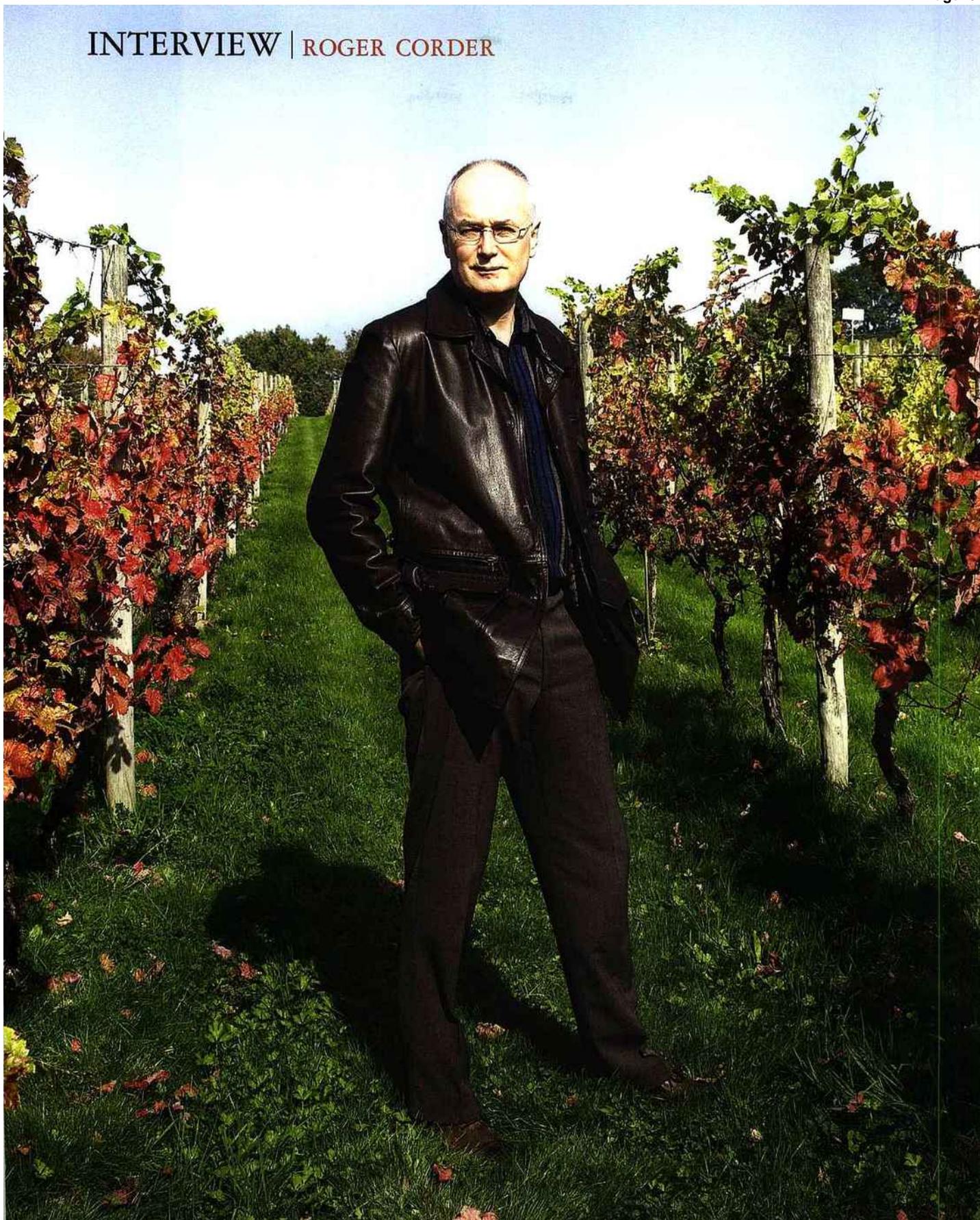




## INTERVIEW | ROGER CORDER



# Le plaidoyer d'un chercheur

par Jean-Charles Chapuzet, photographies Guilhem Alandry

**L**es Anglo-Saxons viennent encore à notre secours pour ce troisième conflit mondial qu'est la guerre du mieux-boire ! « *Trinquer deux à trois verres de vin par jour est bénéfique pour la santé* », assure le professeur Roger Corder, réveillant du même coup notre « *french paradox* ». Dans ce combat, les Français étaient pionniers mais, à en croire la diabolisation du vin qui perdure, leurs missives sont restées lettre morte. Avec son ouvrage, Corder va-t-il nous libérer ? Depuis plus de quinze ans, ce scientifique anglais étudie les bienfaits de la consommation de vin sur la santé. Professeur de médecine expérimentale à l'université Queen Mary de Londres (à l'institut de recherche William Harvey), il analyse des échantillons de vins rouges dans le but d'établir des palmarès des vins propres à allonger la durée de vie. Et vient de publier un livre aux éditions Thierry Souccar, « Boire mieux pour vivre vieux », où il est aussi question des vins du Sud-Ouest...

