990–2016: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2016. *The Lancet*, 2018, 392:1015-1035.
10. Scheen A.J et Kulbertus H. L'étude clinique du mois « Interheart » : la preuve par 9. Neufs facteurs de risque prédisent neuf infarctus du myocarde sur dix. *Rev Med Liège*, 2004, 676-679.
11. Facts about moderate drinking. [Chttps://www.cdc.gov } fact-sheets.](https://www.cdc.gov/fact-sheets)
12. Van Leeuw R. Antioxidant capacity and phenolic composition of red wines from various grape varieties. *Journal of Food Composition and Analysis*, 2014, 36:40-50.
13. Bellumori M. et al. The EFSA Health Claim on Olive Oil Polyphenols: acid Hydrolysis validation and total hydroxytyrosol and tyrosol determination in Italian virgin olive oils. *Molecules*, 2019, doi:10.3390/molecules24112179



## REFERENCES



## BIBLIOGRAPHIE

14. Rochetti G. et al. Untargeted metabolomics to investigate the phenolic composition of Chardonnay wines from different origins. *Journal of Food Composition and Analysis*, 2018, 71:87-93.
15. Vauzour D. Champagne wine polyphenols protect primary cortical neurons against peroxynitrite induced injury. *J Agric Food Chem*. 2007, 55:2854-2860.
16. Catalgol B. et al. Resveratrol: French Paradox revisited. *Front Pharmacol*. 2012, 141:1-18.
17. Grønbaek M. et al. Type of alcohol consumed and mortality from all causes, coronary heart diseases and cancer. *Ann Inter Med*. 2000, 133:411-419.
18. Pincemail J et al. PAOT-liquid® technology: an easy electrochemical method for evaluating antioxidant capacity of wines. *Diseases*, 2019, doi:10.3390/diseases7010010. sheets.15.
19. Runggay H. et al. Global burden of cancer in 2020 attributable to alcohol consumption: a population-based study. *The Lancet*, 2021, [www.thelancet.com/oncology](http://www.thelancet.com/oncology).





**Quelques articles clés de Joël Pincemail dans le domaine du stress oxydant et de la nutrition antioxydante.**

- Oxidative Stress Status in COVID-19 Patients Hospitalized in Intensive Care Unit for Severe Pneumonia. A Pilot Study. *Antioxidants*, 2021.
- Oxidative Stress Status and its correlation with Redox Status as Measured By An Electrochemical (PAOT®) Methodology: A Pilot Study in Critical COVID-19 Pneumonia Survivors. *Antioxidants*, 2021.
- Ex Vivo Antioxidant Capacities of Fruit and Vegetable Juices. Potential *In Vivo* Extrapolation. *Antioxidants* 2021.
- Compared Phenolic Compound Contents of 22 Commercial Fruit and Vegetable Juices: Relationship to Ex-Vivo Vascular Reactivity and Potential *In Vivo* Projection. *Antioxidants*, 2020.
- Supplementation Effect of a Combination of Olive (*Olea europea L.*) Leaf and Fruit Extracts in the Clinical Management of Hypertension and Metabolic Syndrome. *Antioxidants*, 2020.
- Validation of a food frequency questionnaire assessing dietary polyphenol exposure using the method of triads. *Free Rad Biol Med*, 2018.
- Abdominal Aortic Aneurysm (AAA): Is There a Role for the Prevention and Therapy Using Antioxidants? *Current Drug Targets*, 2018.
- Processing effects on antioxidant, glucosinolate and sulforaphane contents in broccoli and red cabbage. *European Food Research and Technology*, 2018.





- Effects of vitamin C, vitamin E, zinc gluconate, and selenomethionine supplementation on muscle function and oxidative stress biomarkers in patients with facioscapulohumeral dystrophy: a double-blind randomized controlled clinical trial. *Free Rad Biol Med*, 2015.
- Redox Status of Professional Soccer Players is Influenced by Training Load Throughout a Season. *Int J Sports Med*, 2015.
- Antioxidant capacity and phenolic composition of red wines from various grape varieties : specificity of pinot noir. In Giuseppe Viali (Ed.) *3rd international conference on cellular environmental stressors in biology and medicine : focus on redox reactions*, 2014.
- Deriving a global antioxidant score for commercial juices by multivariate graphical and scoring techniques: applications to blackcurrant juice. In Preedy (Ed.) *Processing and Impact on Antioxidants in Beverages*, 2014.
- Antioxidant capacity of small dark fruits. Influence of cultivars and harvest time. *Journal of Berry Research*, 2014.



