

GLI ENOLITI NELL'ERBORISTERIA TRADIZIONALE E MODERNA

A cura di Maurizio Carturan

Il vino è oggi particolarmente apprezzato per le sue proprietà salutistiche e cosmetiche. Numerosi sono infatti gli articoli inerenti al suo impiego quale antiaggregante piastrinico, ipocolesterolemizzante ed adiuvante la circolazione periferica (proprietà, queste, derivanti dalla frazione polifenolica dell'uva) e numerosi sono gli stabilimenti termali che si avvalgono dell'impiego di vino in bagni,



maschere e massaggi per conseguire benefici effetti quali riduzione delle rughe, distensione e tonicità della pelle, scomparsa di edemi e gonfiori, ecc.

Se attualmente prevale l'utilizzo del vino in quanto tale, in passato esso è stato prevalentemente utilizzato quale solvente per l'estrazione di principi attivi di origine vegetale nella preparazione degli enoliti.

STORIA

La documentazione letteraria relativa all'impiego del vino in medicina ha radici molto antiche.

Il Talmud descrive il vino come la più antica medicina. I Sumeri avevano già elaborato delle ricette a base di erbe nel vino, ed una tavola cuneiforme della Farmacopea datata 2100 a.C. è in genere citata come il riferimento più antico sul vino medicinale.

La medicina dell'Egitto conteneva centinaia di ricette a base di vino alcune delle quali potrebbero addirittura precedere quelle della tavola sumera. Gli antichi Egizi usavano il vino quale elemento principale nel processo di imbalsamazione delle salme, mentre i medici lo impiegavano come corroborante insieme all'oppio e lo stramonio e come emostatico ed antisettico quando opportunamente mescolato a polveri di particolare pietre.

Con i medici dell'antica Grecia cominciò il pensiero scientifico sul vino e sulle sue proprietà terapeutiche. I Greci davano al vino un'importanza come veicolante, (facente circolare) cioè di sostanza che serve a sciogliere e rendere attivi e tollerabili i medicinali o quale medicinale vero e proprio.

Ippocrate ampliò l'uso Omerico del vino per il trattamento delle ferite e, per uso orale, come sedativo ipnotico, antipiretico, corroborante, utile per

le patologie gastroenteriche e del sistema cardiocircolatorio.

Anche nella cultura medica etrusca, di cui è nota la fitofarmacologia, il vino era ampiamente utilizzato, insieme al cavolo, sia come empiastro sulle ferite, le tumefazioni, gli ascessi, le lussazioni e addirittura il cancro della mammella, sia per via orale nelle malattie del fegato e della milza, nelle dissenterie e nelle coliche.

In epoca romana l'uso del vino quale rimedio terapeutico, divenne assai frequente, soprattutto nella preparazione di decotti a base di erbe medicinali. I vini aromatizzati, da essi preparati, erano individuati sotto il nome di *Aromatites* e *Mis*, uno dei più apprezzati; avevano infatti l'abitudine di allestirli, all'incirca come i profumi, prima con mirra poi con canna, giunco, cannella, zafferano e palma.

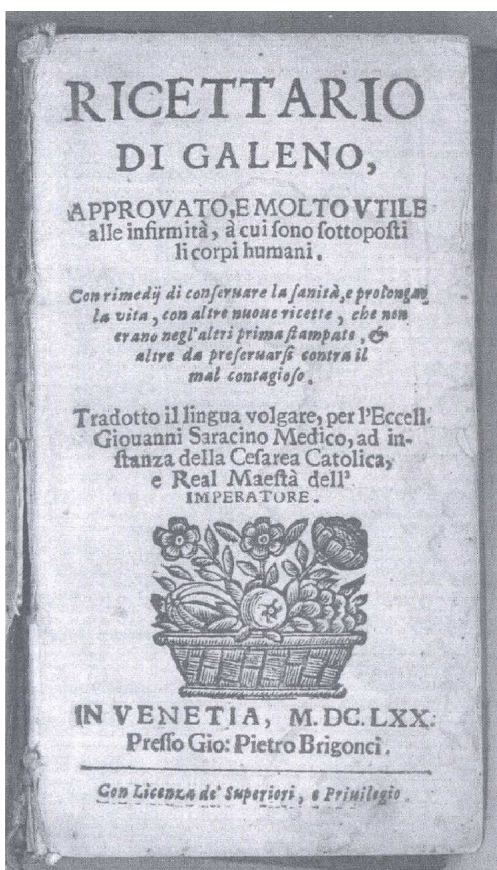
La fonte più ricca e dettagliata sull'uso del vino come rimedio, è quella offerta da Galeno. In un piccolo libro di circa 150 pagine, "*Il ricettario di Galeno*", approvato e molto utile alle infermità, a cui sono sottoposti li corpi humani" si trovano "rimedi per conservare la sanità e prolungare la vita" che suscitano estremo interesse per il medico ed il farmacologo.

