



líquidos

ajosecoutho@gmail.com



#25

Setembro 2026

Por Aníbal José Coutinho, aka, W - Crítico de Vinhos e Enólogo

INCLUI
TOP 100

ANÍBAL JOSÉ COUTINHO

COM NEIL PENDOCK

GUIA POPULAR DE VINHOS

— 2027 —



«UM DOS MAIS BEM-SUCEDIDOS
GUIAS DE VINHOS EDITADOS EM PORTUGAL.
É UMA PUBLICAÇÃO FUNDAMENTAL.»

REVISTA DE VINHOS



PRESENÇA



À VENDA
NAS
LIVRARIAS

O VINHO E O ÁLCOOL

por Aníbal José Coutinho

Este texto será, provavelmente, um dos mais difíceis e controversos (e também o mais longo editorial) que já escrevi; o oráculo de uma bebida histórica, cultural e social, testemunha da ascensão e queda de impérios, dos ritos profanos e sagrados e de todas as etapas da vida pública e privada, é tão imprevisível quanto o limiar entre os efeitos positivos e negativos do álcool em cada ser humano.

Está bem documentado que o álcool puro, maioritariamente etanol, um dos constituintes do vinho, é uma droga barata. O álcool, no corpo humano, é decomposto através de múltiplos processos metabólicos. A principal via envolve duas enzimas: a álcool desidrogenase (ADH) e a aldeído desidrogenase (ALDH). No fígado, a ADH inicia a degradação ao converter o álcool (etanol) em acetaldeído ($\text{CH}_3\text{CH}=\text{O}$). O acetaldeído é um metabolito intermediário, altamente tóxico e carcinogénico. A enzima ALDH

metaboliza depois o acetaldeído num composto inofensivo chamado acetato, que é posteriormente transformado em água e dióxido de carbono. Quando uma pessoa consome bebidas alcoólicas numa velocidade superior à capacidade de processamento da ALDH, a enzima fica saturada. Problemas podem surgir devido a esse excesso de acetaldeído livre que circula pelo organismo, provocando os sintomas agudos da ressaca (dor de cabeça, náuseas, rubor) e os potenciais danos crónicos nos tecidos.

No decurso da minha carreira académica, culminada com um doutoramento em Engenharia Alimentar, experienciei as virtudes e as falhas do método científico: das hipóteses levantadas, da revisão bibliográfica, dos métodos experimentais, da análise de dados, dos resultados e discussão das hipóteses iniciais e de uma conclusão com indicação de perspetivas para futura investigação.

[...]

NOVO GUIA POPULAR DE VINHOS 2027

EDITORIAL
PRESENÇA

“Com o Guia Popular de Vinhos 2027, Aníbal José Coutinho e Neil Pendock voltam a corresponder às expectativas dos leitores que têm conquistado ano após ano, graças à sua experiência, independência e reconhecido conhecimento.”

“Prático e de consulta rápida, este guia reúne sugestões de vinhos para os mais diversos momentos, sempre com a garantia de qualidade assegurada por dois provadores profissionais. Uma ferramenta indispensável para quem procura fazer escolhas acertadas entre a vasta oferta disponível nas prateleiras dos supermercados, privilegiando vinhos com excelente relação qualidade-preço, entre os 2 e os 20 euros. Descubra vinhos portugueses de qualidade, de norte a sul do país, através da seleção criteriosa proposta por este guia.”