








¿Qué es una Bebida Estándar?

Una bebida estándar es cualquier bebida que contiene aproximadamente 14 gramos de alcohol puro (aproximadamente 0.6 onzas líquidas o 1.2 cucharadas). A continuación están los equivalentes de bebida estándares. Estos son aproximados, ya que el contenido real de alcohol varía según la marca y tipo de bebida.

<p>12 onz. de cerveza</p> 	<p>8-9 onz. de licor de malta</p> <p>8.5 onz. servidas en 12 onz. que de estar el vaso lleno, sostendría aproximadamente 1.5 bebidas estándar de licor de malta.</p> 	<p>5 onz. de vino de mesa</p> 	<p>3-4 onz. de vino fortificado</p> <p>(como jerez o porto) Se muestra 3.5 onz.</p> 	<p>2-3 onz. de cordial, licor o aperitivo</p> <p>Se muestra 2.5 onz.</p> 	<p>1.5 onz. de brandy</p> <p>(una medida de 1.5 onz.)</p> 	<p>1.5 onz. de alcohol</p> <p>(una medida de ginebra, vodka, whisky al 80-Proof = 40% alcohol etc.) Mostrado directamente y en un vaso de whisky con hielo para mostrar el nivel antes de añadir el mezclador *</p> 
12 onz.	8.5 onz.	5 onz.	3.5 onz.	2.5 onz.	1.5 onz.	1.5 onz.
355 ml.	250 ml.	148 ml.	103 ml.	74 ml.	44 ml.	44 ml.

Medidas equivalentes en ml. – aproximadas

Muchas personas no saben lo que constituye una bebida estándar, y por lo tanto, no se dan cuenta de cuántas bebidas estándares están incluidas en los envases en que usualmente se vende el alcohol. Algunos ejemplos son:

- Para la **cerveza**, el número aproximado de medidas estándar corresponde a:
 - 12 onz. = 1
 - 16 onz. = 1.3
 - 22 onz. = 2
 - 40 onz. = 3.3
- Para el **licor de malta**, el número aproximado de medidas estándar corresponde a:
 - 12 onz. = 1.5
 - 16 onz. = 2
 - 22 onz. = 2.5
 - 40 onz. = 4.5
- Para el **vino de mesa**, el número aproximado de medidas estándar corresponde a:
 - estándar de 750 ml. (25 onz.) botella = 5
- Para **bebidas alcohólicas de 80-Proof = 40% alcohol**, o “licor fuerte,” el número aproximado de medidas estándar corresponde a:
 - bebida mezclada = 1 o más*
 - una pinta (16 onz.) = 11
 - un quinto (25 onz.) = 17
 - 1.75 L (59 onz.) = 39

***Nota:** Puede ser difícil calcular la cantidad de bebidas estándares servidas en una sola bebida mezclada que ha sido preparada con licor fuerte. Dependiendo de factores tales como el tipo de alcohol y la receta, una bebida mezclada puede contener de una a tres o más bebidas estándares.