Fra questi rimedi sembrano avere un'importanza precipua quelli che sono "composti" utilizzando vino.

Elemento naturale questo, al quale erano probabilmente attribuite proprietà quasi magiche, ma sicuramente riconosciuto come ottimo ed insostituibile eccipiente o veicolo di sostanze con caratteristiche farmacologiche ipotetiche, ma di sicuro interesse per la storia della medicina e della farmacia. Così Galeno, nella Terza Parte del suo piccolo trattato "*Di molt'herbe*", dà precise indicazioni di come utilizzare alcune droghe vegetali contenute nell'artemisia, nell'abrotano, nell'assenzio, nella salvia, nella nepida, nell'"herba saturegia", nell'"herba cardo", ecc., che possono essere estratte mediante macerazione nel vino.

La medicina occidentale fu a lungo dominata dal pensiero di Galeno e anche i suoi suggerimenti terapeutici sull'uso del vino furono dogmaticamente accettati e applicati.

Ma la testimonianza più ricca, contenuta nei 37 libri del *De naturali historia*, è quella di Plinio il Vecchio, per cui il fieno greco dava al vino un leggero profumo speciale; l'uva mischiata con farina di orzo, qualora fritta, realizzava un ottimo ricostituente energetico, mentre se mischiata con farina di fave, realizzava un efficace cataplasma per l'infiammazione dei testicoli; aggiungendo



assenzio al vino si realizzava una bevanda indicata a stimolare l'appetito; mescolando con acqua di mare diveniva un buon rimedio contro la febbre.

Plinio spiegò inoltre le proprietà anestetiche del vino come per l'azione dell'aceto sul carbonato di calcio, con formazione di acido carbonico, dalle leggere qualità anestetiche locali.

E' alla Scuola Salernitana che bisogna fare riferimento per trovare gli esempi più validi di un'organica trattazione della benefica influenza del vino sulla salute umana. I medici della Scuola erano fautori dell'uso moderato del vino, preferendo quello bianco e dolce in quanto ritenuto ricco di sostanze nutritive utili agli infermi. La loro raccomandazione si estendeva anche all'impiego del vino durante i pasti in quanto bere acqua con il cibo determina un "raffreddamento" dello stomaco con conseguente diminuzione delle possibilità digestive dei succhi gastrici.

In uno dei più completi manoscritti dei tempi passati sui vini medicinali del XIV secolo vengono riportate innumerevoli indicazioni sulle possibilità di impiego degli enoliti.

L'Autore del " *Trattato sui vini medicinali*", un ignoto medico che scriveva per gli speziali e gli aromatori, indica, sin dalla prefazione, che il vino migliore per le preparazioni è quello bianco prodotto da buoni vigneti con il quale è possibile preparare il vino "palmeo", idoneo ad assorbire nel modo migliore i principi attivi contenuti nelle droghe vegetali, erbe, fiori, radici, frutti, posti in infusione nel periodo della fermentazione del vino.

