vinetur

¿Son realmente saludables los vinos sin alcohol?

El auge de estos productos reabre el debate sobre su composición, los aditivos y la pérdida de beneficios nutricionales.

jueves 5 de marzo de 2026



El consumo de vinos sin alcohol está aumentando entre quienes buscan opciones más saludables. Este tipo de producto, conocido como vino dealcoholizado, ha generado debate en el sector. Algunos expertos consideran que no debería llamarse vino, mientras que otros lo ven como una oportunidad para la industria y un segmento de mercado en expansión. Según datos internacionales, el valor de este mercado ya

alcanza los 2.400 millones de dólares y se prevé que llegue a 3.300 millones en 2028. Sin embargo, su consumo mundial representa solo el 1% del total.

El público objetivo de los vinos sin alcohol es diverso. Incluye personas abstemias, mujeres embarazadas, conductores, quienes toman medicamentos, personas que no consumen alcohol por motivos religiosos o quienes siguen dietas bajas en calorías. El interés por estos productos se relaciona con una tendencia general hacia hábitos más saludables.

El Instituto Europeo de Oncología de Milán, a través del programa Smartfood, señala que solo los vinos con 0,0% de alcohol pueden considerarse saludables. La ausencia de etanol supone menos calorías: un vaso de vino tradicional contiene entre 90 y 130 calorías, mientras que uno sin alcohol aporta entre 20 y 50 calorías. Esto se debe a que el vino sin alcohol mantiene parte de los azúcares naturales de la uva pero elimina el contenido alcohólico.

No obstante, el proceso para eliminar el alcohol plantea dudas sobre la calidad nutricional del producto final. La eliminación del alcohol suele realizarse mediante osmosis inversa o destilación al vacío. Estos métodos pueden provocar la pérdida de compuestos beneficiosos como los polifenoles. Los productores están trabajando para reducir esta pérdida y mantener las propiedades originales del vino.

Ananda Roy, vicepresidente senior y asesor industrial en Circana, ha explicado que las bebidas No-Lo (sin o con bajo contenido alcohólico) son productos muy procesados. El proceso para quitar el alcohol implica pasos adicionales en la producción, lo que incrementa el coste y puede afectar al aroma original del vino. Para compensar esta pérdida aromática, a menudo se añaden aromas artificiales y otros aditivos. En algunos casos también se incrementa la cantidad de azúcar para mejorar el sabor final.

Roy advierte que estas prácticas pueden alejar a los consumidores preocupados por las calorías y la composición del producto. Cuando estos consumidores revisen con detalle las etiquetas y descubran la presencia de aditivos o azúcares añadidos, podrían cuestionar si realmente se trata de una opción más saludable frente al vino tradicional.

La industria vitivinícola se encuentra ante la necesidad de responder a estas inquietudes antes de que los vinos sin alcohol pasen de ser un producto minoritario a uno habitual en el mercado. El debate sobre si estos productos pueden considerarse verdaderamente saludables sigue abierto y dependerá tanto de la transparencia en su elaboración como del desarrollo tecnológico para minimizar la pérdida de compuestos beneficiosos durante el proceso de dealcoholización.