Bere vino tiene "in allenamento" il cervello. Parola di neuroscenziato

vino-e853a424

Niente di meglio del **vino** per **tenere il cervello "in allenamento"**. Parola di neuroscenziato. Secondo il dottor **Gordon Shepherd** della Yale School of Medicine, infatti, **bere vino (non importa se bianco o rosso) stimola l'attività del cervello più di ogni altra attività umana**. E non parliamo degli stati di alterazione provocati dall'eccessivo consumo di alcol, ma di un semplice processo degustativo.

Nel suo libro "**Neuroenology: how the brain creates the taste of wine**", Shepherd sostiene che l'atto di portare un bicchiere di vino alla bocca, con il conseguente coinvolgimento dei muscoli della lingua e dei recettori del gusto, determina **un'attività cerebrale superiore all'ascolto di musica e persino alla risoluzione di problemi matematici**. Ovviamente, aggiungiamo noi, è importante non eccedere con l'"allenamento".

Come riporta *l'Evening Standard*, il dottor Shepherd ha spiegato alla National Publica Radio statunitense che "il gusto non è nel vino; **il gusto è creato dal cervello quando si beve vino**". Più nello specifico, "le molecole contenute nel vino non hanno gusto o sapore, ma quando stimolano il nostro cervello quest'ultimo produce il sapore esattamente come produce i colori".

E adesso scusate, devo andare a fare un po' di ginnastica per il mio cervello. Salute!