Così vengono descritti il vino cordiale, quello buglossato ed il lassativo, il vino cionato con mele cotogne, il rosmarinato contro la caduta dei capelli, la tubercolosi ed i tumori, il vino con la cicoria contro l'isterismo, il vino barbarico con

eccezionali effetti lenitivi sulle piaghe, il vino raspativo fatto con l'uva acerba e con i raspi dell'uva matura, con prodigiosi effetti lassativi, e quello per recuperare la memoria perduta preparato con l'immersione di un sacchetto di pepe nel vino bollente.

Notevoli effetti terapeutici si trovano anche nel vino epitimato per i melanconici, il vino eufragiato e fenicolato al finocchio, indispensabile per la vista diminuita nell'anziano, il vino isopirato per la tosse, il vino salinato alla salvia per le odontalgie, il vino invernale per i vecchi con canfora, mastiche, liquirizia, uva passa e zucchero e quello estivo con mosto e rose rosse secche, il vino contro la febbre quartana, terzana e quotidiana, il vino graminato, quello rigenerativo, il melico, il granato con grani di melograno, il vino che conforta braccia e gambe con zibibbo, cardamomo, cinnamomo, mastiche e coriandro ed infine quella panacea di vino all'oro spento che si otteneva immergendo una lamina d'oro arroventata nel vino 40 - 50 volte, lasciando poi chiarificare e indi colando con molta attenzione.

L'Autore sostiene che questo vino "*conforta il cuore, dissecca le impurità contenute nel sangue, con la sua chiarezza ha la forza di illuminare la sostanza del cuore e con la sua calidità quella di confortare lo spirito e di correggere il suo temperamento; preserva il sangue dalla cozione di cibi; conserva la giovinezza; preserva mirabilmente le facoltà nelle loro azioni, scioglie in modo speciale la ritenzione dell'urina; risana gli epilettici e gli insensati; giova ai lebbrosi*".

Il vino era anche eccipiente fondamentale della teriaca che nella storia della farmacia è forse il medicamento più famoso. Le ricette del prodotto

sono moltissime, ma in tutte un ingrediente era indispensabile: la *carne di vipera*, ritenuta

l'antidoto di ogni veleno ed il simbolo magico che deriva dalle caratteristiche esoteriche del serpente.

Nella tecnica di allestimento della teriaca si trovano, in tutte le ricette a nostra conoscenza, da 57 a 100 ingredienti diversi dissolti nel vino. Essa era considerata una vera e propria panacea contro tutti i mali, soprattutto quelli inspiegabili.

Abbiamo fin qui visto come l'impiego dei vini medicinali sia profondamente radicato nel tempo, occorre però precisare che è soltanto verso la fine del '700 che la farmacologia ha cominciato a elaborare formule razionali ed esatte per la loro preparazione.

PREPARAZIONE

Gli enoliti, detti anche tinture vinose o vini medicinali, sono soluzioni idroalcoliche di fitocomplessi di piante medicinali, ottenute per l'azione solvente di un opportuno vino su una droga in genere secca. Essi possono essere semplici se viene estratta una sola droga o composti se vengono estratte più droghe opportunamente associate.

Due sono i metodi usati per la loro preparazione, ma fra di essi è da preferire sicuramente il primo: 1) **MACERAZIONE** a temperatura ambiente.

2) **DILUIZIONE** di un Estratto Fluido.

Per ottenere una corretta macerazione occorre tenere in considerazione tre parametri:

1. scelta del giusto vino,
2. scelta della droga,
3. rapporto D/E.

Scelta del corretto vino

Il vino, solo se prodotto da

fermentazione alcolica da mosto d'uva di eccellente qualità senza che abbia subito

nessuna alterazione o

sofisticazione, deve avere circa 15° alcoolici.

Il vino è una miscela di sostanze in genere molto

complessa, che varia in funzione di: varietà dell'uva, clima del luogo, clima dell'annata, suolo, sistema di vinificazione, ecc., ma che indicativamente è formato da:

Sostanze contenute	nel vino
Acqua	80 – 95%
Alcool	6 – 18%
Glicerolo	0,4 – 1,2%
Tanini	0,01 – 0,5%
Altre sostanze	variabili

Tale tabella è estremamente incompleta, in quanto molte sono le "altre sostanze" presenti in un vino: zuccheri, tartrati, sali minerali, sostanze azotate, aldeidi, chetoni, vitamine, gomme e pectine, acidi, ecc., le quali sono variabili come quantità.