**LE MOT**



**DE CESAR**

## LE MOT DE CESAR

### *Etude universitaire*

Cher(ères)s ami(e)s en Costes du Rhône,

Toute Université a dans ses missions, l'aide et l'information du public. Par son action, l'Université sert donc la collectivité par l'objectivation.

L'étude des deux chercheurs, notre ami Joël Pincemail et son confrère Smail Meziane, montre si besoin en était encore toute l'importance d'appréhender objectivement le rôle du vin dans nos sociétés. Faisant fi de toute autre considération, le rôle de l'Universitaire est de ne prendre en compte que les éléments pouvant être objectivables et non les considérations subjectives.

A une époque où les normes sociétales tendent à faire diminuer la consommation du vin, pour des raisons de santé publique, nous venons de voir que les réalités ne sont pas aussi simples. Une consommation modérée peut se révéler un atout pour notre santé. Certes, la consommation quotidienne n'est pas recommandée, notamment pour le foie. Par contre, une bonne hygiène de vie, telle l'absence de tabagisme, la pratique régulière d'un exercice physique modéré avec une alimentation équilibrée peut aider à vivre mieux et plus longtemps.

La consommation modérée de vin (1 verre de 125 ml par jour au moment du repas mais pas tous les jours), et plus particulièrement le rouge, comme nous l'avons vu, permet d'apporter des éléments nécessaires, grâce aux polyphénols.

Ce numéro spécial de « *Liège au fil du Rhône* » permet de démontrer que sur une base scientifique, la consommation modérée de vin permet d'avoir un effet bénéfique sur notre santé. Merci donc à Joël Pincemail, Smail Meziane et au Docteur Rifler pour leur intelligente et gouleyante intervention.



LIVRE



LES VERTUS DU  
VIN

## LIVRE : LES VERTUS DU VIN

Dr Jean-Pierre Rifler

Les vertus du  
**VIN**

Dédiabolisons une consommation  
modérée et bénéfique pour la santé.

FAVRE

Il y a des hasards qui tombent à pic. Jean-Pierre Rifler, médecin urgentiste se passionne depuis toujours pour les liens entre la santé et le vin. Sa thèse de doctorat y était d'ailleurs consacrée. Il vient de publier son premier livre destiné au grand public : Les vertus du vin.

Le livre, que nous vous invitons à lire, constitue un merveilleux continuum à l'étude publiée dans ce numéro. « *Liège au fil du Rhône* » a évidemment rencontré le Docteur Jean-Pierre Rifler.

*Quand la médecine et vigne font bon ménage  
pour le divin breuvage...*

**« Il faut expliquer aux gens qu'une  
consommation de vin rouge, régulière et  
modérée, peut être bénéfique pour la santé ».**

Montbard en Côte d'Or, vous connaissez ? Petite cité de la Côte d'Or, sise à environ 75 kms au nord-ouest de Dijon totalisant environ 5.000 habitants la cité compte un centre hospitalier dans lequel travaille le Dr Jean-Pierre Rifler, chef du service des Urgences.

Le Docteur Jean-Pierre Rifler n'est pas un inconnu. L'accès à la défibrillation cardiaque lui doit beaucoup. Il a été un des pionniers de l'installation des défibrillateurs en



## LES VERTUS DU VIN



## JEAN-PIERRE RIFLER

France. La mobilisation sur le premier site équipé de défibrillateurs avec accès au public a d'ailleurs permis une proposition de loi réfléchie avec, à l'époque, le Député François Sauvadet et Michel Protte, maire de Montbard : « *chaque commune conserve, dans les locaux de sa mairie, un défibrillateur automatique au moins, qu'elle met à la disposition du public..* ». Montbard fut d'ailleurs la première commune à s'équiper des défibrillateurs accessibles au public.