**En référence au titre de votre livre, en quoi mieux boire allongerait-il la durée de vie ?**

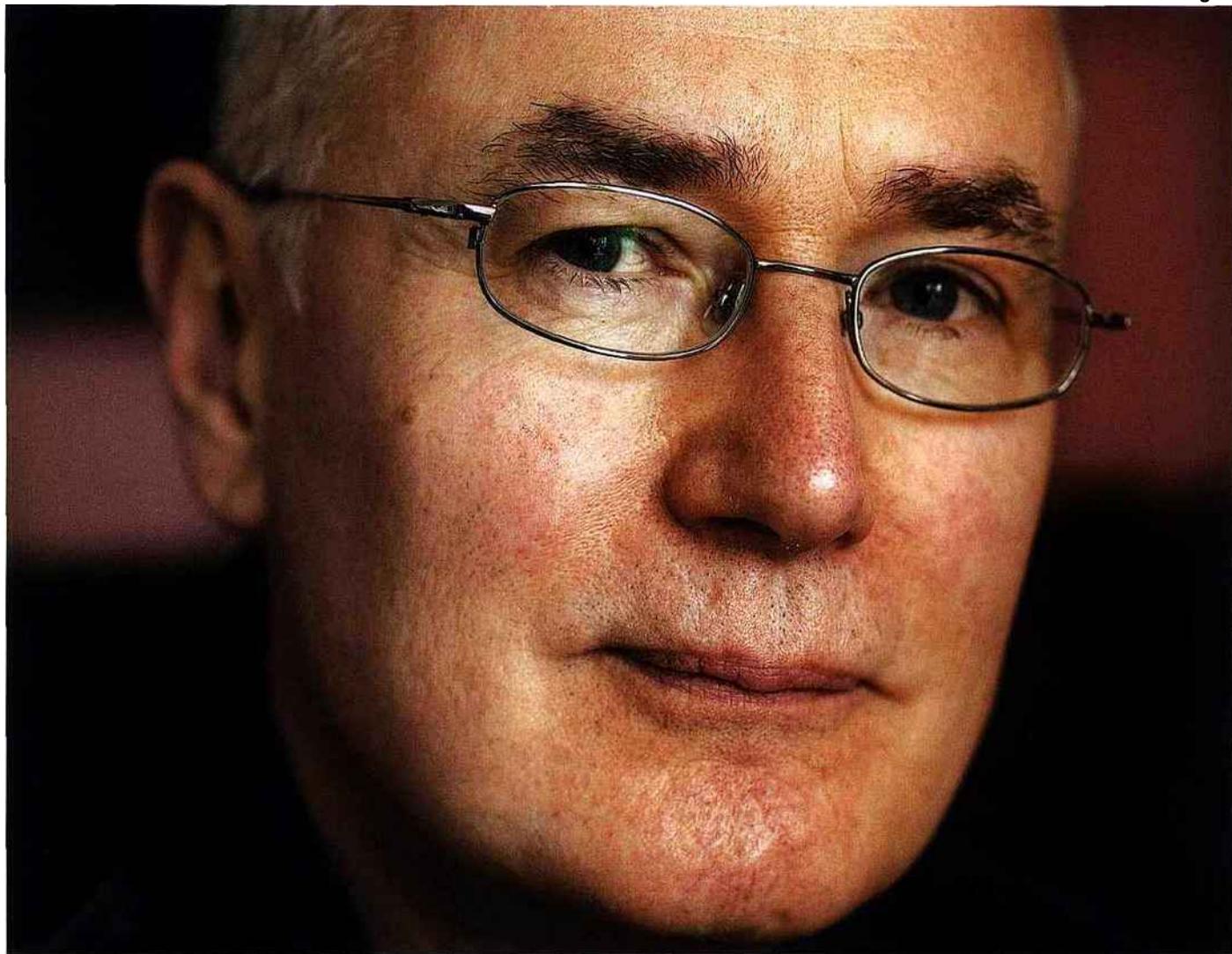
Pour vivre plus longtemps, plusieurs facteurs sont importants, mais peut-être que le plus important d'entre eux est de réduire la probabilité de risque de maladie cardiovasculaire. Des vaisseaux sanguins en pleine santé ne sont pas uniquement importants pour maintenir un cœur en forme, mais aussi pour maintenir le cerveau (pour éviter l'accident vasculaire cérébral), le bon fonctionnement des reins, des yeux pour prévenir de la cécité et d'autres organes encore. Ma conclusion, après plusieurs années de

recherches, est que boire certaines sortes de vins rouges peut accroître l'espérance de vie.

**Comment en êtes-vous arrivé à cette conclusion ?**

La motivation pour poursuivre cette étude est venue de la lecture de plusieurs rapports indiquant que la consommation modérée d'alcool réduisait le risque d'accident cardiaque. Ce constat était plus important quand il s'agissait du vin rouge plutôt que de n'importe quelle autre boisson alcoolisée. De fait, nous nous sommes posé la question suivante : « *Est-ce que tous les vins rouges ont les mêmes propriétés ?* » À savoir, s'il y avait un composant spécialement protecteur, plus ou moins élevé en fonction des vins, et enfin savoir si un type de vin était bénéfique pour la santé. Il s'est avéré que la France et la Sardaigne furent particulièrement intéressantes pour tester cette hypothèse. La France a des variations régionales concernant la mortalité masculine en dessous de 65 ans pour cause de maladies cardiaques, sachant qu'interviennent l'environnement régional ou les facteurs de régime alimentaire. Et traditionnellement, le vin produit dans une région est la boisson de base de sa population.

