

Vinoterapia:

Origen y Beneficios en la Salud

El término **vinoterapia** hace referencia a la unión de las terapias alternativas y los beneficios saludables del [vino](#). La vinoterapia como la conocemos, nació en Graves aunque hoy en día se conoce en todo el mundo y consiste en el empleo de distintos tipos de uva, mostos, aceites derivados de la uva y vinos, para llevar a cabo los tratamientos pertinentes. Hay datos que hablan de que ya en la Edad Media, se mezclaba el vino con hierbas medicinales con el objetivo de conseguir efectos curativos, pues los polifenoles de las uvas combaten los radicales libres.



Últimamente, existe un gran interés que día a día va creciendo sobre la denominada “Cultura del vino”. Cuando hablamos de está, no solo hacemos referencia al conocimiento del vino para su consumo, sino que de alguna manera los consumidores quieren descubrir todo lo relacionado con las bodegas, su entorno y sus vinos. Esto hace que los amantes del vino, se planteen como opción, visitar las bodegas, pasear por las viñas, conocer el proceso de elaboración del vino desde la uva hasta que llega a la mesa, en resumidas cuentas, hacer enoturismo. Por ello el vino ya no es un solo elemento que se pone en la mesa, de alguna manera hay inquietud por conocer todo su mundo y las posibilidades que ofrece fuera de la mesa.



Según diferentes informes hoy en día se determina que gracias a los componentes del vino, este posee infinidad de propiedades: es relajante, tonificante, reduce el estrés, disminuye las reacciones alérgicas, tiene efecto antihistamínico, acción antibacteriana, eleva en la sangre el colesterol bueno, disminuye el nivel de insulina, tiene un importante poder antioxidante, fortalece el colágeno....logicamente partiendo siempre de un consumo moderado y responsable.

Desde vinosalacarta.com, te invitamos a que semanalmente descubras junto a nosotros todos los beneficios que ofrece la vinoterapia