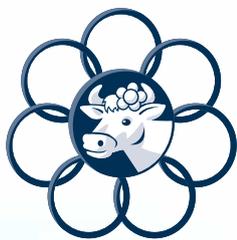


Trimestral
Nº 286 • 2019



LACTICOOP

Boletim Informativo dos Cooperantes





RODASA

COMÉRCIO DE VEÍCULOS, S.A.

Serviço de Manutenção Permanente
24h/dia, 7 dias por semana
Em todo o País

Telefone: ..234 590 320
Telefax: ..234 590 321
E-mail: ..rodasa@rodasa.pt



Editorial

A Certificação das Explorações em Bem-Estar Animal é o próximo desafio com que as explorações leiteiras se vão deparar a partir deste momento. Tendo presente a necessidade esclarecer os seus produtores de leite sobre este tema, a Lacticoop realizou durante o mês de Setembro cinco sessões de esclarecimento descentralizadas em termos geográficos de forma a facilitar a presença dos produtores nas mesmas.

Atendendo a que estamos em plena época do acondicionamento da silagem de milho, mesmo assim, a participação dos nossos produtores foi bastante significativa.

De acordo com estudos recentes na União Europeia o Bem-estar Animal (BEA) é uma das preocupações do consumidor de produtos de origem animal e da sociedade em geral, estando cada vez mais integrado no conceito de “Qualidade Alimentar”. É por isso imperioso que a produção animal consiga responder a esta exigência do consumidor e implemente as medidas necessárias que garantam que o Bem-Estar dos animais de produção se encontra assegurado.

Neste contexto, a Lactogal pretende avaliar a conformidade do Bem-estar Animal nas explorações leiteiras pertencentes ao grupo, tendo desencadeado um processo de certificação pelo Protocolo Welfare Quality (WQ®), já utilizado noutros países.

Para a implementação do sistema de certificação a Lacticoop criou uma equipa de técnicos que iniciou no terreno as pré-auditorias às explorações para fazer o levantamento das condições existentes relativamente ao Bem-Estar-Animal e aconselhar os produtores a proceder aos reajustamentos e correcções necessárias ao cumprimento do Protocolo Welfare Quality e que deverão estar concluídas até ao final de Junho de 2020.

Ainda durante o primeiro semestre de 2020 a equipa de auditores da Lacticoop procederá à auditoria para a certificação interna da Lacticoop a todas as explorações, para garantir que as mesmas se encontram em condições de serem certificadas pela Entidade Certificadora Externa – AENOR, e que só assim, irá permitir à Lactogal a utilização do selo AENOR BEM-ESTAR ANIMAL nos seus produtos, exigência cada vez mais frequente da grande distribuição na Europa e recentemente em Portugal. O processo de certificação é dinâmico e terá que ser renovado anualmente.

Com a certificação em Bem-Estar Animal, as nossas explorações estão a dar um forte contributo para o escoamento do leite e seus derivados, criando um clima de confiança junto dos consumidores, que estão cada vez mais atentos á origem das matérias-primas e produtos, aumentando assim a pressão nos mercados.

É nossa convicção que todos os nossos produtores estão sensíveis para este desafio, que será também uma oportunidade para garantir a continuidade da produção de leite no nosso país.

Juntos vamos conseguir!

Joaquim Maria de São José Cardoso
(Presidente do Conselho de Administração)



A Não Perder

Árvore do Mês - Dragoeiro

pag. #4

Pecuária sim.

pag. #6

45º Aniversário Cooperativa Agrícola da Tocha

pag. #10

Em defesa das vacas

Pag. #11

logurte, um companheiro da boa saúde

pag. #12

Consumo de leite e derivados na população sénior

pag. #18

Boletim Informativo Ficha Técnica

Depósito legal:
217931/04

Periodicidade:
Trimestral

Tiragem:
850 Exemplares

Colaboraram neste número:

