

glucosa i levulosa són monosacàrids, això és: que tenen un grup de glucosa; circumstància que els fa molt més aptes per a la digestió perquè, en realitat no la necessiten, puix que, passen o s'absorbeixen directament sense cap treball de desdoblament i per tant, sense que hagin d'intervenir els ferments adients per aquesta finalitat. No així la lactosa, el sucre de la llet que, com a bisacàrid, ha de passar per una fase de desdoblament digestiva en dues molècules de glucosa, abans de poder ésser absorbida i utilitzada per a la nutrició. Aquest fet podria tenir-se en compte, per a ulteriors estudis de dietètica infantil. Per aquesta mateixa circumstància cal anar en compte en la ingestió massa ràpida i de massa volum de raïm o de suc de raïm, puix que el pas ràpid a la sang de glucosa i levulosa pot ocasionar, com ho assenyala el professor italià Baglioni, en el congrés de la vinya i el vi de l'any 1935 a Roma, una hiperglicèmia i una glicosúria passatgeres.

Podem, doncs, dir, que el suc de raïm forneix a l'organisme un aportament de calories important tot demanant a les nostres funcions digestives només que un esforç mínim.

Però hi ha més. El raïm com totes les fruites, té vitamines. No podem dir la quantitat perquè els autors no estan d'acord sobre aquest respecte. Hom aprecia, i així s'han apreciat abans de conèixer-les, la valor de les vitamines, moltes vegades pels fets negatius de llur absència. Després de llargs tanteigs hom ha arribat a llucar en els nostres aliments habituals dos factors, sense els quals la creixença és impossible, que són: el factor vitamínic A, soluble en els greixos i el factor vitamínic B, soluble en l'aigua.

A aquestes vitamines ha d'adjuntar-se el factor anti-escorbútic C, també soluble en l'aigua. El suc de raïms, com la major part dels suc de les fruites, conté importants quantitats de factor C. Es, doncs, susceptible de rendir serveis preciosos, sobretot en l'alimentació del nodrissó per aquestes vitamines i factors de creixença, particularment després d'haver-se acostumat a l'esterilització de la llet, pràctica que ha d'aconsejar-se sempre, però que també és responsable de tants casos d'escorbut infantil. Un avantatge del suc de raïm sobre el suc de la taronja i de la llimona, tan celebrats i realment rics de vitamines, és la seva menor aciditat, circumstància més avantatjosa per al nodrissó.

Per a tenir una idea pràctica del poder calorífic del suc de raïm vegem les xifres comparades que dona el professor de Dietètica Gauthier:

<i>Per cada 1,000 grams:</i>	
L'ensalada dona	150 calories
Les patates.....	650 »
La llet.....	700 »
El suc de raïm fresc.....	900 »
La carn.....	2,000 »
El pa.....	2,600 »

Només podem passar una ràpida revista a les propietats dietètiques i terapèutiques del suc de raïm i de la cura del raïm de la qual direm després algunes paraules.

Sota la seva influència es produeix:

Un augment de la diuresi.

Una rebaixa del grau d'aciditat dels orins.

Una disminució de la valor absoluta i relativa de l'àcid úric.

Una acció derivativa sobre l'intestí. (Acció laxant).

Un alentiment de les fermentacions intestinals.

Una acció d'estalvi per a les matèries nitrogenades.

Una fixació de greix a l'organisme.

Una sobreactivitat de la funció hepàtica i de la secreció biliar. Aquesta propietat és molt important i explica els beneficis d'aquesta medicació en molts casos patològics.

Pel seu poder d'estalvi de matèries nitrogenades i de fixació de greixos, per les sals minerals que aporta, la cura del raïm es troba indicada en les malalties de ràpida desnutrició i de recanvis exagerats, com la tuberculosi.

Tots aquests fets són d'una importància real. Demostren que el suc de raïm obra sobre moltes i importants funcions.

Les cures de raïm són les més velles i les més cèlebres. Plini, el vell, Galià i Cels, ens indiquen que s'usaven ja en l'antiguitat.