Nous le savons, la Côte d'Or est une région viticole. Le Montbardois est situé entre la côte viticole beaunoise et le chablisien. Mais la région a également son IGP "Coteaux de l'Auxois". Elle est aussi proche du Châtillonnais et de ses producteurs de Crémant de Bourgogne.

Alors, diriez-vous, peut-être, que vient faire un médecin, dont la profession exige rapidité et précision, dans ce monde du vin qui cultive le temps comme une valeur refuge ?

Le Docteur Jean-Pierre Rifler dispose de quelques atouts en la matière. Diplômé technicien en œnologie, il a aussi réalisé sa thèse de médecine sur les relations vin et santé... Ajoutez à cela que son meilleur ami est vigneron à Chablis et qu'il a longtemps entretenu des liens amicaux avec le « pape de des Hautes-Côtes de Nuits, le viticulteur Bernard Hudelot, décédé en 2019, avec lequel il a participé à de nombreuses conférences, et avec lequel il a pu compléter ses connaissances.

Le Docteur Rifler est aussi cofondateur de l'association Nutrition Méditerranéenne et Santé.

### **Objet du livre**

Nous l'avons compris au travers de ces différentes informations, « Les Vertus du vin » traite notamment des bienfaits de la consommation modérée de vin rouge pour la santé. Le livre rappelle la faculté protectrice de la consommation régulière et modérée de vin rouge sur le cœur et les vaisseaux, sur le cerveau – que ce soit pour l'AVC, Alzheimer ou Parkinson –, sur le microbiote intestinal, ainsi que son action sur le vieillissement et les maladies métaboliques comme le diabète, l'hypertension, et en prévention du cancer.



## LES VERTUS DU VIN



JEAN-PIERRE  
RIFLER

Le Docteur Rifler rappelle que notre civilisation a toujours été en étroite relation avec le vin. C'est l'alcool du vin qui permet à notre organisme d'absorber les polyphénols antioxydants bénéfiques. Ne dit-on pas « à votre santé » en trinquant ? L'alcool a été nommé « eau de vie » par les alchimistes européens à partir du Xe siècle qui cherchaient à créer une potion d'immortalité.

Produit d'une vie de recherches en la matière, le Docteur Rifler décortique les études internationales qui démontrent les bienfaits du vin rouge sur la santé des hommes et des femmes. Il raconte également l'histoire de la vigne et ses représentations dans les religions et la mythologie, pour que sa lecture se déguste avec intérêt et plaisir.

Un livre à se procurer sans délai !

Le livre « Les vertus du vin » qui vient de paraître, le 29 septembre dernier vient donc à point nommé pour concrétiser notre numéro spécial.

Il n'en fallait pas plus pour que « *Liège au fil du Rhône* » rencontre ce scientifique, amateur et vulgarisateur du monde du vin. Le Docteur Rifler a répondu à nos questions.

**Liège au fil du Rhône (LFR) :** Bonjour Docteur. Vous venez de sortir votre nouveau livre « Les Vertus du vin ». Une question tout d'abord qui peut paraître un peu provocatrice mais qui dans notre monde de plus en plus moralisateur se veut être dans le principe contradictoire. Qu'est-ce qui motive un médecin, à priori peu favorable à l'ingurgitation d'alcool par le corps à étudier les bienfaits du vin sur la santé ?

**Docteur Jean-Pierre Rifler (DJPR) :** Depuis toujours, le vin a été utilisé comme médicament, l'alcool est un solvant pour de nombreuses molécules bio actives . Les élixirs utilisés par nos grand-mères étaient des décoctions de plantes dans l'alcool. L'alcool est un toxique pris en grande quantité , l'alcoolisme est une maladie , l'addiction à l'alcool se fait rarement par du vin. Le vin n'est pas un alcool comme les autres , c'est un lien de convivialité indispensable à l'humanité. Déjà à Pompéi le vin était considéré comme aliment et médicament dans les Thermopolium.