Álvaro Correia
André Oliveira
Fernandes da Silva
Fernando Taveira
Henrique Moreira
Herminio Catarino
Mário Cupido
Sara Casado

Redacção:

Av. de Oita, 7 r/c - Apartado 92
3810-143 Aveiro - EC AVEIRO
Telef. 234 377 280
Fax 234 377 281

Coordenação:

M. Fernandes da Silva

Execução Gráfica:

Creativelab, Branding Studio
Rua José Afonso 9, 3800-438 Aveiro
Tlf.: 234 346 130 | design@creativelab.pt

Impressão

Litoprint
Zona indust. 3 Marcos
Vale do Grou - Apartado34
3754-908 Aguada Cima-ÁGUEDA
Telef.: 234 600 330

Recepção de anúncios:

Todos os textos, publicidade e imagens devem ser entregues até ao dia 15 de cada Mês.

Dragoeiro

Fogo no Atlântico



Em 2019 o Dragoeiro do Jardim Botânico da Ajuda é candidato a Árvore Europeia do Ano. Foi também em 2019 que me apresentaram o Sangue de Dragão como capaz de resolver graves problemas de saúde. E foi ainda neste verão de 2019 que a Gran – Canária começou a arder. Arderam muitas das 2000 espécies que o Atlântico prende na ilha, sendo mais de 700 endémicas. Árvores extraordinárias como o Pinheiro-das-Canárias, as Palmeiras-das-Canárias e o Dragoeiro, alcandorado nas rochas, pendurado sobre o oceano, isolado nas ilhas, voltado para o passado, ignorado... Talvez a ilha conheça melhores dias a partir de agora porque acredita-se que o dragoeiro se liga ao elemento fogo e é regido por Marte o que lhe confere a força do dragão para remover obstáculos e criar um escudo de protecção. Segundo uma lenda, acredita-se também que quando queimado, o dragoeiro ajuda a recuperar um amor perdido. Há que aproveitar porque dragoeiros, arderam muitos...

“Dragoeiro velho
No claustro sem monge;
Gritavam por Santiago,
Vendiam sangue de drago,
Assim ganharam ao longe”

(Vitorino Nemésio)

O dragoeiro deve o nome à cor da seiva que, quando exposta ao ar, oxida e se torna vermelho-vivo, em tudo semelhante a sangue. O povo guanche, que habitava as Canárias, considerava a árvore sagrada e a sua seiva seria o sangue do poderoso dragão de cem cabeças que protegia o Jardim das Hespérides e as suas maçãs de ouro. A lenda grega colocava este jardim numa ilha situada no limite ocidental do mundo conhecido, por certo numa das Canárias de hoje. Muito mais tarde os portugueses viriam a provar que havia mais terra para além destas ilhas e frequentemente, quando encostavam a terra, gravavam no tronco do dragoeiro a insígnia do Infante

D. Henrique, transformando-o num padrão vivo. A resina exsudada e tingida de vermelho, atestou para sempre as rotas e as informações que os marinheiros queriam dar a conhecer.

A espécie é originária da região biogeográfica atlântica da Macaronésia e é nativa nas Canárias, Madeira, Açores, costa atlântica de Marrocos e arquipélago de Cabo Verde. A degradação de alguns destes habitats vem pondo em causa a permanência de espécimes selvagens mas vulgariza-se a sua adopção como planta ornamental em praças e jardins como na Madeira. A ilha de Tenerife adoptou-o como símbolo vegetal e o “Draco Milenar”, dragoeiro considerado monumento nacional vivo do Jardim Botânico de Icod de los Vinos, disputa com o vulcão Teide o destino das muitas excursões turísticas que invadem a ilha.

Nome científico: *Dracaena draco*

Nomes vulgares: Dragoeiro, Drago, Dragoneiro, Árvore-Dragão

Família: Asparagaceae

Género: *Dracaena*

Características botânicas

Folhas: Grandes (40 a 90 cm de comprimento e 2 a 4 de largura) simples, em forma de espada, coriáceas mas flexíveis, dispostas em roseta terminal de cor verde-azulada e acastanhadas na base.

