

# Κρασιά και Οινοπνεύματα!!!



Ερευνητική εργασία  
του 2ου ΕΠΑΛ Αιγάλεω, τάξη Α'  
Επιβλέποντες καθηγητές:  
ΔΑΡΑΚΗ ΣΤΕΦΑΝΙΑ ΠΕ 04  
ΚΩΤΣΟΚΑΛΗ ΜΑΡΙΑ ΠΕ 19  
Χρόνος διεξαγωγής: Β' τετράμηνο 2012-13

# ΠΡΟΛΟΓΟΣ

- Ένας ποιητής είπε κάποτε «Όλο το σύμπαν υπάρχει σένα ποτήρι κρασί». Ίσως δεν θα μάθουμε ποτέ με ποιά έννοια το είπε αυτό, αφού οι ποιητές δεν γράφουν για να είναι κατανοητοί. Είναι όμως αλήθεια ότι αν κοιτάζουμε σ' ένα ποτήρι από αρκετά κοντά, βλέπουμε όλο το σύμπαν. Υπάρχουν σ' αυτό όλες οι φυσικές επιστήμες, το περιδινούμενο υγρό, που η εξάτμιση του εξαρτάται από το φύσημα του αέρα και τον καιρό, τα είδωλα μέσα στο ποτήρι και τα άτομα που φανταζόμαστε.
- Το ποτήρι είναι απόσταγμα γήινων πετρωμάτων και στη σύσταση του κρύβονται τα μυστικά της ηλικίας του σύμπαντος και της εξέλιξης των άστρων. Ποιά περίεργη διάταξη χημικών ουσιών υπάρχει στο κρασί; Πως προήλθαν;
- Υπάρχουν τα ένζυμα, τα υποπροϊόντα και τα προϊόντα. Εκεί μέσα στο κρασί βρίσκεται η μεγάλη γενίκευση: όλη η ζωή είναι προϊόν ζύμωσης.
- Κανείς δεν μπορεί να ανακαλύψει τη χημεία του κρασιού χωρίς να ανακαλύψει, όπως ο Παστέρ, την αιτία των ασθενειών. Πόσο έντονο είναι το χρώμα του κρασιού, «πατώντας» την ύπαρξή του στη συνείδηση αυτών που το παρατηρούν! Αν τα μικρά μυαλά μας, για ευκολία, διαιρούν αυτό το ποτήρι κρασί και αυτό το σύμπαν, σε κομμάτια -Φυσική, Χημεία, Γεωλογία, Αστρονομία, Φιλοσοφία κ.λ.π – να θυμάστε ότι η φύση δεν το ξέρει! Ας τα βάλουμε λοιπόν πάλι όλα μαζί, για να μην ξεχάσουμε και την αιτία ύπαρξης του κρασιού. Ας το αφήσουμε να μας προσφέρει ακόμη μία ευχαρίστηση.

Ας το πιούμε και ας τα ξεχάσουμε όλα!!

Richard Feynman.

από το βιβλίο

«Το κβαντικό σύμπαν»



# Τι είναι το κρασί;

- Το **κρασί** (επίσης **οίνος**) είναι ένα αλκοολούχο ποτό προϊόν της ζύμωσης των σταφυλιών ή του χυμού τους (μούστος). Ποτά παρεμφερή του κρασιού παράγονται επίσης από άλλα φρούτα ή άνθη ή σπόρους, αλλά η λέξη *κρασί* από μόνη της σημαίνει πάντα κρασί από σταφύλια.



# Ιστορικά στοιχεία

- Το αμπέλι, από το οποίο προέρχεται το κρασί έχει σύμφωνα με τους παλαιοντολόγους, προΐστορία πολλών εκατομμυρίων ετών. Πριν ακόμα από την εποχή των παγετώνων ευδοκίμούσε στην πολική ζώνη, κυρίως στην Ισλανδία, στη Βόρεια Ευρώπη αλλά και τη βορειοδυτική Ασία.



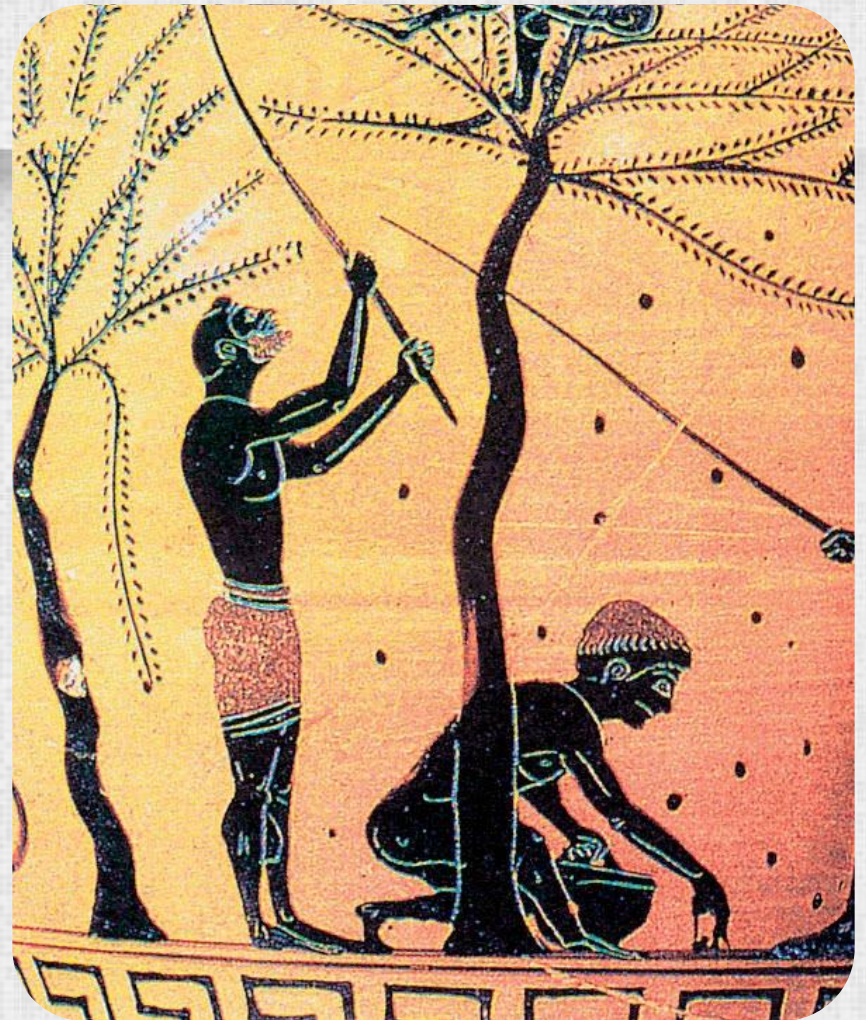
- Στην πορεία των χρόνων, διάφοροι πληθυσμοί άγριων αμπέλων μετακινήθηκαν προς θερμότερες ζώνες, κυρίως προς την ευρύτερη περιοχή του νοτίου Καυκάσου. Στην περιοχή αυτή, μεταξύ Ευξείνου Πόντου, Κασπίας θάλασσας και Μεσοποταμίας, γεννήθηκε το είδος **Άμπελος η οиноφόρος** (λατ. *Vitis vinifera*). Οι διαφορετικές ποικιλίες αυτού του είδους καλλιεργούνται και σήμερα.



