

Sortida de la vinya de Flora Catalana

La planta del vi (*Vitis vinifera*, L)

Pertanyent al regne *Plantae* i a la família *Vitaceae*, el gènere és *Vitis* L., descrit per Linnaeus el 1753. El seu tipus taxonòmic és *Vitis vinifera* L.

Aquesta informació és rellevant en el camp dels remeis naturals, ja que les plantes emparentades comparteixen material genètic, cosa que facilita la identificació de les seves propietats beneficioses.

Es tracta d'una planta enfiladora. Els seus fruits, coneguts com a raïm, creixen en forma de baia.

El raïm és ric en fitonutrients: la varietat blanca conté quercetina, un potent antioxidant, mentre que el raïm negre és ric en antocianines i resveratrol, també amb propietats antioxidants.

Són una bona font de fibra, vitamina C i diversos minerals com potassi, coure, ferro, calci, fòsfor, magnesi, manganès, sofre i seleni. Aquests nutrients contribueixen a la nostra salut de diverses maneres, incloent-hi la prevenció de la hipertensió, la regulació del trànsit intestinal, la prevenció de l'osteoporosi i la reducció del risc de malalties cardiovasculars. Els fitoquímics del raïm també ajuden a equilibrar els nivells de glucosa en sang.

Actualment es parla d'utilitzar la *sansa* per enriquir nutricionalment altres productes com els suc.

En l'actualitat, a causa del nostre estil de vida i el consum de productes amb principis actius, hem de considerar les interaccions potencials entre els aliments que consumim i els medicaments que prenem per prescripció mèdica, ja que fins i tot els productes naturals poden interferir amb els medicaments.

La vinya es caracteritza per tenir un tronc recargolat i llenyós, amb sarments flexibles i nuosos.

Parts de la planta del vi:

- **Arrels:** Obtenen l'aigua i els nutrients necessaris per al desenvolupament de la planta, a més de proporcionar estabilitat. Les arrels poden arribar a grans profunditats.
- **Tronc (cep):** És la tija principal, que dona cos i estructura a la planta. D'aquest tronc sorgeixen les branques principals.
- **Sarments:** Branques flexibles i nuoses que creixen a partir dels braços de la planta i d'on surten les fulles.

Santa Hildegarda de Bingen ens diu: “Qui pateixi de problemes de visió ha de posar gotes de saba de la vinya a les parpelles, que cauen quan es talla el sarment...”. Aquest remei es troba en algunes de les seves receptes per a problemes oculars. La saba de la vinya també té propietats astringents, útils en trastorns de la menopausa i per regular el

cicle menstrual. Recol·lectada a la primavera, s'utilitza per irritacions de la pell, conjuntivitis i com a diürètic.

- **Pàmpols:** Són les fulles de la vinya, i al llarg de la història han acompanyat la humanitat, tal com demostren evidències en pintures, ceràmiques i documents de cultures mediterrànies. S'utilitzen en l'alimentació, com ja apuntava Mardam-Bey (2010), que mencionava que es farcién al califat. Font Quer (1991) recomanava les fulles per a casos de diarrea i penellons, i el seu pols per a hemorràgies nasals. També s'utilitzen en fitoteràpia per a problemes de microcirculació. Els pàmpols es cullen al final de la verema, quan són grans i tendres, i es poden consumir frescos, secs o conservats amb sal. En la cuina, es farceixen i es bullen, encara que també es poden fregir, arrebossar o cuinar al forn.

Aporten fibra, greixos, proteïnes i sucre, i si es consumeixen crues, contenen una gran quantitat de vitamina C i antioxidants.

- **Cincells:** Filaments que s'agafen a superfícies per permetre que la planta continuï creixent cap al sol.
- **Carrolls:** Petites flors que apareixen als cincells i que després es converteixen en raïm.
- **Llavors:** L'oli de les llavors de raïm té propietats hipolipemiantes. Els antocianòsids i el resveratrol ajuden a protegir els vasos sanguinis i prevenen la degradació de l'elastina i el col·lagen, essencials per a la salut de la pell i les mucoses. Aquestes propietats s'utilitzen en cremes amb aplicacions terapèutiques i cosmètiques.

Durada i cultiu de la vinya: Té una vida útil d'uns 50 anys, tot i que la producció de fruita disminueix amb l'edat. Algunes vinyes poden arribar a tenir més de cent anys. Tarda uns quatre anys des de la plantació fins a donar fruit, i preferiblement es planta a l'inici de l'hivern.

Distinció entre planta del vi, vinya, parra i cep:

- *Planta del vi o vinya:* La planta que produeix raïm.
- *Vinyes:* Conjunt de vinyes en un terreny concret.
- *Parra:* Planta de vi que es deixa créixer en alçada, utilitzada per proporcionar ombra en estructures exteriors.
- *Cep:* Tronc de la planta.

La vinya requereix fred per iniciar el seu cicle, amb unes 500-1.400 hores de fred segons el cultivar. Suporta temperatures de fins a -15°C o -20°C i es pot conrear des del nivell del mar fins a altituds superiors a 1.000 metres.

Fil·loxera: A finals del segle XIX, la fil·loxera, un insecte que destrueix les arrels, va devastar les vinyes europees. Es van portar ceps resistents d'Amèrica i es van empeltar amb les vinyes europees.

La vinya a la història: La vinya ha estat fonamental en la història humana. Els seus fruits, nutritius i amb grans propietats, es poden consumir frescos o secs (panses),

utilitzades per exemple en l'elaboració de *vimblanc* de Vinebre. El most, el seu suc, és laxant, i la primera fermentació produeix vi. Una segona fermentació genera vinagre.

Origen del cultiu de la vinya: L'evidència paleontològica mostra que el gènere *Vitis* va aparèixer al Terciari. La *Vitis vinifera sylvestris* va sorgir fa 13.000 anys, i va començar a ser utilitzada per a la producció de vi amb l'arribada del sedentarisme a l'edat de pedra, fa uns 5.000-6.000 anys al Caucas.

Els egipcis van ser els primers a produir vi de manera conscient, utilitzant àmfores per fermentar el most. A Mesopotàmia també s'ha trobat evidència d'aquest cultiu. Els grecs i els romans van jugar un paper crucial en l'expansió del cultiu de la vinya per tot el Mediterrani, desenvolupant mètodes avançats per a la seva producció i conservació.

El vi ha format part de la cultura i simbolisme de les civilitzacions antigues, com els grecs, on la vinya estava associada al déu Dionís, simbolitzant la fertilitat i el renaixement.