Flores: Aparecem de Agosto a Setembro mas só em árvores com mais de 15 anos de idade. São hermafroditas, muito odoríferas, de cor verde-esbranquiçada, com 7 a 10 mm e agrupadas em panícula terminal de 60 a 120 cm de comprimento.

Fruto: É uma baga globosa com 14 a 17 mm, carnuda, monospérmica, inicialmente de cor amarelo-esverdeado



e laranja brilhante quando amadurece de Setembro a Dezembro . Encerra uma semente esférica de 7 a 10 mm, bastante dura e de cor branco-leitoso a nacarado.

Tronco: Constituído por material fibroso, muito robusto, podendo atingir os 5 metros de diâmetro. O ritidoma, de cor acinzentada, mostra cicatrizes foliares e é fortemente fendilhado. Frequentemente também apresenta porções secas e soltas.

Perfil: De aspecto exótico que se enquadra bem na paisagem de onde é originário, pode atingir de 15 a 20 metros de altura e viver até aos 800 anos. Crescimento muito lento – um metro em 10 anos – os ramos bifurcam floração após floração (ramificação dicotômica) o que confere à copa a característica forma de umbela muito densa e plana.



Após a descoberta das ilhas atlânticas e com a fixação dos primeiros europeus, a seiva do dragoeiro depois de oxidada, seca e triturada começou a aparecer na Europa a preços elevados para ser utilizada como pigmento vermelho para pintura artística, tinturaria, verniz, produção de incenso e medicina tradicional. Nomeadamente nas Canárias esta exportação atingia volumes significativos mas a origem do produto continuava um mistério e os preços a subirem.

Os anos passaram, a origem do produto foi sendo descoberta mas o exotismo manteve-se. Alquimistas e outros “sábios” de que não se excluem elementos do clero, na presença dum produto com características próprias dos animais mas extraído duma planta, atribuíram-lhe poderes misteriosos. Sabe-se hoje que a resina do dragoeiro é constituída essencialmente por éteres, dracénina e alcaloides como a taspine, poderoso anti-inflamatório, cicatrizante, germicida, bactericida e anti-oxidante. Também lhe são atribuídas qualidades no controlo das doenças neuro-degenerativas e desde há duas décadas que é muito utilizado nos tratamentos de rejuvenescimento da pele. Influência da nova paixão cinematográfica por dragões ou não mas a verdade é que muitos dos rostos que hoje preenchem os ecrãs já conheceram o sangue de dragão para amenizar as rugas, contrariar a flacidez e esbater as manchas da pele.

O dragoeiro, dado o exotismo que carrega, o perfil que assume nomeadamente em espaços adequados, é uma planta ornamental com interesse e de fácil cultura. Deve-se evitar zonas sujeitas a geadas e de preferência dar-lhe uma envolvência o mais semelhante possível às de origem. Escondê-lo junto a um lago e no meio de tílias frondosas como em Serralves, resulta pouco.

Mário Cupido

Pecuária sim.



Nestes últimos anos e mais propriamente no ano em curso, muito se tem falado do impacto dos bovinos na emissão de gases nocivos para a atmosfera, todavia será necessário antes de qualquer comentário estudar a dinâmica de gases de efeito estufa na pecuária, em cada um dos países. Todas as instituições de estudo chegarão a uma conclusão e todas provavelmente chegarão a um estudo efectivamente alicerçado no conhecimento científico e com soluções ajustadas e não avulsas como damos conta hoje em dia.

Há uma evidência, alguns estudos até hoje realizados mostram que ao contrário do que é propagado, a actividade pecuária emite menos Gases de Efeito Estufa do que o estimado pelos painéis de ecologistas, que vão falando muito alto e em multidão para nos tentar convencer de que aqueles que com o seu esforço e dedicação, vão criando sistemas de produção o mais eficientes possível produzindo alimentos de alta qualidade para a humanidade.