- Η διαδικασία της αμπελουργίας εικάζεται πως έχει τις ρίζες της στην αγροτική επανάσταση και τη μόνιμη εγκατάσταση πληθυσμών με σκοπό την καλλιέργεια, χρονολογείται δηλαδή γύρω **στο 5000 π.Χ.**

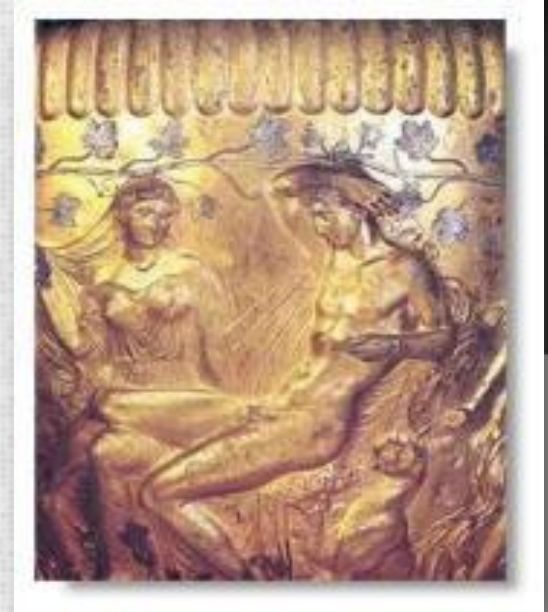


- Από τους πρώτους γνωστούς αμπελοκαλλιεργητές θεωρούνται οι αρχαίοι Πέρσες, οι Σημιτικοί λαοί και οι Ασσύριοι. Μεταγενέστερα οι γνώσεις αμπελουργίας και οινοποιίας μεταφέρθηκαν στους Αιγύπτιους, τους λαούς της Φοινίκης και τους πληθυσμούς της Μικρασίας και του Ελλαδικού χώρου.



# Κρασί και αρχαία Ελλάδα

- Οι [Αρχαίοι Έλληνες](#) έπιναν το κρασί αναμειγνύοντας το με [νερό](#), σε αναλογία συνήθως 1:3 (ένα μέρος οίνου προς τρία μέρη νερού). Διέθεταν ειδικά σκεύη τόσο για την ανάμειξη ([κρατήρες](#)) όσο και για την ψύξη του. Η πόση κρασιού που δεν είχε αναμειχθεί με νερό ("άκρατος οίνος") θεωρείτο βαρβαρότητα και συνηθιζόταν μόνο από αρρώστους ή κατά τη διάρκεια ταξιδιών ως τονωτικό. Διαδεδομένη ήταν ακόμα η κατανάλωση κρασιού με μέλι καθώς και η χρήση μυρωδικών



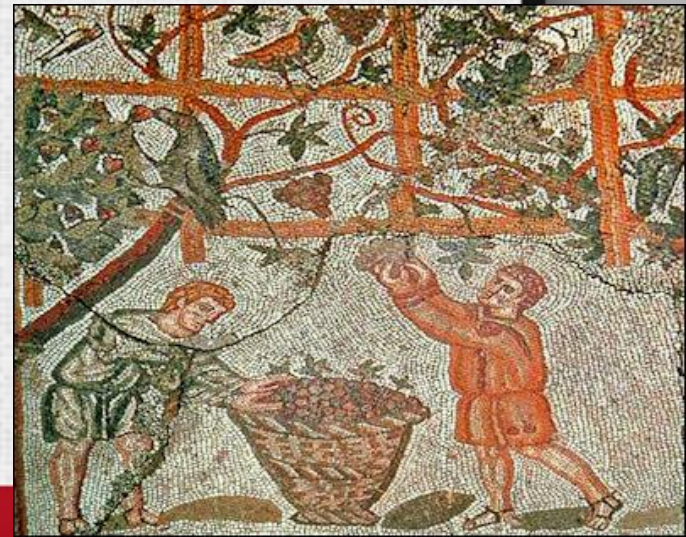


- Το κρασί εμφιαλωνόταν σε ασκούς ή σε σφραγισμένους πήλινους αμφορείς, αλειμμένους με πίσσα για να μένουν στεγανοί.
- Το εμπόριο των ελληνικών κρασιών απλωνόταν σε ολόκληρη τη Μεσόγειο μέχρι την ιβηρική χερσόνησο και τον Εύξεινο πόντο και αποτελούσε μία από τις σημαντικότερες οικονομικές δραστηριότητες.



# Κρασί και αρχαία Ρώμη

- Οι Ρωμαίοι ήρθαν σε επαφή με το κρασί από τους Έλληνες αποίκους και τους γηγενείς [Ετρούσκους](#) και επιδόθηκαν επίσης στην αμπελοκαλλιέργεια. Με την κατάρρευση της [Ρώμης](#) και τις μεταναστεύσεις των λαών η αμπελουργία γνώρισε περίοδο ύφεσης. Σε κάποιες περιοχές η αμπελουργία εγκαταλείφθηκε για αιώνες. Σημαντικό ρόλο στην διάσωση της οινοποιίας είχαν οι κληρικοί και μοναχοί, που χρειάζονταν το κρασί για τελετουργικούς σκοπούς. Την εποχή του [Καρλομάγνου](#) και του [Μεσαίωνα](#), η τέχνη του κρασιού γνώρισε ξανά άνθιση.



# Κρασί και Βυζάντιο

- Στο Βυζαντινή Αυτοκρατορία, οι μεγαλύτερες εκτάσεις γης ανήκαν στην εκκλησιαστική περιουσία και οι μοναχοί επωμίστηκαν την καλλιέργεια των αμπελιών καθώς και την παραγωγή του κρασιού. Αυτή την περίοδο μάλιστα πρέπει να εγκαταλείφθηκε και η πρακτική της ανάμειξης του κρασιού με νερό.



