vinetur

Estados Unidos aparta un informe oficial que niega beneficios al alcohol moderado

Las nuevas guías dietéticas evitan fijar el límite de una bebida diaria pese al aumento del riesgo desde ese nivel

jueves 11 de junio de 2026



Un estudio encargado por el Gobierno de Estados Unidos sobre los efectos del alcohol en la salud concluye que los riesgos aumentan desde una bebida al día y que no existe un efecto protector sobre la mortalidad. El trabajo se publicó este martes, 9 de junio,

en la revista Journal of Studies on Alcohol and Drugs, pero sus resultados no se incorporaron de forma expresa a las nuevas guías dietéticas del país para el periodo 2025-2030.

La investigación fue promovida durante la presidencia de Joe Biden como una de las dos revisiones científicas llamadas a orientar esas recomendaciones oficiales. Sin embargo, la Administración de Donald Trump optó por no incluir sus conclusiones de manera específica en el texto final de las guías, que se limitan a aconsejar “menos alcohol para una mejor salud general”.

Los autores del estudio sostienen que esa fórmula es correcta, pero insuficiente. A su juicio, los datos disponibles permiten ofrecer una recomendación más concreta: que los adultos que beben limiten su consumo a una bebida al día o menos. Según el trabajo, incluso niveles considerados moderados elevan el riesgo de muerte prematura y se asocian con más de 200 enfermedades, entre ellas patologías cardiovasculares y varios tipos de cáncer.

La publicación del informe ha abierto un nuevo choque político y científico en Washington. Robert Vincent, antiguo responsable de política sobre alcohol en la Administración de Servicios de Salud Mental y Abuso de Sustancias, afirmó en un editorial que acompañó al estudio que la investigación fue apartada del proceso oficial. Vincent, que dirigió durante años este proyecto, aseguró además en declaraciones a Associated Press que durante el mandato de Trump se le pidió cancelar el estudio y que no lo hizo. El Departamento de Salud y Servicios Humanos no respondió de inmediato a esa acusación concreta.

Ese mismo departamento rechazó la idea de que el informe no hubiera sido tenido en cuenta. Emily Hilliard, portavoz del organismo, señaló que Salud y Agricultura revisaron este trabajo junto con el resto de pruebas científicas disponibles y siguieron el procedimiento habitual para elaborar las guías dietéticas para 2025-2030. Según su explicación, las recomendaciones oficiales se basan en el conjunto del registro científico y no en un único informe o análisis.

La discusión no se limita al Gobierno. Tras la difusión de un borrador del estudio el año pasado, parte de la industria del alcohol puso en marcha campañas para cuestionar su validez. También un comité de supervisión de la Cámara de Representantes criticó el trabajo en un informe publicado este año, en el que lo calificó de sesgado y acusó a sus autores de partir de conclusiones previas por sus investigaciones anteriores y sus vínculos profesionales.

Amanda Berger, vicepresidenta sénior de ciencia e investigación del Distilled Spirits Council of the United States, afirmó por correo electrónico a AP que las conclusiones del comité del Congreso muestran que el estudio tiene fallos irreparables. Frente a ello, Vincent defendió que los investigadores fueron examinados para detectar posibles conflictos y sostuvo que los resultados son sólidos desde el punto de vista científico.

Uno de los autores del trabajo, Timothy Naimi, director del Canadian Institute for Substance Use Research de la Universidad de Victoria, explicó que las nuevas guías coinciden con la base científica al afirmar que beber menos es mejor. Pero añadió que una recomendación útil debe incluir cantidades concretas para informar con claridad a la población.

El estudio difiere del otro informe encargado por el Gobierno para orientar las guías dietéticas. Ese segundo análisis concluía que un consumo moderado estaba asociado con una menor mortalidad por todas las causas, aunque también con un mayor riesgo de algunas enfermedades. Priscilla Martinez-Matyszczyk, otra autora del nuevo trabajo y subdirectora científica del Alcohol Research Group del Public Health Institute, explicó que su equipo no analizó la mortalidad por todas las causas, sino la mortalidad atribuible específicamente al alcohol, con el fin de evitar factores que pudieran distorsionar los resultados.

Ese punto es importante porque durante años parte de la literatura científica sugirió posibles beneficios cardiovasculares ligados al consumo moderado. Los autores recuerdan que estudios más recientes han puesto en duda esa idea al corregir sesgos frecuentes en trabajos anteriores. Entre ellos figuran diferencias en renta, educación o acceso a atención sanitaria entre personas abstemias y consumidoras. Cuando esos elementos se ajustan, los supuestos beneficios tienden a desaparecer.

Naimi citó como ejemplo un estudio publicado en 2019 en The Lancet que ya apuntaba a un ligero aumento del riesgo de ictus y presión arterial alta incluso con consumos moderados, sin encontrar efectos protectores para la salud. En esa misma línea se sitúa ahora esta nueva revisión encargada por el Gobierno estadounidense.

La discusión también alcanzó al terreno social. Martinez-Matyszczyk respondió a una idea mencionada por Mehmet Oz, administrador de los Centros de Servicios de Medicare y Medicaid, quien había señalado al presentar las nuevas guías que beber puede actuar como elemento socializador y reunir a las personas. La investigadora dijo que no conoce estudios capaces de separar con claridad ese posible efecto social del efecto sanitario directo del alcohol.

Los datos sobre consumo ayudan a medir el alcance del debate. Según los investigadores, cerca de la mitad de los estadounidenses mayores de 12 años tomó alguna bebida alcohólica durante el último mes. El estudio recuerda además qué se considera una bebida estándar: una lata de cerveza de unos 355 mililitros, una copa de vino de unos 150 mililitros o una medida corta de licor.

La decisión de no trasladar con más precisión estos hallazgos a las guías dietéticas puede tener efectos más allá del ámbito sanitario. Si termina imponiéndose entre autoridades y consumidores la idea de que cuanto menos alcohol se bebe mejor es para la salud, eso podría influir en la demanda de vino, cerveza y destilados en Estados Unidos y también en la forma en que el sector comunica sus productos y responde a futuras campañas públicas sobre consumo.

Por ahora, lo ocurrido deja una imagen clara: existe una nueva revisión científica promovida por el propio Gobierno federal que vincula riesgos sanitarios al consumo diario desde niveles bajos, mientras las recomendaciones oficiales han preferido mantener una fórmula más general y menos precisa sobre cuánto conviene beber.