Naturalmente estes sistemas de produção também têm como objectivo o poder tirar o sustento para a sua família e manter rentável a sua empresa.

A produção animal em todas as suas vertentes, têm-se tornado cada vez mais sustentável e é capaz, até mesmo, de retirar carbono da atmosfera se dotados de técnicas adequadas e utilizando na sua alimentação culturas sequestradoras de carbono.

Tal como referencia a wikipedia, Provavelmente a agricultura começou quando as mulheres que colhiam as frutas começaram a perceber que onde jogavam as sementes, posteriormente nascia no local um pé do mesmo fruto. Estudiosos acreditam que elas começaram a armazenar as sementes para plantá-las, iniciando-se assim os primeiros passos da agricultura como conhecemos hoje.

O homem caçador também era colector e observava a natureza. O seu sedentarismo se tornou possível com novas técnicas agrícolas e pecuárias. A domesticação dos animais, surgiu espontaneamente. Primeiro foi o cão, amigo e companheiro do homem desde os primórdios. Depois vieram o carneiro, o boi e o cavalo, na verdade, os dois últimos fizeram parte da força de trabalho desde sempre.

E assim, o homem se tornou também pastor, cuidando dos seus rebanhos que lhe garantiam comida e conforto. Muitos cientistas afirmam que a adopção de uma dieta baseada em proteína animal terá contribuído para a evolução dos seres humanos e que essa opção ter-se-á dado ao longo de muito tempo, daí resultando a criação de diversas habilidades para conseguir esse tipo de alimento.

A alimentação à base de vegetais, também vem dos primórdios da civilização, os humanos viviam da colheita de frutas, raízes e outras espécies vegetais. Hoje com a intensificação da produção de vegetais com técnicas de forçagem levadas ao limite, com campos de plástico de imensidão e limites incalculáveis, não serão nocivos para o meio ambiente? E o processo quantas toneladas de gases nocivos emitem para a natureza?

Como conviver com a subida das temperaturas e falta de água? Algo terá que ser feito. Sim podemos. Os cientistas estão a dotar as plantas com capacidade de sobrevivência em condições adversas. Há uma estratégia da ciência em ampliar o bioma e identificar potencialidades para novos usos da biodiversidade, de forma sustentável.

Não me quero alongar muito no meu raciocínio, todavia gostava de relembrar que historicamente o homem está ligado ao consumo de carne e esta provinha da caça e quando esta escasseava em determinado local ele mudava-se para outro (nómada). Só com a domesticação dos animais este se tornou sedentário produzindo o seu próprio alimento. Não poderemos fugir à história, nem à necessidade de alimentar a humanidade.

Poderia estar a dar vários exemplos mas a nenhuma conclusão chegaria pois a base científica terá que predominar.

Todos temos dúvidas, antes de qualquer opinião nas redes sociais, que tem repercussões devastadoras em determinado sentido, vamos dar capacidade ao raciocínio, dotando o nosso pensamento de uma veia de pesquisador, aprofundando a compreensão e perceber que o mundo está desenhado pela revolução digital. O conhecimento e a dúvida estão tão perto e tão longe ao mesmo tempo mas o esclarecimento só é possível graças àqueles que se dedicaram a fazer ciência.

Eu acredito na ciência e amanhã começarei o dia a comer pão, leite e queijo. A meio da manhã comerei uma maçã, tomarei o meu café. Ao almoço ou peixe ou carne e se for uma bela costeleta de novilho melhor. Ao jantar um peixinho para ser mais leve.

O que não poderei esquecer e de agradecer a todos os agricultores que me tornam possível esta degustação e o seu contributo para o bem-estar dos meus directos familiares. Sou eternamente grato.