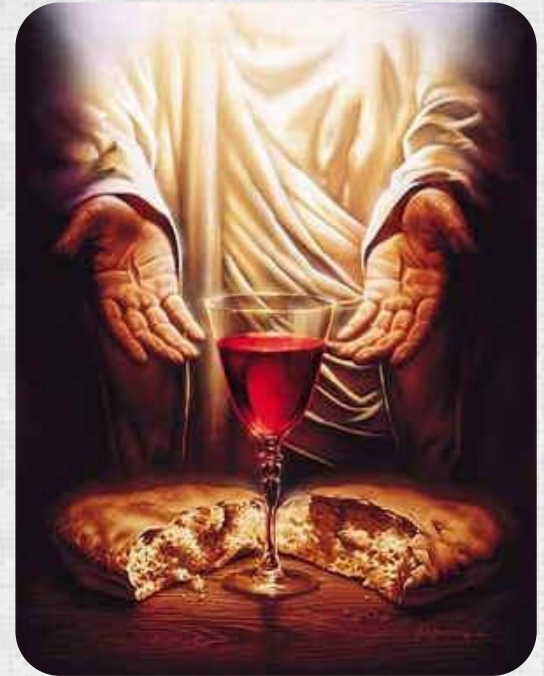
# Κρασί και Δύση

- Στη Δύση, την ίδια περίοδο, η τέχνη του κρασιού γνώρισε μεγάλη ανάπτυξη. Το [16ο αιώνα](#) είχε εξαπλωθεί στην [Ισπανία](#) αλλά και στη [Γαλλία](#). Την εποχή αυτή προωθούνται και αρκετές τεχνικές καινοτομίες, όπως η χρήση [γυάλινης](#) φιάλης και [φελλού](#). Επιπλέον γίνεται γνωστή η παρασκευή αφρώδους οίνου (όπως για παράδειγμα η [σαμπάνια](#), που αποδίδεται στον Γάλλο βενεδικτίνο μοναχό Περινιόν).



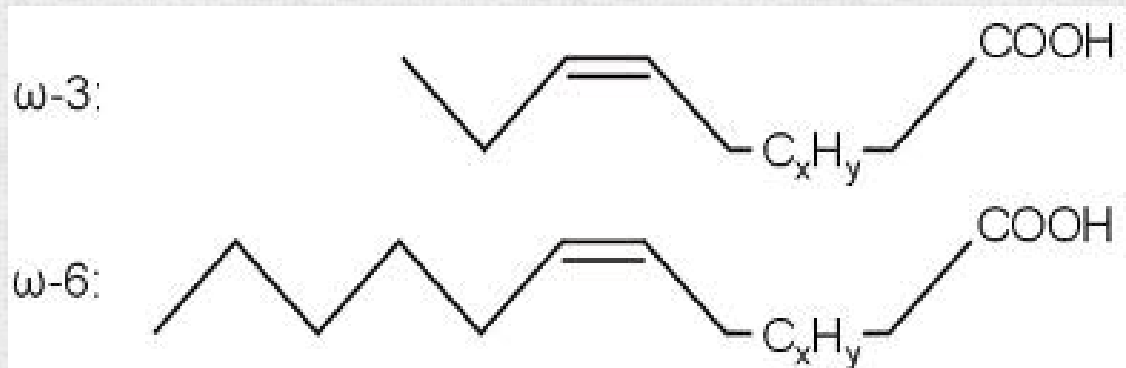
# Το κρασί στη Θρησκεία

- Με οίνο τιμούσαν οι αρχαίοι Έλληνες τους θεούς στις σπονδές και με αγγεία κρασιού για συνοδεία, αποχαιρετούσαν τους νεκρούς τους.
- Στους Βυζαντινούς, το κρασί είχε ιδιαίτερο συμβολισμό. Προστατευμένο από τη χριστιανική θρησκεία, με τον ίδιο το Χριστό να αναφέρεται ως «άμπελος» και τη θεία κοινωνία να προσφέρεται στους πιστούς ως το αίμα του.



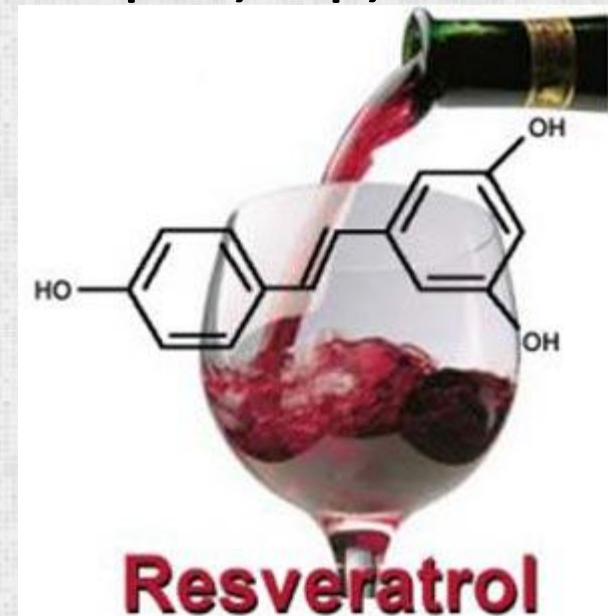
# Κρασί, το Α και το... Ω-3 για την υγεία

- Ένα με δύο ποτηράκια κόκκινο κρασί την ημέρα φαίνεται ότι ενισχύουν τα επίπεδα των λιπαρών οξέων ω-3 του οργανισμού μας. Τα ω-3, κύρια πηγή των οποίων είναι τα λιπαρά ψάρια όπως (σολομός, ρέγκα, σκουμπρί κ.ά.), αποτελούν φυσική «ασπίδα» κατά της στεφανιαίας νόσου ενώ παράλληλα ενισχύουν την εγκεφαλική δραστηριότητα. Οι επιστήμονες παρατήρησαν ότι το κόκκινο κρασί – ένα ποτηράκι για τις γυναίκες και δύο για τους άνδρες αντίστοιχα – εμφάνιζε μεγαλύτερη ευεργετική δράση για τον οργανισμό σε σχέση με τα υπόλοιπα είδη αλκοόλ. Μάλιστα όσοι έπιναν κόκκινο κρασί εμφάνιζαν υψηλότερα επίπεδα λιπαρών οξέων ω-3 συγκριτικά με όσους έτρωγαν ψάρια.

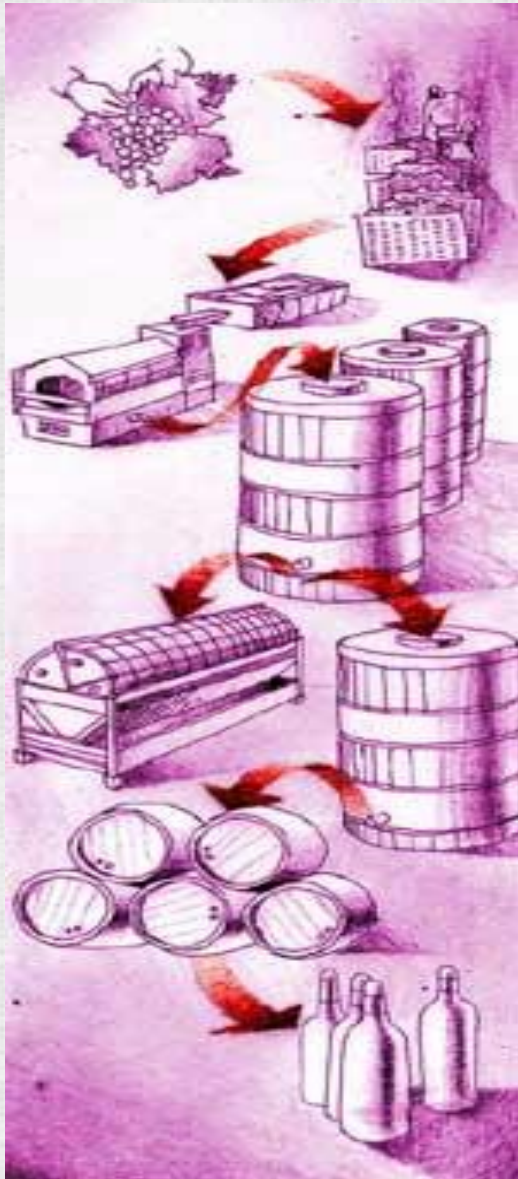


# Η θαυματουργή ουσία του κόκκινου κρασιού ρεσβερατρόλη

- Μπορεί να προφυλάξει και τον ανθρώπινο οργανισμό από προβλήματα όπως τα καρδιακά νοσήματα, η οστεοπόρωση, ο καταρράκτης και ο κακός συντονισμός της κίνησης.