Usandolo come solvente si verifica che: la parte alcolica discioglierà i principi attivi apolari (oli essenziali, principi amari, glucosidi, resine, alcaloidi, ecc.); l'acqua quelli polari (zuccheri, gomme, sali minerali, antociani, tannini, ecc.); mentre le altre sostanze contribuiranno in vario modo alla solvatazione dei principi attivi.

Esso andrà scelto in base alle droghe che si dovranno estrarre la scelta verterà su vini di tipo: rosso, bianco, liquoroso, in base ai criteri qui di seguito riportati.



Il **Vino rosso** si utilizza per estrarre droghe contenenti sostanze tanniche ed astringenti, la cui azione risulterà potenziata dai tannini contenuti nel vino. Volendolo utilizzare per altre droghe si dovrà ricorrere all'eliminazione dei tannini, usando uno qualunque dei metodi riportati dalla letteratura enologica specializzata.

Non bisogna usare vini che contengono molta acidità totale come: Barbera, Fiesia, Grignolino.

Fa quelli usati ricordiamo: Barolo, Gattinara, Barbaresco, Nebiolo.

Il **Vino bianco** si utilizza per estrarre droghe diuretiche, la cui azione sarà potenziata dalle analoghe proprietà possedute da tali vini. Fra quelli usati ricordiamo: Soave, Vermentino, Verdicchio.

Si usano inoltre per estrarre piante contenenti principi attivi (enzimi, proteine, alcaloidi, ecc.) che, reagendo con i tannini dei vini rossi, darebbero origine a precipitati insolubili. Tali reazioni impoverirebbero l'enolito dei principi attivi estratti, modificando o annullando le proprietà terapeutiche dello stesso.

Il vino bianco è in genere di basso grado alcolico, quindi va cotto con alcool etilico,

portandolo a 15 gradi alcolici. A questo proposito esiste una tabella per l'alcoolizzazione in cui è riportata la quantità di alcool che deve essere aggiunta per raggiungere la gradazione desiderata.

Il **Vino liquoroso o dolce**, in genere di oltre 15 gradi alcolici, si usa per estrarre droghe che contengono resine, oli essenziali o altre sostanze facilmente alterabili. Impiegato, inoltre, per estrarre droghe toniche o stomachiche, che saranno potenziate dall'attività del vino stesso.

Si impiegano poi per preparazioni che devono essere tendenzialmente conservate per un periodo più lungo, in quanto più è alto il grado alcolico, più lungo potrà essere il periodo di conservazione.

Fra quelli usati ricordiamo: Vin Santo, Pantelleria, Marsala, Vernaccia sarda, Greco, Malvasia, Moscato.

Scelta della droga

Per consuetudine e praticità, le droghe si usano in genere secche, in quanto quelle fresche modificherebbero il già basso grado alcolico del vino, impedendone la conservazione o costringendo l'esecuzione di calcoli per riaggiustarlo.

Sapendo però che alcune piante, una volta essiccate, sono impoverite o completamente prive del loro fitocomplesso, è assolutamente necessario estrarle da fresche. Esse sono quelle contenenti: vitamina C (dette antiscorbutiche), principi solforati, glucosidi che, se subiscono degradazione enzimatica, risultano poco solubili o insolubili in un vino che, per la sua bassa gradazione, è molto polare, ecc.

Rapporto D / E

La FUI VI Edizione indica quale rapporto droga / estratto (D / E) quello di 1 / 20, inteso come

rapporto Peso Secco / Estratto in caso di pianta fresca.

Tale rapporto si può tranquillamente intendere Peso / Volume, pertanto, significa che si fanno macerare 5 g di droga ogni 100 ml di vino.

Tale rapporto non sempre è rispettato. Ciò dipende dalla pratica esercitata e dalle caratteristiche delle droghe.