Fernando Taveira



FALECIMENTO DE ELÍSIO ALMEIDA AZEVEDO

Faleceu no passado dia 14 de Julho de 2019 o Sr. Elísio Almeida Azevedo com 89 anos de idade, natural e residente que foi na freguesia de Rossas no concelho de Arouca.

Elísio Brandão era um dos oito filhos de António Almeida Brandão, figura ímpar do concelho de Arouca do século XX. Um pouco em linha com a vivência do seu pai, Elísio Azevedo, dedicou parte da sua vida á causa pública, tendo sido eleito pela primeira vez Vereador da Câmara Municipal de Arouca nas primeiras eleições autárquicas da democracia realizadas em 12 de Dezembro de 1976, para um mandato entre 1976-1979, tendo sido eleito para um segundo mandato entre 1989-1993.

Em termos profissionais, foi Quadro da Cooperativa Agrícola de Arouca desde 1975 até atingir a sua aposentação. A Cooperativa Agrícola de Arouca e os agricultores do Concelho de Arouca, estiveram sempre na linha da frente das preocupações do senhor Elísio Azevedo, tendo sido o braço direito das Direcções da Cooperativa presididas pelo Comendador Professor Telmo Martingo de Oliveira Pato.

Ambos foram os grandes dinamizadores da Feira das Colheitas, fundada em 1944 pelo seu Pai, António Almeida Brandão, quando era Gerente do Grémio da Lavoura de Arouca e que mais tarde viria a ser um dos fundadores e Vogal da primeira da Direcção da LACTICOOP eleita em 1962, certame que anualmente se repete no final do mês de Setembro, sendo hoje o maior evento sócio-cultural do município de Arouca.

Outras características muito peculiares do senhor Elísio Azevedo eram ser um Homem discreto, de enorme afecto, mas também culto, que gostava de ler e escrever crónicas, especialmente sobre Arouca e as suas gentes, tendo sido publicados muitos artigos na imprensa local.

O último grande trabalho literário que lhe conhecemos é o livro “LACTICOOP – 50 ANOS DE VIDA” escrito em 2012, que marcou a celebração do 50º aniversário da LACTICOOP.

Nesse livro inventariou de uma forma simples e objectiva, os principais factos históricos e personalidades, que marcaram a vida da LACTICOOP e o seu contributo para o desenvolvimento do Sector Cooperativo na região de Entre Douro Mondego, com particular incidência no sector leiteiro.

FERTINAGRO
Renovation
FUERZA
EcoPhos-K

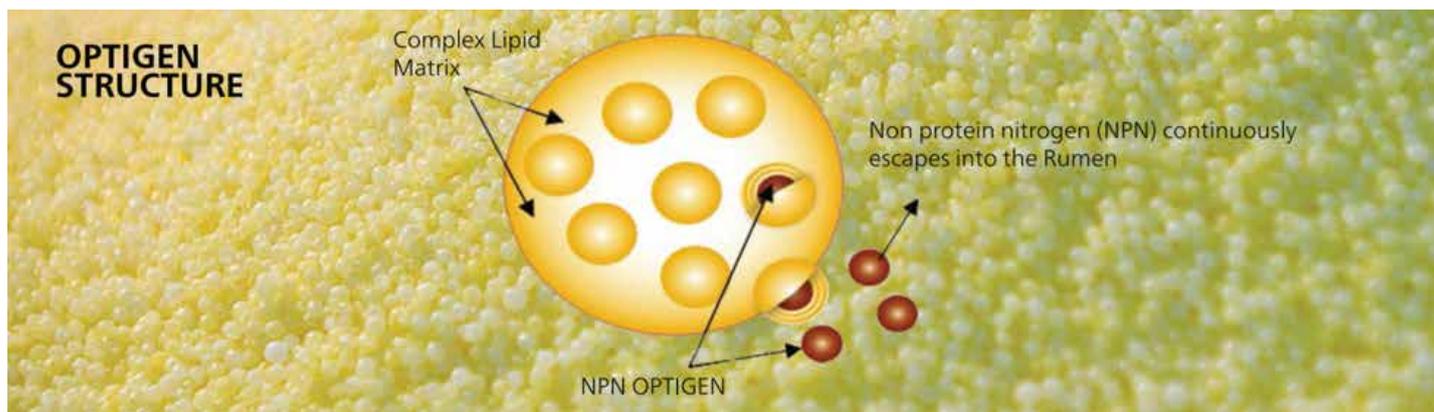
- ✓ Fornecimento de cálcio- elemento condutor para a fixação de azoto e para que os restantes nutrientes sejam facilmente assimilados;
- ✓ Fornecimento de fósforo- indispensável ao bom desenvolvimento radicular e ao afilamento;
- ✓ Excelente desenvolvimento inicial das plantas, encanamento e maturação do grão;
- ✓ Diminuição do aborto floral;
- ✓ Uso máximo dos nutrientes fornecidos, reduzindo o custo da fertilização;
- ✓ Rentabilidade máxima para a produção obtida.