# Από το αμπέλι στη φιάλη

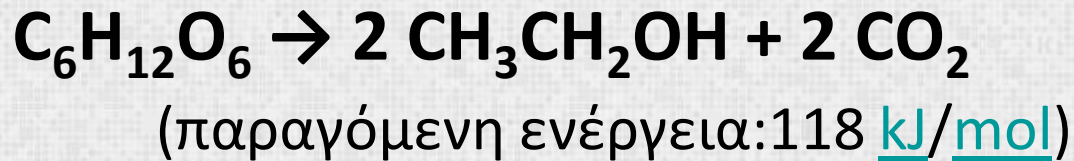




# Αλκοολική ζύμωση

Η ζύμωση σε χυμό φρούτων (σταφυλιών, μήλων κλπ), κατά την οποία τα ζάκχαρα μετατρέπονται σε αλκοόλη.

Η χημική εξίσωση που περιγράφει την αλκοολική ζύμωση της γλυκόζης είναι η εξής:



όπου

$\text{C}_6\text{H}_{12}\text{O}_6$  η [γλυκόζη](#),

$\text{CH}_3\text{CH}_2\text{OH}$  η [αιθανόλη](#) (είδος αλκοόλης)

$\text{CO}_2$  το [διοξείδιο του άνθρακα](#)



# Τύποι των κρασιών

## Χρώμα

- λευκά, ροζέ, και ερυθρά

## Γλυκύτητα

- ξηρά, ημίξηρα, ημίγλυκα, και γλυκά

## Περιεκτικότητα σε διοξείδιο του Άνθρακα

- ήσυχα, ημιαφρώδη και αφρώδη



- Σημαντικό **διακριτικό** κάθε κρασιού είναι και το χρώμα του. Τα κρασιά διακρίνονται γενικά σε **λευκά, κόκκινα** και **ροζέ**. Είναι λανθασμένη η γενικευμένη άποψη πως το χρώμα του σταφυλιού καθορίζει και το χρώμα του κρασιού. Στην πραγματικότητα **οι χρωστικές ουσίες** του σταφυλιού περιέχονται στα στερεά μέρη του (**στέμφυλα**) και επομένως το χρώμα του σταφυλιού παρέχει το χρώμα του κρασιού μόνο αν και τα στερεά του μέρη συμμετέχουν **στην διαδικασία της ζύμωσης**



- Ο **μούστος** τόσο των κόκκινων όσο και των ανοιχτόχρωμων ποικιλιών διαθέτει το ίδιο **ανοιχτό χρώμα**. Έτσι, κόκκινο κρασί παράγεται από ποικιλίες κόκκινων (ή μαύρων) σταφυλιών με την προϋπόθεση ότι τα στερεά τους μέρη συμμετέχουν στη ζύμωση, ενώ λευκά κρασιά μπορούν να παραχθούν από οποιαδήποτε ποικιλία εφόσον τα στερεά μέρη των σταφυλιών διαχωριστούν στη διαδικασία της ζύμωσης. Τα ροζέ κρασιά, παράγονται όπως και τα κόκκινα, με τη διαφορά ότι τα στερεά μέρη των σταφυλιών παραμένουν στη ζύμωση για ένα πολύ σύντομο χρονικό διάστημα, συνήθως μικρότερο από μία ημέρα.



- Επιπλέον υπάρχουν κάποιες ειδικές κατηγορίες κρασιών όπως είναι ο **αφρώδης οίνος**, ο οποίος **περιέχει και το διοξείδιο του άνθρακα** ("ανθρακικό") που παράγεται κατά τη διάρκεια της ζύμωσης



- Τα κρασιά μπορούν να ταξινομηθούν επίσης ως **ξηρά, γλυκά ή ημίγλυκα**. Η γλυκύτητα των κρασιών μπορεί να μετρηθεί κατά τη διαδικασία της συγκομιδής αν και στην πράξη **καθορίζεται από το ποσό της ζάχαρης που παραμένει στο κρασί μετά από τη ζύμωση**. Έτσι, το ξηρό κρασί δεν περιέχει υπόλοιπο ζάχαρης.



# ΑΛΚΟΟΛ ΚΑΙ ΑΝΘΡΩΠΙΝΗ ΥΓΕΙΑ

## Τα υπέρ και τα κατά

## της κατανάλωσης αλκοόλ

### ΜΕΓΑΛΗ ΚΑΤΑΝΑΛΩΣΗ

### Κατά

#### ΕΓΚΕΦΑΛΟΣ

##### Μειωμένη ανάπτυξη

- Σύνδρομο Βερνίκε-Κόρσακοφ
- Διαταραχές όρασης
- Σύγχυση
- Μειωμένη μνήμη

##### Ψυχολογικές επιπτώσεις

- Οξυθυμία
- Αντικοινωνικότητα
- Κατάθλιψη
- Άγχος
- Πανικός
- Ψυχώσεις
- Παραισθήσεις
- Διαταραχές ύπνου

#### ΣΤΟΜΑ, ΤΡΑΧΕΙΑ, ΟΙΣΟΦΑΓΟΣ

- Καρκίνος

#### ΑΙΜΑ

- Αναιμία

#### ΚΑΡΔΙΑ

- Αλκοολική καρδιομυοπάθεια

#### ΗΠΑΡ

- Κίρρωση
- Ηπατίτιδα

#### ΣΤΟΜΑΧΙ

- Χρόνια γαστρίτιδα

#### ΠΑΓΚΡΕΑΣ

- Παγκρεατίτιδα

#### ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΟΣ ΙΣΤΟΣ

- Αυξάνει τον κίνδυνο διαβήτη τύπου 2

### ΜΙΚΡΗ/ΜΕΤΡΙΑ ΚΑΤΑΝΑΛΩΣΗ

### Υπέρ

#### ΕΓΚΕΦΑΛΟΣ

- Μειώνει τον κίνδυνο «σκωπητών» θρόμβων
- Μειώνει τον κίνδυνο άνοιας

#### ΑΙΜΑ

- Αυξάνει την «καλή» χοληστερίνη
- Μειώνει τις θρομβώσεις
- Μειώνει το ινωδογόνο
- Αυξάνει την ινωδόλυση
- Μειώνει την αγγειοσύσπαση λόγω στρες
- Αυξάνει τη ροή αρτηριακού αίματος