## LES VERTUS DU VIN



## JEAN-PIERRE RIFLER

**LFR :** Comment avez-vous fait le lien entre la santé et le vin et pour vous, quel est le lien le plus important ?

**DJPR :** J'ai eu la chance de rencontrer Serge Renaud au moment du French Paradox (ce concept diffusé par S Renaud consiste en une consommation élevée de graisses saturées en France et pourtant une protection cardio vasculaire importante, probablement due à la consommation de vin). C'est ce qui m'a poussé à soutenir ma thèse de médecine sur les effets bénéfiques cardio vasculaire des polyphénols du vin rouge.

**LFR :** Pour vous , le vin par rapport à la santé, c'est...

**DJPR :** ..Trois verres par jour et tous les jours. C'est un ingrédient indispensable du régime crétois, c'est une conserve de polyphénols pour l'hiver. En effet, les plats traditionnels que sont le bœuf bourguignon, le coq au vin, l'œuf meurette suppléaient à la carence de polyphénols végétaux l'hiver. De même la tradition de "faire chabrot" ( verser du vin rouge dans sa soupe) permettait un apport d'anti oxydant bénéfique pour la santé . Pour Paracelse tout était dans la dose, personnellement je dirais : Le vin bu avec passion est un poison, le vin bu avec raison est une potion.

**LFR :** Les Vertus du vin traite aussi de l'histoire de la vigne et ses représentations dans les religions et la mythologie. Que pouvez-vous dire à ce sujet par rapport aux représentations actuelles vis-à-vis de l'alcool en général ?

**DJPR :** De toute les époques, l'abus a toujours été combattu. Pour Platon, la consommation raisonnée de vin au cours du Symposion était la condition d'une vie sociale réussie. Au cours du Symposion on élisait le Roi du Banquet (Le symposiarque) qui définissait pour chaque convive la quantité de vin à boire. A cette époque et jusqu'au 19ème siècle le vin n'était jamais bu pur mais coupé avec de l'eau.

Le vin et la vigne sont cités plus de 300 fois dans la Bible. Le kiddouch est une bénédiction par le vin dans la religion juive.



## LES VERTUS DU VIN



## JEAN-PIERRE RIFLER

Dans les années 50 les planches éducatives distinguaient les alcools bons ( le vin, la bière) des alcools néfastes ( l'alcool de grain, l'absinthe) et pendant un temps, il fut même donné, en France, des portions de vin coupé avec de l'eau à l'école.

Puis les hygiénistes sont arrivés, l'alcool était l'ennemi et même maintenant pour eux l'alcool est toujours l'ennemi. Malheureusement, toutes ces campagnes de prévention contre l'alcool n'ont fait que stigmatiser les consommateurs modérés mais n'ont eu aucun effet sur les ravages de l'alcoolisme. Le vin par contre est un élément indispensable du régime français inscrit au patrimoine immatériel de l'Unesco depuis 2010.

**LFR** ; Votre livre rappelle la faculté protectrice de la consommation régulière et modérée de vin rouge sur le cœur et les vaisseaux, sur le cerveau. Pourriez-vous nous en dire quelques mots ?

**DJPR** : La consommation régulière et modérée de vin a montré des bénéfices sur la mortalité cardio vasculaire (c'est le fameux French Paradox) mais aussi des effets protecteurs sur l'AVC, sur la maladie d'Alzheimer, sur le syndrome métabolique ( obésité , diabète de type 2 ,hypertension artérielle ), sur le cancer et même dernièrement sur la Covid. Il est aussi un médiateur de la longévité . Au total, ce mélange de polyphénols agissant comme anti oxydant est notre élixir de jouvence.

**LFR** : « Les Vertus du vin » fait référence à certaines études internationales qui démontrent les bienfaits du vin rouge sur la santé. Pour vous, quelle est l'étude de référence par rapport au sujet du livre et pourquoi ?

**DJPR** : Pour moi l'étude la plus significative est InterHeart publié par Yusuf en 2004 regroupant 52 pays et définissant 3 facteurs protecteurs majeurs pour la protection cardiovasculaire. Ces 3 facteurs sont l'activité physique, la consommation de fruits et légumes et la consommation modérée d'alcool ( 2 verres par jour) . Si on transpose ces résultats au vin qui est une solution de polyphénols végétaux dissous dans l'alcool, il regroupe à lui seul 2 des 3 facteurs protecteurs. Le fait de descendre à la cave chercher une bouteille et de la remonter peut représenter le 3ème facteur !