Procedimento

La droga, pesata ed opportunamente sminuzzata o contusa, viene posta in un maceratore e ricoperta del vino scelto per l'estrazione, in volume adeguato. Si procede con la macerazione per 10 – 15 giorni agitando energicamente almeno tre volte al giorno. Alla fine si decanta e si torchia la droga ancora imbevuta di solvente a pressione non troppo elevata, per evitare la fuoriuscita di mucillagini che intorbidirebbero l'enolito. Le due parti di liquido vengono poi miscelate e dopo 24 – 48 ore si decanta e si riporta a volume con lo stesso tipo di vino usato per l'estrazione.

La FUI VI Edizione prevedeva anche la diluizione degli estratti fluidi nel vino prescelto. Tale sistema è da evitare poiché diluire un estratto fluido, in genere di 60 – 70 gradi alcoolici, nel vino di 10 – 20 gradi alcoolici, significa far precipitare molti dei principi attivi in esso contenuti. Si noterà infatti la formazione di un corpo di fondo o un intorbidimento, con il progressivo impoverimento o l'eliminazione totale dei principi attivi dell'estratto.

Un terzo metodo di preparazione dei vini medicinali potrebbe essere rappresentato dalla soluzione diretta di farmaci in vino.

Conservazione

Gli enoliti vanno conservati in bottiglie di vetro scuro, chiuse ermeticamente, piene, al riparo dalla luce ed in luoghi freschi.

Ognuno di essi ha una vita più o meno lunga, che è in stretta relazione con il grado alcoolico. Di solito, più il grado alcoolico è basso, più breve sarà il periodo di conservazione possibile. I vini italiani che meglio si conservano sono quelli dell'Italia meridionale ed insulare, poiché hanno un grado alcoolico ed una quantità di zucchero superiore a quella di altre regioni.

Per quanto riguarda la quantità di vino medicinale da preparare di volta in volta, è consigliabile produrre solo quello che si pensa di consumare in breve tempo, per evitare alterazioni quali l'acetificazione, la decolorazione (soprattutto per i vini rossi) e inoltre la formazione di depositi e di "fondi" che possono modificarne il sapore.

Se ben conservati la loro durata è di uno, massimo due anni.

I VINI MEDICINALI NELLA FARMACOPEA

La F.U. VI Edizione riportava sei vini medicinali. Per la loro preparazione era prescritto l'uso di vino Marsala per la sua diffusione a livello nazionale e per le sue caratteristiche ben precise e spesso



costanti. Il suo sapore ed odore gradevole si presta peraltro a nascondere sapori ed odori poco piacevoli dei farmaci.

Questi enoliti sono:

Vino di boldo (balsamico)

Estratto fluido di boldo p. 50
Tintura di arancio amaro p. 50
Vino di Marsala p. 900
Si lasci la miscela in riposo per cinque giorni,
quindi si filtri su carta

Vino chinato – vino di china (tonico)

Estratto fluido di china p. 50
Vino di Marsala p. 950
Si lasci la miscela in riposo per cinque giorni,
quindi si filtri su carta.

Vino di china ferruginoso (tonico ricostituente)

Estratto di malato di ferro p. 20
Vino di china p. 980
Si stemperi l'estratto di malato di ferro nel vino di china, si lasci a riposo per qualche tempo, quindi si filtri su carta

Vino di Cascara sagrada (lassativo)

Estratto fluido di cascara sagrada deamarizzato p. 200
Tintura di arancio amaro p. 50
Vino di Marsala p. 750
Si lasci la miscela in riposo per cinque giorni,
quindi si filtri su carta.

Vino di condurango (tonico analgesico)

Estratto fluido di condurango p. 50
Tintura di arancio amaro p. 10
Vino di Marsala p. 940
Si lasci la miscela in riposo per cinque giorni,
agitando di frequente, quindi si filtri su carta.