#### ΣΚΕΛΕΤΟΣ

- Αυξάνει την οστική πυκνότητα

#### ΕΝΔΟΚΡΙΝΙΚΟ

- Αυξάνει την ευαισθησία στην ινσουλίνη
- Μειώνει τον κίνδυνο εμφάνισης διαβήτη

#### Κοινές επιπτώσεις για μεγάλη και μικρή κατανάλωση

##### ΑΡΘΡΩΣΕΙΣ

- Μειώνει τον κίνδυνο ρευματοειδούς αρθρίτιδας

##### ΧΟΛΗΔΟΧΟΣ ΚΥΣΤΗ ΚΑΙ ΝΕΦΡΑ

- Μειώνει τον κίνδυνο δημιουργίας πέτρας

TA NEA



# Ποτό κι εγκυμοσύνη

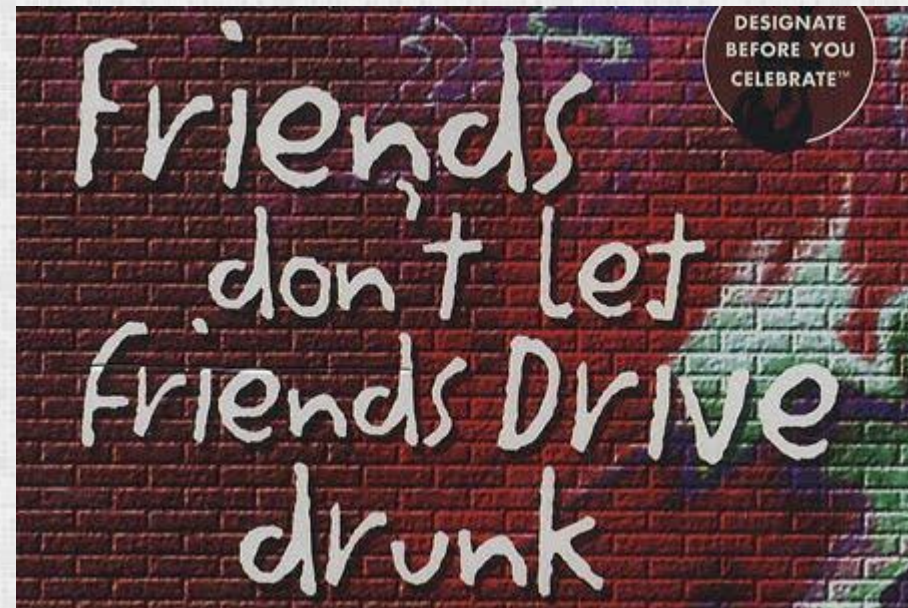
- Το αλκοόλ **άρει** τις αναστολές στον άνθρωπο , επηρεάζοντας έτσι και τις αποφάσεις που παίρνει. Για παράδειγμα , μπορεί να αυξήσει τον κίνδυνο **μίας ανεπιθύμητης εγκυμοσύνης**.
- Μεταξύ των καταστροφικών συνεπειών του αλκοόλ για **το παιδί** περιλαμβάνονται η **καθυστέρηση της σωματικής ή πνευματικής ανάπτυξης** και **διαφορές σωματικές βλάβες**.





# ΟΔΗΓΗΣΗ ΚΑΙ ΑΛΚΟΟΛ

- Με μεγάλη ποσότητα αλκοόλ **το άτομο παύει να είναι νηφάλιο**. Τέτοιου είδους αλλαγές στη συμπεριφορά μπορούν να **επηρεάσουν την ικανότητα οδήγησης ενός οχήματος** (αυτοκινήτου, μοτοποδηλάτου, ποδηλάτου) η ακόμα να γίνουν αιτία να υποστεί το ίδιο το άτομο ατύχημα από **διερχόμενο όχημα**.



# Αλκοολισμός

- Ο αλκοολισμός **καταστρέφει την αυτοπεποίθηση**. Για τον αλκοολικό η **ανάγκη για αλκοόλ προηγείται της οικογένειας**, της εργασίας και της κοινωνικής ζωής.
- Όσο και αν προσπαθεί να ελέγξει τον εαυτό του δεν μπορεί. Ολόκληρη η **ζωή του χάνει τον προσανατολισμό της**, με αποτέλεσμα να χρειάζεται βοήθεια.



# Υπηρεσίες Βοήθειας

**Απεξάρτηση Αλκοολικών**

**Ανώνυμοι Αλκοολικοί και Ανώνυμοι Εξαρτημένοι**

Ερατοσθένους 13 Παγκράτι,

Τηλέφωνο επικοινωνίας: 210-7011977

**Ανοικτή Γραμμή**

Ανοικτής Απεξάρτησης Αλκοολικών

Τηλέφωνο επικοινωνίας: 210-5323803



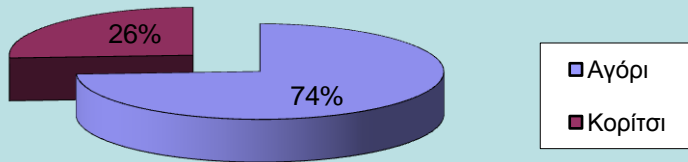
# Έρευνα

- Συνήθειες κατανάλωσης και επίδραση του αλκοόλ στους νέους.

