

CONSUMO RESPONSABLE



PEREZ CRUZ

— *Family Vineyards • Estate Bottled* —

El consumo de vino, está relacionado a buenos momentos como, compartir con amigos, leer un libro, etc. Pero si debemos tener en cuenta los siguientes consejos:

- ❖ El consumo moderado de vino para mujeres es, 2 copas al día. En el caso de los hombres, estos deben beber hasta 3 copas al día. Para ambos casos, no deben beber 4 copas de una vez.
- ❖ Disfruta lentamente tu vino favorito con la comida que mejor lo complementa. Así podrás conocer a fondo todas sus características.
- ❖ Los menores de 18 no pueden beber ningún tipo de alcohol, ya que no están preparados ni física ni psicológicamente para tolerar sus efectos. Además, la legislación chilena lo prohíbe.
- ❖ Prohibido para mujeres embarazadas.
- ❖ Prohibido beber alcohol si vas a conducir.

Por lo tanto, el consumo de vino tiene beneficios y riesgos asociados que te mencionamos a continuación:

**BENEFICIOS DE CONSUMIR EN DOSIS MODERADAS**

Aumenta nuestras endorfinas en dos áreas de nuestro cerebro aumentando la sensación de placer.

Aumenta el colesterol “bueno” (HDL) en la sangre e impide el depósito de grasa en las paredes de las arterias, disminuyendo el riesgo de infarto cardíaco y cerebral.

Posee una acción antioxidante previniendo la aparición de ciertos tipos de cánceres y ralentizando la aparición de Alzheimer

Limpia nuestro paladar, ya que el vino tiene una capacidad de “oponerse a la sensación de grasa que proporcionan algunas comidas, como las carnes rojas

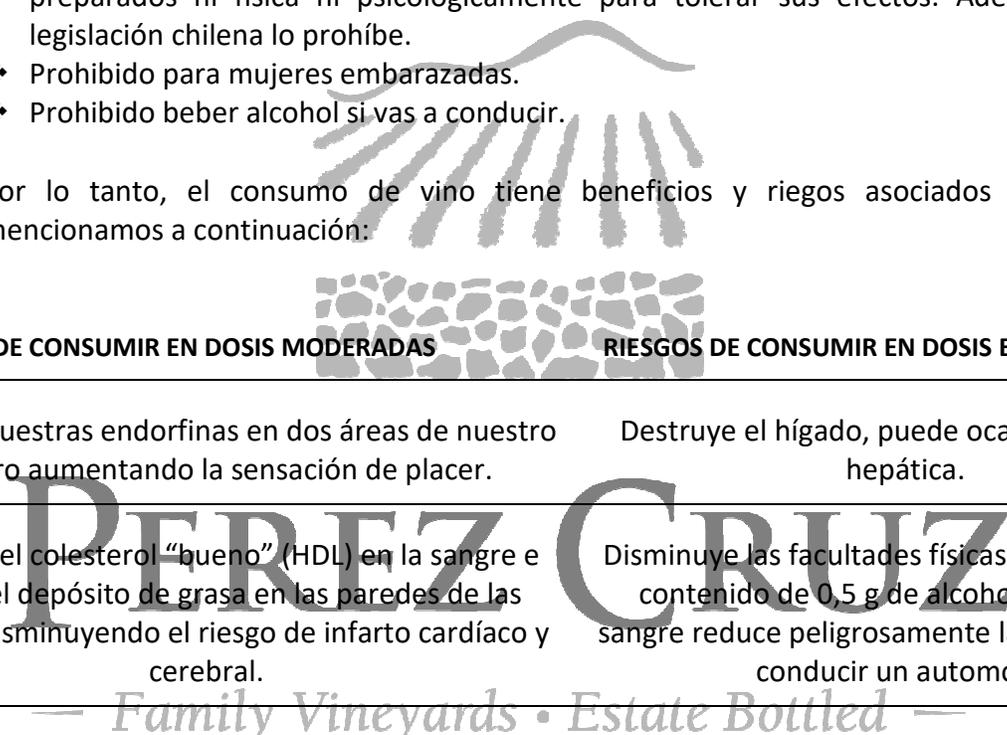
**RIESGOS DE CONSUMIR EN DOSIS ELEVADAS**

Destruye el hígado, puede ocasionar cirrosis hepática.

Disminuye las facultades físicas y mentales. Un contenido de 0,5 g de alcohol por litro de sangre reduce peligrosamente la habilidad para conducir un automóvil.

En mujeres embarazadas, puede ocasionar mal formaciones del embrión, por lo cual no se recomienda su consumo durante este proceso

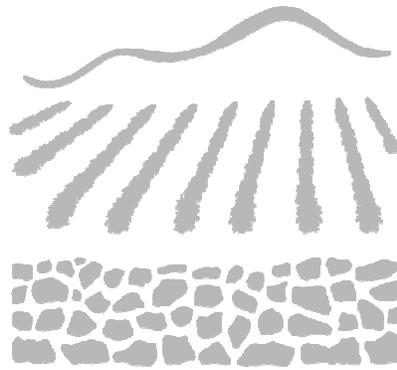
Daña el cerebro ocasionando daños irreversibles en la memoria en la capacidad de razonamiento y a la forma como se comporta.



Y, por último, ¡recicla!

El medio ambiente necesita de nuestra ayuda, es por eso que una vez que tomes el vino, debes sacar el corcho, lavar la botella y llevar el recipiente al punto de reciclaje más cercano. Recuerda que el vidrio es el 100% reciclable.

¡¡El consumo responsable es cuestión de todos!!



# PEREZ CRUZ

— *Family Vineyards • Estate Bottled* —