

nutrimento



O vinho tinto não engorda?

O consumo excessivo de álcool em Portugal e na Europa continua a ser um grave problema de saúde pública. No entanto, a maioria da população não o associa à doença e muito menos ao consumo excessivo de calorias.

“Por exemplo, um copo de vinho branco, com cerca de 250 ml pode fornecer 180 kcal, o equivalente a 2 rissóis de camarão. E um cocktail de verão como uma *Pina Colada* pode conter 245 kcal, o equivalente a um *cheeseburger*.”

A rotulagem com informação nutricional é importante nas bebidas alcoólicas para que possam fazer decisões informadas. Saiba mais sobre este assunto [aqui](#).

Link do artigo: <http://nutrimento.pt/noticias/o-vinho-tinto-nao-engorda/>

Direção-Geral da Saúde

Alameda Afonso Henriques, 45

1049-005 Lisboa

Tel.: 218 430 500

Fax.: 218 430 530

Email: pnpas@dgs.pt