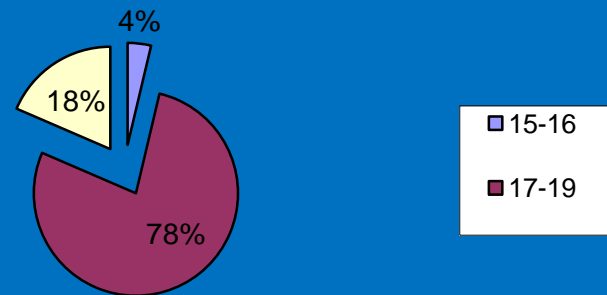


# Δείγμα:

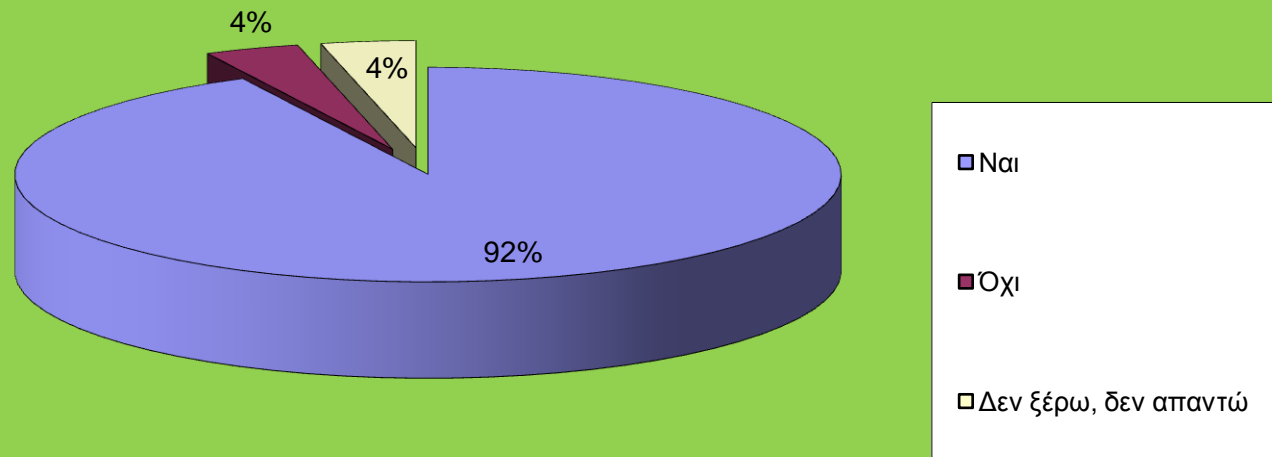
## 1. Φύλο



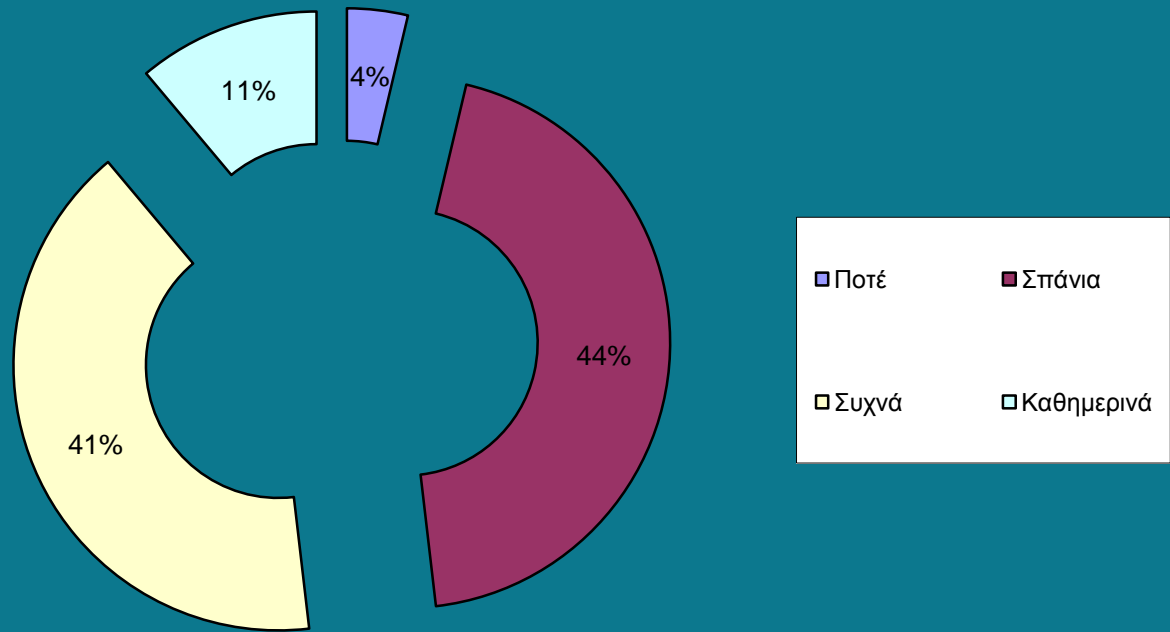
## 2. Ηλικία



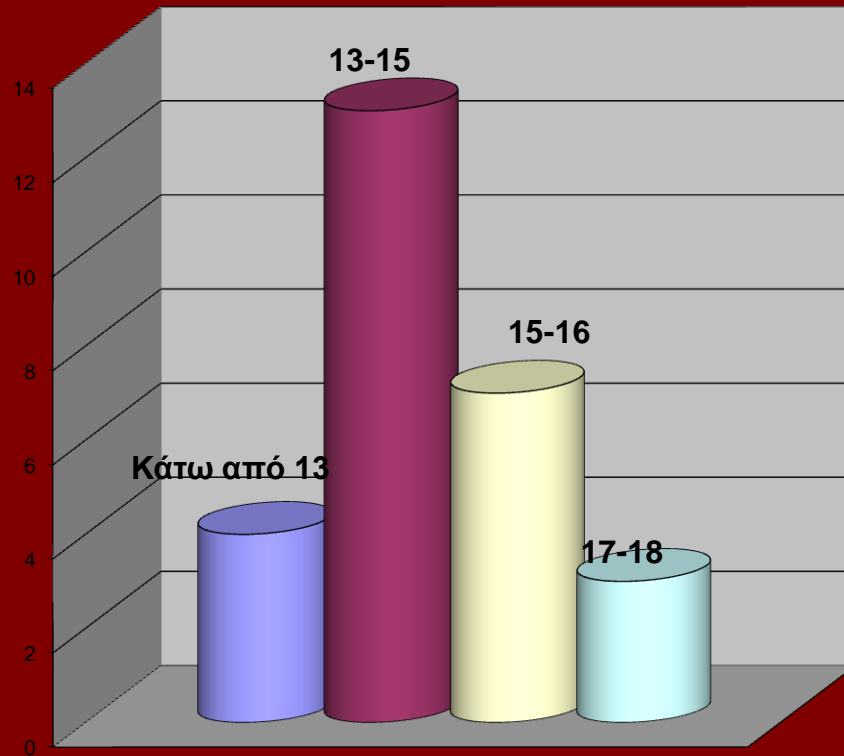
**3. Είναι σημαντικό οι μαθητές να ενημερώνονται για ζητήματα της καθημερινής ζωής όπως η κατανάλωση αλκοόλ ;**