## LES VERTUS DU VIN



## JEAN-PIERRE RIFLER

**LFR :** Vous dites : « *Alors que sa consommation est en décroissance, les habitudes alimentaires des adultes s'orientent vers des repas plus sains, et le vin reste un lien convivial. Sa diabolisation actuelle fait culpabiliser même les plus sages. Le plaisir de la consommation raisonnable devient une tare pour les dictateurs de l'hygiénisme* ». Face aux reproches faits par une minorité agissante sur les dangers de l'alcool sans faire de distinction, et donc du simplisme, qu'avez-vous à opposer à celles et ceux qui prônent l'abstinence totale ?

**DJPR :** Si l'on compare l'effet anti oxydant du sang après absorption de jus de raisin , de vin blanc et de vin rouge, on remarque que seul le vin rouge procure une protection. En effet, ni les polyphénols seuls ni l'alcool seul ne sont actifs, c'est bien l'association des deux, sous forme de vin rouge qui nous protège. Par comparaison il faudra des litres de thé et beaucoup de chocolat, tous deux pourtant très riches en polyphénols anti oxydants, pour obtenir le même effet qu'un verre de vin rouge.

**LFR :** Votre thèse de doctorat en médecine a porté sur "Les polyphénols du vin rouge : relation avec la protection cardio-vasculaire". Quelle évolution constatez-vous depuis (conclusions des études,..)

**DJPR :** Depuis ma thèse il y a eu la Loi Evin en 1991, la déclaration d'Agnès Buzyn en 2015 qui nous a dit que « *l'alcool donne le cancer au premier verre* ». En 2018, l'étude du Lancet remettait en cause la courbe en J. Cette courbe en J décrite par Ellison qui montre un effet protecteur sur la mortalité toute cause d'une consommation modérée jusqu'à trois verres standard d'alcool par jour . Mais heureusement une nouvelle étude du Lancet publiée en 2022 par les mêmes investigateurs qu'en 2018 rétabli la vérité de la courbe en J .

**LFR :** Amateur de vins, vous êtes aussi membre de plusieurs confréries vineuses. Pour nous membres de la Commanderie des Costes du Rhône, votre apport est précieux, que diriez-vous à tous nos membres concernant votre travail d'amateur de vins ?



## LES VERTUS DU VIN



## JEAN-PIERRE RIFLER

**DJPR :** Ce livre est la synthèse de 30 années de travaux et de recherches. Il démontre bien que la quantité idéale est de trois verres par jour. Mon but est de prêcher la bonne parole, le vin n'est pas un toxique à dose modérée mais au contraire bénéfique pour la santé. Nous, amateurs de vin devons être rassurés et je compte sur nous tous pour diffuser la bonne nouvelle !

**LFR :** Et comment ! Quel conseil donneriez-vous à toute personne qui s'interroge sur sa consommation de vins ?



Docteur Jean-Pierre Rifler - crédit photo: Ophélie Rifler

**DJPR :** L'alcoolique est dépendant et n'a plus de plaisir, il recherche sa dose (d'alcool), sa seule amie c'est sa bouteille.

Un consommateur qui prend du plaisir à déguster, à partager, n'est pas un malade mais un homme sain et bienheureux même si il boit tous jours avec modération.

**LFR :** Vous avez dit que ce livre est le premier que vous écrivez pour le grand public. Avez-vous l'intention d'en écrire d'autres qui traiteraient de la santé et du vin ?

**DJPR :** Oui, pour cela je compte sur vous pour acheter mon livre, parlez-en autour de vous afin de convaincre mon éditeur d'en faire un deuxième !

**LFR :** Votre livre ne peut laisser insensible tout amateur de vin. Merci Docteur pour cet entretien qui aide à mieux comprendre le liens entre le vin et la préservation de notre santé. Et, bien évidemment, à votre santé !