Quant à la Sardaigne, elle a une forte proportion de centenaires, particulièrement dans la province du Nuoro. Relativement isolée de l'ensemble de l'Italie et historiquement très faible importatrice d'autres vins, la population a toujours eu tendance à consommer sa production locale. Ensuite, il s'agit de savoir si les composants du vin rouge qui sont bénéfiques pour les vaisseaux sanguins correspondent à des vins produits dans des régions où la longévité de la vie est importante.



“Par leurs propriétés, la consommation des vins du Gers et de **Fronton**, à raison de deux à trois verres par jour, est bénéfique pour la santé”

D'entrée, précisons que la procyanidine (de la famille des polyphénols) est la composante clef qui améliore la santé des vaisseaux sanguins. Et nous avons trouvé dans les vins de deux régions où la longévité est importante (Nuoro en Sardaigne et le Gers en France), une forte présence de procyanidine. Dans les vins du Gers, cette caractéristique provient du cépage tannat et dans le Nuoro, c'est le grenache cultivé en haute altitude. Nous avons trouvé cette même propriété pour la négrette des vins de Fronton dans le Sud-Ouest de la France.

Par leurs propriétés, la consommation de ces vins, à rai-

son de deux à trois verres par jour, est bénéfique pour la santé.

**Devrait-il y avoir une loi de santé publique obligeant la consommation modérée et journalière de vin ? Les Gersois feraient fortune...**

Beaucoup de vignerons français aimeraient une telle loi, mais cela semble improbable. Toutefois, en comprenant davantage les effets bénéfiques du vin, un label serait possible indiquant le taux de flavonoïdes et de procyanidines – par verre de vin par exemple – afin que les consommateurs choisissent en connaissance de cause.

**Plus spécifiquement, conseillez-vous de boire des vins du Sud-Ouest de la France plutôt que des bourgognes ou des vins de Loire ?**

Ma recommandation est davantage de boire un style de vin plutôt que simplement des vins originaires du Sud-Ouest. Les vins très tanniques et très structurés sont généralement très riches en procyanidines, je les recommande pour être en bonne santé. Ensuite, plusieurs facteurs jouent sur la présence de procyanidines : le cépage, le terroir, la maturité du raisin, la macération ou encore la cuvaison. J'ai trouvé quelques cabernets sauvignon avec un taux plus important de procyanidines que dans des tannats de madiran ou de saint-mont, mais ils sont rares. Mon livre mentionne d'autres variétés de vins de toute la France qui sont d'excellents choix pour le consommateur.

**La vigne, le vin, les caves représentent le plus grand trésor français. Pourtant, les pouvoirs publics ne cessent de diaboliser ce patrimoine. Est-ce une exception française ?** Malgré mes nombreuses visites en France, j'ai du mal à comprendre pourquoi les différents aspects du vin continuent de subir ces basses attaques ; peut-être est-ce la jalousie des personnes qui ne prennent pas de plaisir dans la gastronomie et veulent-ils miner ceux qui en prennent ? Mais il serait trop facile de seulement se plaindre et de se comporter en victime. Dans l'évolution de la société, il y a toujours un cap d'adaptation et de survie. L'abus d'alcool

et l'excès de consommation sont devenus problématiques en Europe et le fait que les vins soient de plus en plus alcoolisés n'a certainement pas aidé. Ainsi les vigneron ont besoin de prendre plus de responsabilité dans leur façon de faire du vin (moins alcoolisés et n'atteignant pas les 16° !) s'ils ne veulent pas être diabolisés.

**Votre ouvrage, après de nombreuses thèses vantant les vertus médicinales du vin, est à nouveau « un pavé dans la mare ». Est-ce la revanche du politiquement incorrect ou celle de la culture du vin, de sa dégustation, de sa gastronomie ?**

Je pense que ça peut apparaître comme la revanche du politiquement incorrect. À savoir que depuis plus de vingt ans, des gens disent que le vin rouge est bon pour la santé, et particulièrement les vendeurs de vins aux États-Unis et en Grande-Bretagne. Mais, dans le même temps, le style du vin a évolué pour être plus facile à boire, moins tannique, plus fruité et plus alcoolisé, notamment les vins du Nouveau-Monde. Je voudrais dire que ces vins ont peu ou pas d'effets bénéfiques. Si les consommateurs demandent réellement des vins bons pour la santé, ils se détourneront de ce type de vins. De plus, ils conjugueront la structure tannique du vin avec une bonne cuisine, c'est cette expérience gastronomique qui m'a amené à aimer la France. Élaborer des vins doux, fruités, avec des tannins souples et beaucoup d'alcool, voilà la caractéristique recherchée pour les vins rouges dits « modernes », mais ils sont totalement inappropriés à l'expérience culinaire ■