

Forums pour les consommateurs

alcool deshydratation hydratation

Par Profil supprimé Posté le 25/10/2013 à 08h33

Bonsoir,

l'éthanol déhydrate le corps ok.

Cependant, dans la bière il y a 90% d'eau pour 10% d'éthanol.

Dans le vin à 12,5 degrés environ 88,5 % d'eau pour 11,5% d'éthanol

Donc, comparativement, en buvant de la bière ou du vin, on se déhydrate certes...mais on hydrate tellement que la déshydratation est moindre, enfin il me semble

qu'en pensez vous?

3 réponses

Profil supprimé - 25/10/2013 à 09h38

Bonjour,

Il n'y a pas tout à fait 90% d'eau et 10% d'éthanol dans un demi de bière. Mais bon ce n'est pas la question.

L'alcool a en fait aussi un effet diurétique, c'est-à-dire qu'il favorise l'élimination de l'eau. La déshydratation est due à un excès d'élimination de l'eau. Elle peut être compensée par le fait de boire de l'eau en parallèle de l'alcoolisation et non juste de l'alcool.

Cordialement,

le modérateur.

Profil supprimé - 26/10/2013 à 11h17

d'accord merci pour ces précisions.

"L'alcool a en fait aussi un effet diurétique, c'est-à-dire qu'il favorise l'élimination de l'eau."

des alcools "légers" comme la bière ou le vin élimine-t-il énormément d'eau? Ou cela est seulement le

"privilege" des alcools forts comme la vodka ou le whisky?

merci

Profil supprimé - 28/10/2013 à 15h35

Bonjour,

La bière, le vin, les alcools forts contiennent tous la même molécule : l'éthanol. C'est cette molécule qui provoque la déshydratation par différents processus, dont la miction. Il n'y a donc pas de différences à faire.

Cordialement,

le modérateur.