**DJPR :** Merci à vous pour l'intérêt que vous portez à mon travail. A votre santé aussi !



## LES VERTUS DU VIN



JEAN-PIERRE  
RIFLER



### Les vertus du vin :

- VERSION LIVRE PAPIER
- 19.50 € (FRANCE)
- FORMAT 15 X 23.5CM
- 240 PAGES
- TOUT EN COULEURS
- COUVERTURE SOUPLE



ISBN 978-2-8289-2027

« *Le vin bu avec raison est  
une potion* »

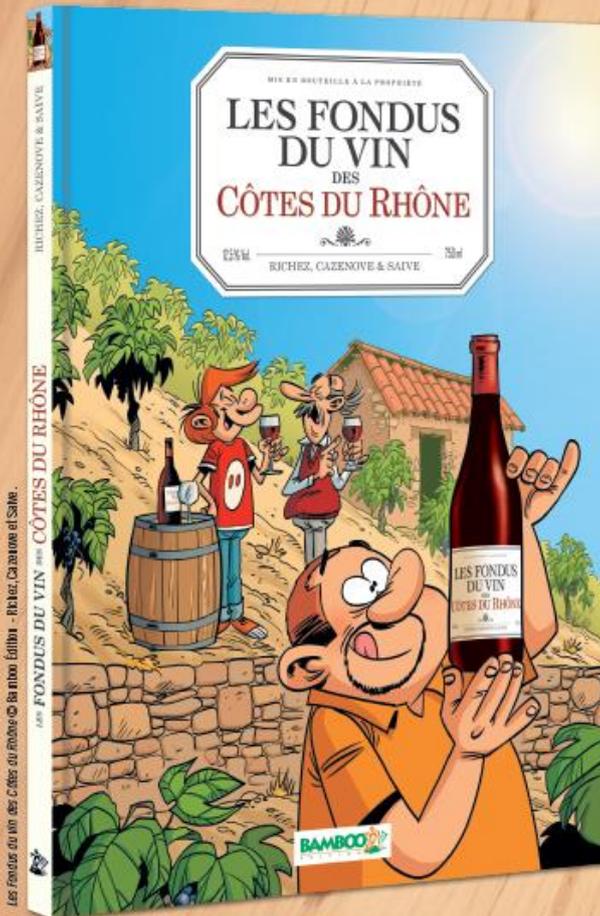


# LES FONDUS DU VIN



# DES CÔTES DU RHÔNE

## LES FONDUS DU VIN DES CÔTES DU RHÔNE



UNE COLLECTION  
POUR S'INITIER  
AU PLAISIR DU VIN !



BAMBOO ÉDITION  
www.bamboo.fr

**Plaisir de la  
lecture et de la  
découverte.**

Si, comme nous, vous aimez les dessins de notre ami Officier, Olivier SAIVE, n'hésitez surtout pas d'acquérir la série « Les Fondus du Vin », et plus particulièrement, l'album « Les Fondus du Vin des Côtes du Rhône ». En lisant ces bandes dessinées, vous aurez aussi du plaisir à découvrir la vie de ces personnages.

<https://www.bamboo.fr/bd-les-fondus-du-vin-9782818931639.html>



# LES FONDUS DU VIN



# L'AUTRE CAVE DU VIVARAIS

## L'AUTRE CAVE DU VIVARAIS



©Salve-Richez-Cazenove - Bamboo Edition

LES FONDUS DU VIN DES CÔTES DU RHÔNE – PAGE EXTRAITE DE L'ALBUM AVEC L'AIMABLE AUTORISATION DES EDITIONS BAMBOO ET D'OLIVIER SAIVE





2ème édition du  
SALON DES VINS DU RHÔNE



## Invitation à la Découverte de Nectars des Costes du Rhône

Vendredi 11 Novembre, de 10h à 19h  
En l'Hôtel Vandervalk – Congrès  
Salle « Boverie », 1er étage

La Commanderie des Costes du Rhône et sa Baronnie de Liège  
ont le plaisir de vous inviter

à participer à leur Grand Salon des Vins du Rhône,

au cours duquel seront présentés à la dégustation et à la vente  
un florilège des meilleurs nectars de Costes du Rhône,  
présentés et commentés par 25 vigneronns amis de la Baronnie :