Vino con rabarbaro (digestivo)

Estratto fluido di rabarbaro p. 50
Tintura di arancio amaro p. 50
Vino di Marsala p. 900
Si lasci la miscela in riposo per cinque giorni,
agitando di frequente, quindi si filtri su carta.
Dopo la VI edizione della F.U., oggi siamo alla XI,
i vini medicinali non compaiono più.

I VINI MEDICINALI OGGI

Il progresso dell'industria farmaceutica ha praticamente annullato le preparazioni magistrali

e galeniche. Così, come per tante altre classi di prodotti farmaceutici, i vini medicinali, non sono più preparati.

Oggi, dopo l'indiscusso primato dei farmaci che hanno consentito e consentono la cura delle più varie patologie, si è avuto un ritorno al passato in nome del "biologico", del "naturale", nel tentativo di evitare per quanto possibile gli effetti collaterali indesiderati.

Gli enoliti, in uso fin dall'antichità, potrebbero quindi essere riproposti nel trattamento o nella prevenzione, di numerosi disturbi. In tabella 1 si possono individuare solo alcuni esempi dei numerosi enoliti che possono essere allestiti semplicemente anche a livello domestico e qui di seguito riporto alcune formulazioni:

Vino di aglio

L'*Allium sativum* è una nota pianta bulbosa che si usa in cucina, dall'aroma intenso e dalle notevoli proprietà terapeutiche. L'aglio cura: inappetenza, disturbi intestinali e diuretici; agisce da ipotensivo e da regolatore cardiovascolare; esercita una benefica azione sulle arterie ritardando il processo di aterosclerosi, combatte gli effetti della nicotina, è vermifugo e contribuisce ad abbassare il tasso di glicemia.

Due sono le formulazioni trovate per la preparazione del vino di aglio, con differente indicazione terapeutica:

FORMULAZIONE N° 1

Ingredienti: 8 spicchi di aglio

1 cucchiaino da caffè di assenzio secco

1 litro di vino rosso (Bonarda)

Fare bollire il vino, unire gli spicchi d'aglio tagliati finemente e l'assenzio, spegnere il fuoco, mettere un coperchio e lasciare riposare per trenta minuti. Filtrare accuratamente e imbottigliare.

Bere due bicchierini da liquore al giorno, dopo i pasti, escludendo qualsiasi altra bevanda alcolica. Per togliere il sapore dell'aglio, masticare due chicchi di caffè. Questo vino è indicato contro vermi, febbre ed è un buon ricostituente.

FORMULAZIONE N° 2

Ingredienti: 10 spicchi di aglio (sbucciati)

1 litro di vino bianco

Schiacciare l'aglio e farlo macerare nel vino per dieci giorni, poi filtrare e conservare in luogo fresco. Berne due bicchierini ai pasti contro l'aterosclerosi.

Vino di betulla

La betulla è uno stupendo albero, tipico delle regioni nord europee, dall'azione diuretica ed antisettica. Può essere utilizzata come diuretico nelle condizioni edematose, con ritenzione idrica e/o iperazotemia, e nella litiasi urinaria. Trova indicazione anche nel trattamento della cellulite. Il vino si prepara con:

Foglie di betulla g 30-50

Vino bianco l 1

Lasciare macerare con il vino in un vaso a chiusura ermetica, per dieci giorni. Al termine del tempo indicato, filtrare, imbottigliare e bere un bicchierino al mattino per combattere i gonfiori delle gambe.

Vino di biancospino

Il biancospino è un arbusto o alberello vegetante

in Italia ai bordi dei boschi a diverse altezze. La droga, rappresentata da foglie e fiori di biancospino, ha un'azione ipotensiva e sedativa indicata in caso di lievi insufficienze cardiache, aritmie, ansia, nervosismo, ipereccitabilità. Il vino si prepara con:

Fiori di biancospino g 60
Vino bianco secco (Pinot) l 1

Po il vino, e i fiori di biancospino in un recipiente con chiusura ermetica e lasciare macerare il composto, in un luogo buio e asciutto, per dieci giorni. Filtrare e imbottigliare. Bere un bicchierino mezz'ora prima di coricarsi, in caso di insonnia e di ansia.