FERTINAGRO
BIOTECH

Optigen®

Optigen, da Alltech, é uma tecnologia à base de ureia e gordura reduz a ingestão de proteínas na alimentação de ruminantes e promove uma melhor eficiência alimentar.

A ureia contida nos microgrânulos de Optigen é gradualmente digerida por bactérias rúmen. (© Alltech)



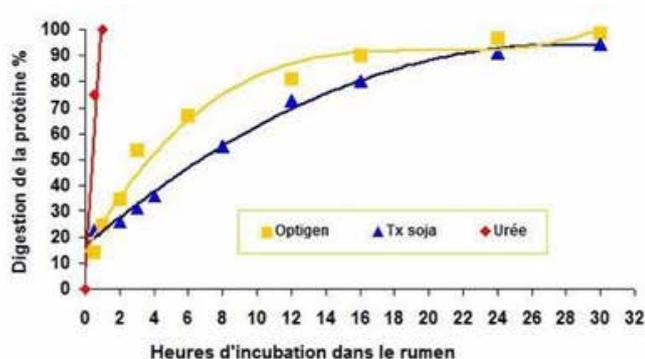
Sendo a primeira patente do gênero em alimentação animal, é também conhecida pelo alto nível de encapsulação. A ureia e os lipídios são, gradualmente libertados no rúmen, ao longo de várias horas entre as refeições dos animais, permitindo maior aproveitamento da fibra no rúmen.

De acordo com Alltech, o uso de Optigen reduz a incorporação de proteínas dietéticas, e assim o custo de nitrogênio da ração.

Para a digestão adequada das proteínas, energia e fibras na ração, as bactérias do rúmen necessitam de um nível suficiente e constante de nitrogênio solúvel (10 a 12 mg de amônia por decilitro de líquido ruminal).

Com Optigen, “90-95% do nitrogênio é liberado dentro de 10 a 12 horas da ingestão, permitindo que os micro-organismos do rúmen sejam alimentados corretamente. Vários ensaios operacionais mostram uma melhoria na produção de leite e carne”.

Comparativo Optigen, Soja e Ureia



Em média, o uso de Optigen mostra um aumento de 3 a 5% na síntese de proteínas microbianas em estudos in vitro (HARRISON, 2007). Este aumento de 5% na proteína microbiana, de acordo com o NRC Leite (2001) e NRC Carne (2000), traduz-se em aumentos de aproximadamente 1,5 litros de leite ou 100 gramas mais de ganho de peso por dia.

"A introdução de 100 g de Optigen requer uma reformulação da ração. Permite remover 0,7 a 1 quilo de corrector de nitrogênio, o que deixa espaço para outros alimentos, como forragens ou concentrados de energia", C. Tanguy, Alltech France.

