



CASA MESA BOZZOLO

Boutique Chilean Wine

Nuestro compromiso con
el consumo responsable

Beneficios

de tomar vino de forma moderada

- ✓ Reduce el **riesgo cardiovascular**
- ✓ Reduce el daño oxidativo en su **ADN**, o material genético
- ✓ Reduce el daño oxidativo en su **colesterol LDL** (malo), minimizando la irritación directa de las células endoteliales que recubren el interior de las arterias, iniciando la aterosclerosis
- ✓ Aumenta los niveles de **colesterol HDL** (bueno)
- ✓ Reduce la tendencia al **cierre u obstrucción de las arterias** por coagulación o trombosis



Beneficios

de tomar vino de forma moderada

El vino contiene:

Resveratrol, que es una sustancia química, tipo fenol natural presente en el vino tinto, promueve la desaparición de los péptidos beta amiloide, que son neurotóxicos, característicos del Alzheimer, por activación de los proteosomas.

Melatonina, hormona que en los seres humanos se secreta en la glándula pineal (ubicada en el cerebro) y que ayuda a regular los ciclos de sueño-vigilia y disminuir la oxidación. También está en la uva de vinos dulces y se ha estudiado en la dieta mediterránea como protectora de salud.

Polifenoles, que pueden mejorar la microbiota intestinal (bacterias intestinales), lo que contribuye a intestinos saludables. Pueden actuar como prebióticos, los cuales son compuestos que fomentan la bacteria intestinal saludable y favorece a la digestión.

Flavonoides son moléculas que ayudan a reducir los efectos perjudiciales de los rayos ultravioleta en la piel se explica que estos flavonoides inhiben la formación de especies reactivas de oxígeno (ROS) que dañan las células de la piel.



CASA MESA BOZZOLO

Boutique Chilean Wine

¿Qué significa

tomar vino de forma moderada?



Una copa
148 ml

Cantidades recomendadas

Mujeres de todas las edades

Hasta 1 copa al día



Hombres mayores de 65

Hasta 1 copa al día



Hombres menores de 65

Hasta 2 copas al día*



* El límite para los hombres es más alto porque ellos generalmente pesan más que las mujeres y tienen más de una enzima que metaboliza el alcohol.



CASA MESA BOZZOLO

Boutique Chilean Wine



Usos inadecuados del vino



No Beber al conducir

Se compromete la capacidad cognitiva y de respuesta, la cual aumenta el riesgo de sufrir un accidente.



Mujeres embarazadas

No deben beber vino, puede probar alteraciones en el feto, como es el Síndrome de Alcohol Fetal (rasgos faciales especiales y que pueden presentar discapacidad mental).



Menores de 18 años

El exceso del alcohol, puede dañar las neuronas, dañando las sinapsis y mielinización. Generando problemas de conducta, daño de memoria permanente, pensamiento y juicio. Además existe una inmadurez hepática, órgano que no puede metabolizar bien el alcohol, produciendo este, una grave intoxicación.



Riesgos del abuso

- ⚠ **Problemas cardíacos**, como miocardiopatía alcohólica, que lleva a la insuficiencia cardíaca
- ⚠ **Accidentes cerebro-vasculares**
- ⚠ Enfermedad del **hígado graso**
- ⚠ **Daño hepático**
- ⚠ **Trastornos de salud mental**, como suicidio
- ⚠ Ciertos tipos de **cáncer**, incluido el de mama, de boca, garganta, esófago e hígado
- ⚠ **Pancreatitis**
- ⚠ **Muerte súbita** si ya se tiene una enfermedad cardiovascular
- ⚠ **Hipertensión**
- ⚠ **Daño cerebral** y otros problemas en el **feto** (Síndrome Fetal alcohólico)
- ⚠ **Síndrome de abstinencia** del Alcohol

Disfrutemos con
responsabilidad



CASA MESA BOZZOLO

Boutique Chilean Wine