vinetur

Nuevos estudios asocian el consumo moderado de vino con menos riesgo cardiovascular

FIVIN pide interpretar los resultados con cautela, sin convertirlos en una recomendación para beber alcohol

martes 6 de octubre de 2026



La Fundación para la Investigación del Vino y la Nutrición (FIVIN) reunió este martes, 6 de octubre, en La Casa de la Ciencia de Sevilla a investigadores y médicos para presentar nuevos trabajos sobre la relación entre el consumo moderado de vino y distintos indicadores de salud. En la jornada, celebrada en la delegación del CSIC en

Andalucía, se expusieron nuevos análisis del estudio PREDIMED, un proyecto sobre cambios moleculares en las primeras horas tras el consumo de vino y otra investigación sobre la interacción entre los sulfitos y la microbiota intestinal.

El encuentro tuvo un mensaje común: los resultados deben interpretarse dentro del conjunto de la alimentación, el estilo de vida y las características de cada persona. Los ponentes insistieron además en que estos datos no deben leerse como una recomendación para empezar a consumir alcohol, sino como información científica que necesita matices y límites claros.

El catedrático de Medicina y presidente de FIVIN, Ramón Estruch, presentó los análisis más recientes realizados en el marco de PREDIMED. Ese trabajo ha estudiado la asociación entre determinados patrones de consumo de vino y varios indicadores de salud, entre ellos la incidencia de complicaciones cardiovasculares y la mortalidad total. De acuerdo con los resultados expuestos por Estruch, el consumo moderado de vino dentro de la dieta mediterránea se asocia con una reducción del riesgo de enfermedad cardiovascular y de mortalidad.

Estruch señaló que estos análisis apuntan a una mayor esperanza de vida y a un menor riesgo cardiovascular entre quienes toman vino con moderación, frente a quienes se abstienen o lo consumen en exceso. “Los resultados de estos nuevos estudios refuerzan la idea de que el vino puede ser parte de un estilo de vida saludable, siempre que se consuma de forma moderada. La moderación es clave y debe ir acompañada de una alimentación equilibrada, junto a un estilo de vida saludable”, afirmó.

La sesión incluyó también una revisión de la literatura científica reciente a cargo del cardiólogo Josep Masip, presidente del Comité Científico de FIVIN. Masip repasó los principales resultados publicados en los últimos años sobre vino y salud y recordó las limitaciones de los distintos diseños de investigación. Ese punto es importante en un campo en el que conviven estudios con metodologías diferentes y en el que una asociación estadística no equivale por sí sola a una relación de causa y efecto.

Una de las investigaciones presentadas fue WINEVOME, desarrollada por un grupo de la Universidad de Sevilla y expuesta por Carmen M. Claro. El trabajo se centra en lo que ocurre en el organismo durante las primeras horas después del consumo de vino, con

atención a las vesículas extracelulares, pequeñas partículas liberadas por las células que transportan señales entre tejidos.

El equipo analizó muestras de sangre de voluntarios sanos tomadas dos horas después del consumo de vino blanco. Según explicó Claro, se observaron cambios en las moléculas que transportan esas vesículas, relacionadas con el metabolismo de polifenoles, aminoácidos, lípidos y vías energéticas. Los investigadores señalaron que esas variaciones aparecieron pronto, cuando otros marcadores bioquímicos e inflamatorios apenas habían cambiado.

En una segunda fase, el grupo estudió la interacción de esas vesículas con células de microglía humana, un tipo celular ligado a la respuesta inmune del sistema nervioso. En ese ensayo observaron modificaciones en la actividad de determinados genes, sobre todo cuando las células habían sido expuestas a beta-amiloide, una proteína asociada a la enfermedad de Alzheimer. Claro precisó que se trata de resultados preliminares, pero sostuvo que ofrecen pistas sobre cómo algunos componentes de la alimentación pueden generar señales en el organismo y trasladarse entre tejidos.

La otra línea de trabajo abordó los sulfitos empleados en la conservación del vino y su relación con la microbiota intestinal. La investigación, presentada por la profesora de investigación del CSIC Victoria Moreno, combinó estudios en humanos con un simulador del tracto digestivo humano para analizar cómo responde la microbiota a la exposición a estos compuestos.

Los resultados, de acuerdo con Moreno, muestran que los sulfitos pueden inducir cambios en la microbiota intestinal. Sin embargo, en determinadas condiciones experimentales, ese efecto fue menor tras el consumo de vino tinto. La investigadora apuntó que esta diferencia podría estar vinculada a un mayor contenido de polifenoles. La combinación de los datos obtenidos en los modelos experimentales y la información procedente de una cohorte humana permite avanzar hacia una visión más completa de los factores que pueden influir en la sensibilidad o la tolerancia individual a los sulfitos.

Ese trabajo no plantea respuestas cerradas, pero sí abre nuevas líneas de investigación sobre la relación entre determinados componentes del vino y la microbiota, así como sobre los mecanismos que pueden ayudar a explicar por qué la respuesta varía de una

persona a otra. En alimentación y salud, ese tipo de variabilidad individual es uno de los elementos que más condicionan la interpretación de los estudios.

Durante la jornada, FIVIN insistió en la necesidad de trasladar estos resultados con rigor para evitar lecturas simplificadas o conclusiones que los estudios no permiten respaldar. La fundación defendió una divulgación que separe con claridad los datos obtenidos por la investigación, la interpretación de esos datos y las opiniones que puedan surgir a partir de ellos.

FIVIN es una entidad sin ánimo de lucro dedicada a impulsar la investigación sobre vino, nutrición y salud. La organización sostiene la defensa de un consumo moderado y responsable, asociado a las comidas y a la dieta mediterránea, y mantiene un comité científico formado por profesionales de universidades, hospitales y centros de investigación.