#### 4. Πόσο συχνά καταναλώνετε αλκοόλ;

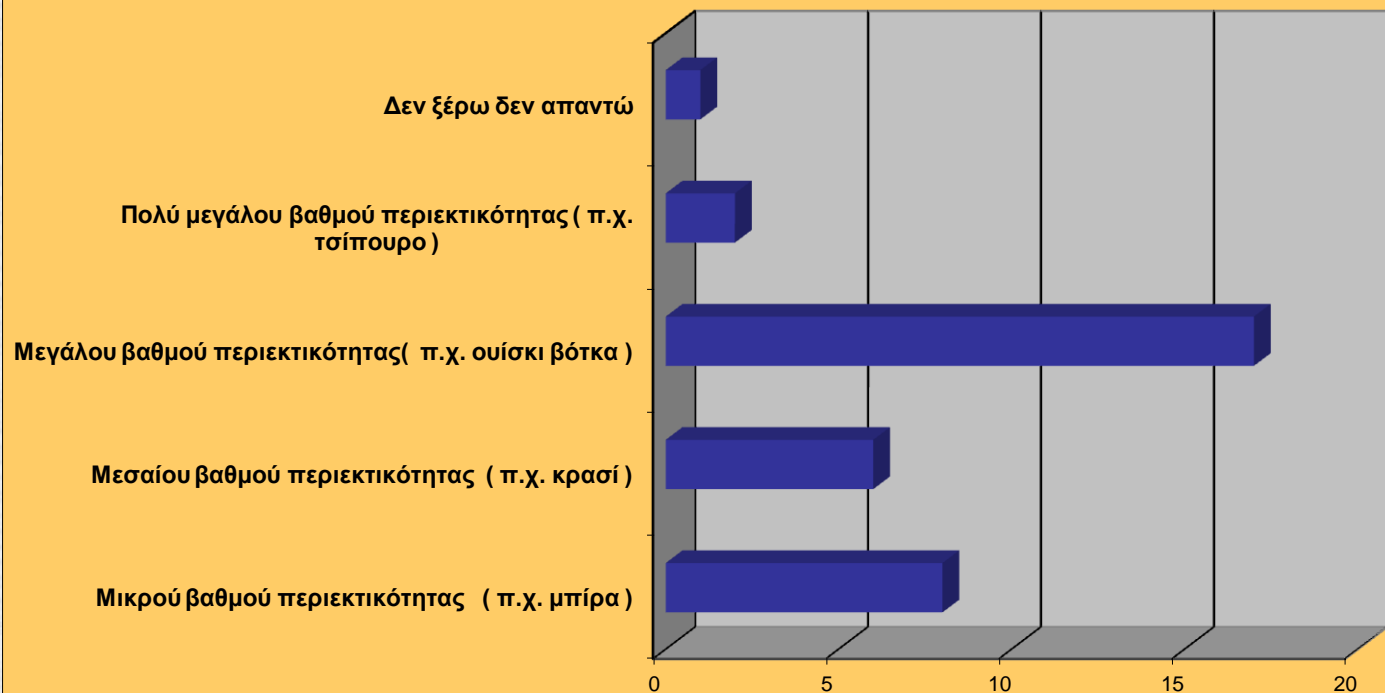


## 5. Σε ποια ηλικία είχατε την πρώτη επαφή σας με αλκοόλ;

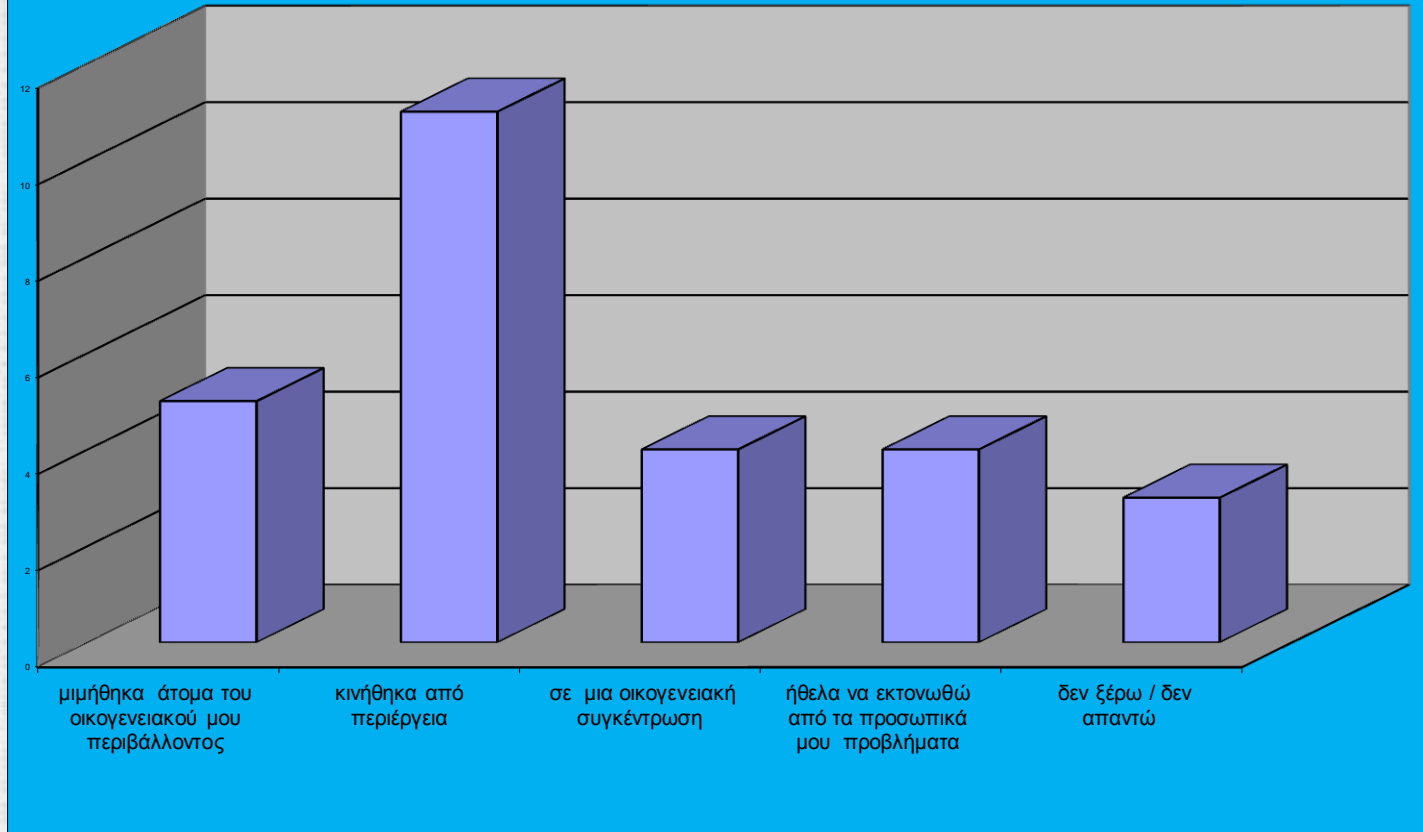




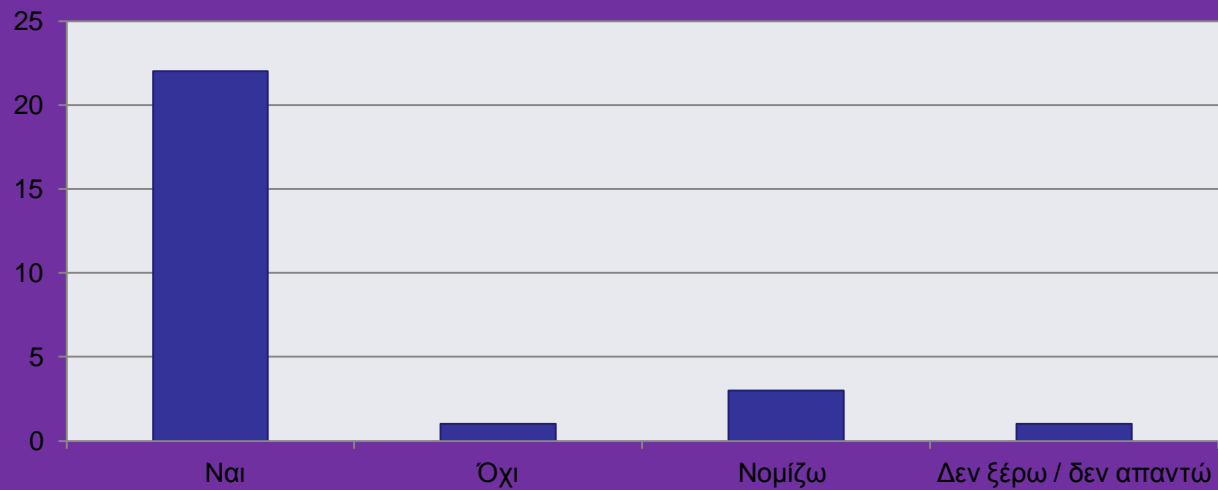
## 6. Ποιο είδος αλκοολούχου ποτού προτιμάτε;