Avui es practiquen força a Suïssa, Austria, Alemanya, Itàlia, Hongria, França, etc., etc. A Dur-Kheim (Baviera); Gleisweiler, Krenznach, Boppard, Bingen a les ribes del Rin. Grünberg a Silèsia. Baden-Baden i d'altres de la Selva Negra. Vevey, Montreux i Aigle a Suïssa. Merano i Valsogana a les Dolomites italianes. Pallanza (Itàlia). I a un sens nombre de ciutats franceses que no cal anomenar perquè són gairebé totes les que cullen raïms, i aquest treball s'allargaria massa.

Poden tenir lloc, en temps de la verema, i el malalt les continua després amb most o suc de raïm.

Martinet resumeix així la tècnica:

La durada de la cura és de tres a sis setmanes.

La dosi de raïms variarà de mig a dos quilos diaris. Les dosis de tres a cinc quilos preconitzades per alguns autors són excessives, perquè si hom recorda que cinc quilos de raïm contenen 1,250 grams de sucre, es comprèn fàcilment el treball excessiu que ha de comportar el fetge.

La cura es reparteix en tres preses al dia. Pel matí entre sis i vuit, una hora, almenys, abans que el desdijuni; i en l'espai de mitja hora l'individu pren la meitat de la dosi diària, o sigui de 800 a 1,000 grams de raïm. Una altra quarta part de la dosi la pren una hora abans de dinar i l'altra abans de sopar.

També es pot premsar el raïm en un colador i beure'n el suc.

Indicades les cures de raïm, pel que ja hem dit, en els pletòrics, en els individus atacats d'afeccions digestives, amb estrenyiment, hemorroides, contra la litiasi renal, la gota, les cardiopaties, les nefritis, etc., etc.

Naturalment que el nostre país i, en ell, el Penedès, sobretot, seria un terreny òptim per a instituir un lloc de cura de raïm. El primer, que jo sàpiga, que s'hauria fundat a Espanya. La nostra verema des del mar a la muntanya, dura gairebé dos mesos. La nostra tardor és l'estació, al meu entendre, en la qual el Penedès té més vida i és més bell i hi fa de més bon estar. Una vila que té unes classes de raïm immillorables, que ja de si sap atraure el foraster i que té totes les altres circumstàncies adaptades a aquest fi és Sitges, a la qual jo vilafranquí invito a què pensi amb aquesta avinentesa. Ella prestaria un marc insubstituïble per a la festa del raïm que podria realçar i animar la temporada i a la fira del raïm o exposició del raïm, en la qual, com assenyala Garcia de los Salmones en el citat Congrés de Roma, hom tindria intercanvi i avinentesa per a millorar les seves classes. Naturalment, que sense impedir l'entrada a les altres classes de raïm del Penedès i de tot Catalunya. Voto perquè aquesta pensada es transformi aviat en realitat.

Una suggerència a la Conselleria d'Agricultura: Catalunya, país variat, multiforme, ric de diversitat de conreus i de productes, donat a l'alegria de l'especte de les festes, mediterrani com cap altre, seria el marc i l'escenari més ben trobat del món per a un seguit de festes agrícoles, veritables monuments i goigs a llaor del producte de la terra. Oi més, quan ara, la moderna llibertat i despreocupació del nostre laïcisme ens hi porta. Festa del vi a Vilafranca, festa de l'avellana a Reus, festa de l'oli a Tortosa, festa de la fruita al Llobregat i de la vedella a Puigcerdà i del porc a Vic, etc., etcètera, i festa del raïm a Sitges. En aquesta darrera, la dolçor luxuriant del fruit pederenc tastat vora la mar serena i blava, enmig dels espinguets dels grallers de la comarca, al llarg de l'ample passeig de la Ribera i Terramar, seria el litúrgic convit de la Pasqua de la Vinya al qual la nostra Terra ens cridaria cada any per a homenatjar-la tot alegrant-nos.

J. VALERO I RIBAS.

Director del Centre Sanitari Intercomarcal de Barcelona