Vino composto di damiana messicana

Le doti della Turnera aphrodisiaca sono facilmente intuibili dal nome stesso della pianta, proprietà che possono essere esaltate con l'aggiunta di altre erbe stimolanti:

Foglie di Damiana g 30
Scorze di arancio amaro g 30
Radici di ginseng g 10
Noci moscate g 5
Vino Marsala l 1

Berne due bicchierini da liquore nella giornata.

Vino composto di finocchio

Il finocchio è un'erba vivace, diffusa in tutta la penisola, di un verde bluastrato con odore caratteristico inconfondibile. Tutta la pianta possiede interessanti proprietà salutari: i semi per preparare un ottimo infuso, la radice fortemente diuretica, la pianta fresca tutta utilizzabile in cucina.

Semi di finocchio g 60
Semi di anice g 10
Semi di coriandolo g 10
Vino bianco secco l 1

Far macerare nel vino tutti gli ingredienti, in un recipiente a chiusura ermetica, per quindici giorni. Trascorso il tempo indicato, filtrare con cura e imbottigliare. Il vino così ottenuto ha proprietà

carminative. Berne un bicchierino prima dei pasti principali e un cucchiaio dopo il pasto, per combattere la formazione di gas nell'intestino ed attenuare il gonfiore allo stomaco

Vino composto di frangula

Corteccia di sicuro effetto lassativo, è ben tollerata anche nelle stitichezze croniche. Si macerano per dieci giorni:

Corteccia di frangula	g	200
Scorze di arancio amaro	g	20
Anice stellato	g	5
Vino rosso dolce	l	1

Dose : un cucchiaio prima di coricarsi.

CONCLUSIONI

Il vino è un solvente duttile per l'estrazione di numerosi principi attivi di origine vegetale in grado di fornire un prodotto di elevato valore, sia per le proprietà possedute dalle piante medicinali, sia per le proprietà del vino stesso. I vini medicinali sono infatti preparazioni ottenute dalla macerazione a freddo nel vino, per un determinato periodo di tempo, di sostanze vegetali o minerali che così rilasciano gran parte delle loro proprietà medicamentose. Si crea quindi una vera e propria sinergia: i principi curativi del vino e i principi attivi delle piante associati fra loro esaltano le singole capacità, raggiungendo effetti medicamentosi notevoli.

Oltre alle decantate proprietà terapeutiche del vino non bisogna dimenticare le ben più note proprietà organolettiche, ampiamente apprezzate sulle tavole italiane, che consentono di realizzare prodotti gradevoli. L'Italia è poi un paese la cui produzione di vino è elevata e diversificata in tutto il suo territorio e, fra di essi, molti si prestano per tali preparazioni. I vini medicinali, pertanto, potrebbero anche assumere valenza etica ed economica.

Sarebbe quindi interessante ripropo queste preparazioni farmaceutiche già diffusamente

impiegate in passato.

BIBLIOGRAFIA

- [1] - Andrea Cuccia, 'La Farmacopea del Vino', Unìon Editorial, Marzo 2001
- [2] - Bruno Pelle, 'Il manuale del fitopreparatore', Studio Edizioni, Settembre 1998
- [3] - Giuseppe Sicheri, 'Il potere curativo del vino' Red Edizioni, 2001
- [4] - Dora Venturelli, 'Erbe sottovetro', Natura & Benessere, Giugno 2002
- [5] - Enrica Pugno, 'L'estratto di semi d'uva, il vino, la vite: alimenti o farmaci?', Erboristeria Domani, 71-88, Marzo 1999
- [6] - Alessandra Vitali, 'Bacco, elisir di bellezza', La Repubblica, 25, lunedì 30 settembre 2002
- [7] - <http://www.omeopatia.com>
- [8] - <http://www.calicedivino.it>
- [9] - <http://italia.novaroma.org>
- [10] - <http://www.slowfood.it>
- [11] - <http://www.erbeofficinali.it>
- [12] - <http://www.sottocoperta.net>
- [13] - <http://www.pubit.it>