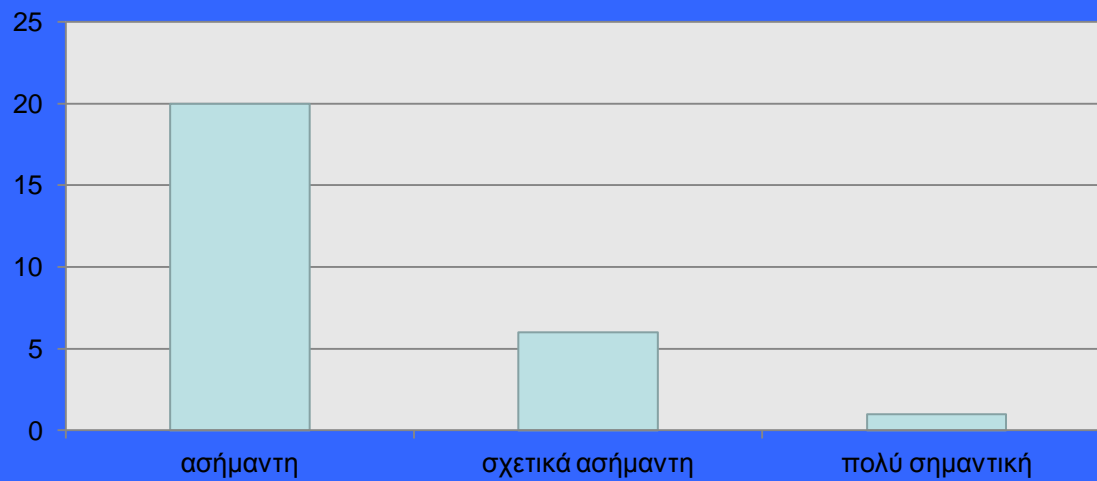
## 8. Ποιο ήτα το **αρχικό κίνητρο** όταν δοκιμάσατε αλκοόλ;



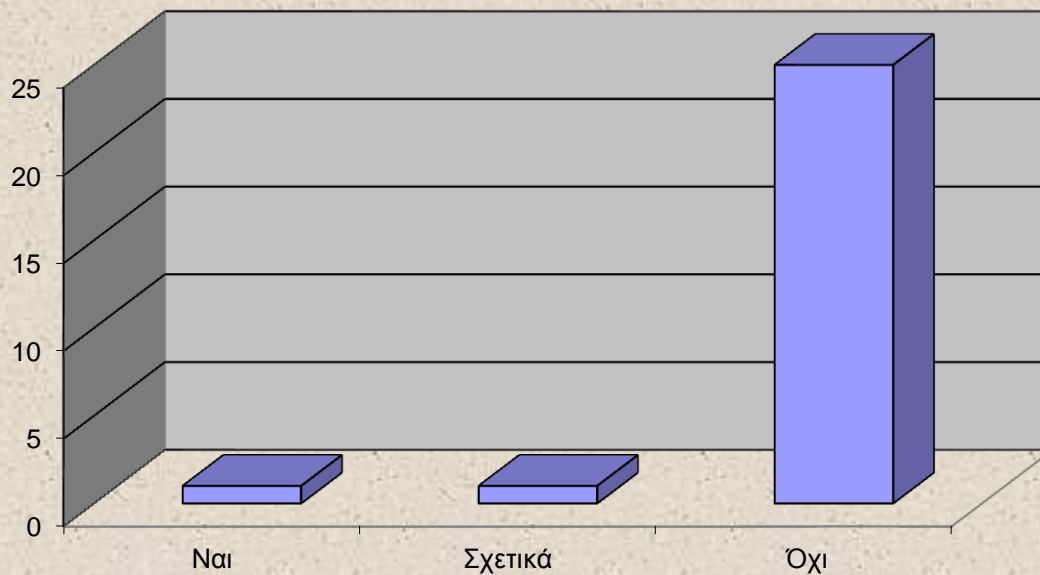
## 9.Γνωρίζετε ποιες συνέπειες προκαλεί η κατανάλωση αλκοόλ στον ανθρώπινο οργανισμό;



**10. Πόσο σημαντική θεωρείτε την κατανάλωση αλκοόλ για τη  
δημόσια εικόνα σας;**



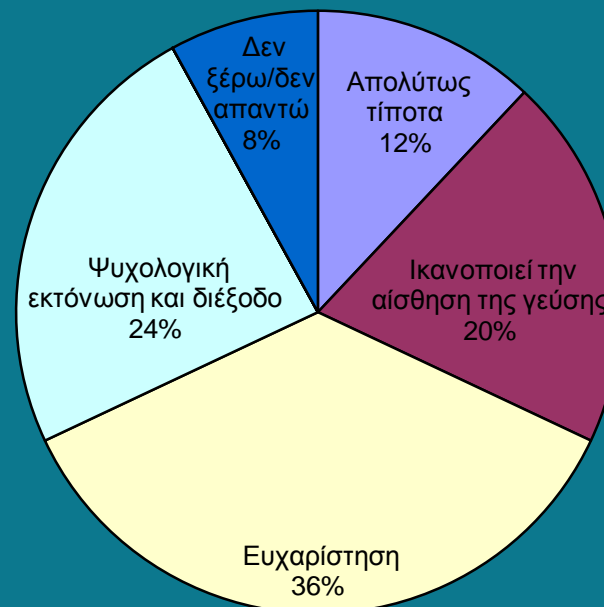
# 11.Θεωρείτε τον εαυτό σας **εξαρτημένο/η** από το αλκοόλ;



12.. Έαν δώσετε την απάντηση ναι ή σχετικά στην παραπάνω ερώτηση, **έχετε προσπαθήσει να το αντιμετωπίσετε;**



### 13. Τι πιστεύετε ότι σας προσφέρει το αλκοόλ;



**ΒΙΝΤΕΟ ΜΕ ΤΡΑΓΟΥΔΙΑ  
ΚΑΙ ΕΙΚΟΝΕΣ  
σχετικά με τον οίνο**

**Ευχαριστούμε**







# Οι μαθητές

**Βαμβακά Εμμανουέλα**

**Δήμα Στέλλα**

**Ιωσηφίδου Μαρία**

**Κοτσώνη Χριστίνα**

**Μακαλιάς Ιωάννης**

**Μυρτέλι Τζέζο**

**Νεανίδου Μαρία**

**Ριζκ Νικόλαος**

**Σιμονιάν Βαρβάρα**

**Σκαρτάδος Ηλίας**

**Τέλο Γκρισίλντα**

**Τσοπάνος Παναγιώτης**

**Χαλδεάκης Γεώργιος**

