



## BENEFICIOS DEL CONSUMO DE VINO MODERADO



- Protege contra las enfermedades coronarias.
- Gracias a sus polifenoles y flavonoides tiene un poder antioxidante, es decir, hace inofensivo el colesterol LDL (malo) al impedir su oxidación.
- Evita la formación de coágulos y mejora la circulación de sangre en el cerebro.
- Reduce la tensión arterial y el nivel de insulina en la sangre.
- Aporta minerales y oligoelementos al cuerpo como magnesio, zinc, hierro y potasio.

## RIESGOS DEL CONSUMO DE VINO EN ALTAS DOSIS



- Puede aumentar la tensión arterial, comprometiendo la salud del corazón y de las arterias.
- El consumo en exceso puede producir a largo plazo hepatitis alcohólica y cirrosis.
- El consumo en dosis elevadas puede ocasionar lesiones cerebrales.
- Existe más riesgo a generar enfermedades digestivas.
- Reduce las facultades físicas y mentales.

BEBE RESPONSABLEMENTE