Château Grand Callamand (Pertuis, Lubéron) – Domaine Au 7ème Clos (Visan) –  
Domaine Clos Romane (Cairanne) – Domaine Corinne Depeyre (Tulette) –  
Domaine Coste Chabrier (Vinsobres) – Domaine de Cassan (Beaumes de Venise) –  
Domaine de Coste Chaude (Visan) – Domaine de Cousignac (Bourg Saint Andéol) –  
Domaine de Deurre (Vinsobres) – Domaine de Fond Croze (St Roman de Malegarde) –  
Domaine de la Buissonnade (Travaillan) – Domaine de la Cabotte (Massif d'Uchaux) –  
Domaine de la Rouge Jouvence (la Baume de Transit) – Domaine de Violaine (Venelles, Aix-en-Provence)  
Domaine des Asseyras (Tulette) – Domaine des Banquettes (Rasteau) –  
Domaine des Davids (Viens, Ventoux) – Domaine du Bastidon (St Maurice sur Eygues) –  
Domaine Galevan (Chateauneuf-du-Pape) – Domaine de la Luminaille (Rasteau) –  
Domaine le Cri de l'Araignée (Ste Cécile les Vignes) –  
Mas St Louis (Chateauneuf-du-Pape) – Mourissime Vinum (Chateauneuf-du-Pape) –  
Terre de Ghaya (Bédoin, Ventoux) – Vignobles David (St Hilaire d'Ozilhan).

### Possibilité de se restaurer – Participation aux frais :

6 euros (incluant le verre de dégustation « Excellence » ou INAO des Costes du Rhône)  
8 euros (incluant le superbe verre de la Baronnie liégeoise des Costes du Rhône)

Avec le concours de la Fromagerie des Vennes (Sébastien Luthers)  
Et des Huiles d'Olive de Toscane (les Oliviers de Florence),





*Chapitre d'Automne  
de la  
Commanderie des Costes du Rhône*

*Invitation à la Soirée de Gala  
Ferme du Banneway, Louveigné  
Samedi 12 Novembre 2022, 18 hrs 30*



Photo : André Couatras





## SOMMAIRE

<b>L'EDITO DU REDAC' CHEF.....</b>	<b>1</b>
<b>Préambule.....</b>	<b>3</b>
<b>Etude : La mesure de la capacité antioxydante totale des vins rhodaniens par le système PAOTscan. -Résultats....</b>	<b>8</b>
<b>LE MOT DE CESAR .....</b>	<b>30</b>
<b>LIVRE : LES VERTUS DU VIN .....</b>	<b>31</b>
<b>Les vertus du vin : Entretien avec le Dr Rifler .....</b>	<b>33</b>





« **Liège au fil du Rhône** »©, Bulletin  
d'information de la Baronnie de Liège  
des Costes du Rhône

<https://fr-fr.facebook.com/Baronnie-Li%C3%A9geoise-des-Costes-du-Rh%C3%B4ne-979704565439387/>

Richard BONNECHERE \* Alain CASARIL \* Jean CHAVANNE \* Denis COOLEN \* Pierre LUTHERS \* Sébastien LUTHERS \* Didier MAES \* Pierre MARTIN \* Guy NIKELMANN \* Mireille SBRASCINI \* Albert THYSE \* Christian VANDERSANDEN \* Jacques WOLFS

Editeur responsable : Pierre Luthers  
([pl@enjeu.be](mailto:pl@enjeu.be))

Rédaction : Didier Maes  
([didier.maes@belgacom.net](mailto:didier.maes@belgacom.net))

Ont collaboré à l'élaboration de ce  
numéro : Pierre Luthers, Joël  
Pincemail, Olivier Saive Photos : la  
rédaction

Périodique – numéro 30 Spécial Santé  
Octobre -Novembre 2022©

Abonnement postal ; 50 € (Virement sur le  
compte BE29 0013 4894 6664)

L'alcool est à consommer avec modération  
mais surtout avec raison



*Ce numéro spécial de « Liège au fil du Rhône » a été possible grâce à l'investissement personnel des deux chercheurs, Joël Pincemail et Smail Meziane et à la collaboration du Docteur Jean-Pierre Rifler. Merci à eux trois d'avoir collaboré à ce numéro qui restera, peut-être, par son contenu, une référence.*



Vue sur la courbe du Rhône