RESPOSTA AO USO DE OPTIGEN EM BOVINOS DE CARNE

Um estudo em bovinos de carne avaliou a substituição dos níveis crescentes de farinha de soja por Optigen (50% e 100%, ou 100% de substituição do farinha de soja e mais metade da ureia na formulação), com o espaço gerado na dieta sendo completado por polpa cítricos. As dietas com Optigen promoveram maiores ganhos de peso e peso de esqueleto, com melhora na conversão e eficiência alimentar

Tabela 1.-ganho de peso vivo corrigido (kg/dia), peso de esqueleto (kg), consumo de matéria seca (kg), conversão (consumo kg/ganho kg) e

eficiência alimentar (g/consumo kg) de bovinos Nelore recebendo níveis crescentes de Optigen em substituição farinha de soja.

a.-ganho corrigido para o mesmo desempenho de esqueleto b.-Optigen 50:50% substituição do FS; Optigen 100:100% fS substituição; Optigen 150: substituição de 100% FS e %50 ureia. Adaptado de Carareto (tese de doutoramento).

Tratamiento	GPD (ajustado, kg/día) ^a	Peso de esqueleto (kg)	Consumo (kg)	Conversión (consumo kg/ganancia kg)	Eficiencia (ganancia g: consumo kg)
FS	1,45	266,60	10,12	7,02	143,87
Optigen 50 g ^b	1,56	271,34	10,43	6,85	147,60
Optigen 100 g ^b	1,55	270,35	10,15	6,96	145,28
Optigen 150 g ^b	1,64	275,45	10,28	6,80	147,87

No Texas, EUA, Bourg et al. (2009) trabalhavam com os bois de Angus e avaliaram o uso de Optigen em dietas contendo milho, na reposição total de ureia e na reposição total de ureia e farelo de algodão, sendo assim a única fonte de proteína. Observou-se melhoria na alimentação dos animais com o uso de Optigen, assim como aumento do ganho de peso.

Tabela 2.-efeitos do uso de Optigen Sobre ganho médio (ganância,Kg) em dietas de bovinos em confinamento

	1,2 % Urea	1,3 % Optigen	3,1 % Optigen
GPD, kg/día	1,17	1,23	1,26
IMS, kg	8,24	8,18	7,95
Consumo: Ganancia, kg	7,13	6,81	6,46

Adaptado de Bourg et al. (2009).

Melhorias no ganho de peso podem ser explicadas pela melhor entrada de energia com base no aumento da eficiência ruminal, o que melhora a digestibilidade da dieta (VALINOTE et al., 2000; GONALVES et al., 2007).

CONCLUSÃO:

Em estudos realizados em diferentes países, com diferentes estratégias de uso, observaram-se melhorias significativas na conversão alimentar, na ordem de aproximadamente 4,4%. Numa análise econômica com preços médios da dieta do confinamento em torno de \$0.30/kg MS, o custo por ganho diário de dietas controle é \$1.31/kg enquanto que, com Optigen, é \$1.21. A melhor conversão média observada em 15 dietas contendo Optigen, em 9 estudos diferentes, representou um ganho econômico de cerca de US \$10/100 kg de peso corporal adquirido em confinamento.

Adaptado de: http://www.produccion-animal.com.ar/informacion_tecnica/suplementacion_proteica_y_con_nitrogeno_no_proteico/85-urea_liberacion_lenta.pdf

André Oliveira
 Technical Sales Manager
 acoliveira@alltech.com

ALLTECH Portugal
 Parque Monserrate
 Av. Dr. Luís Sá, nº 9 Arm. A
 Abrunheira, 2710-089 Sintra
 Tel: +351 219 605 510
 Fax: +351 219 605 519
 Telem: + 351 916 609 331



45º ANIVERSÁRIO COOPERATIVA AGRÍCOLA DA TOCHA

A Cooperativa Agrícola da Tocha, CRL (CAT) assinalou o seu 45º aniversário no passado domingo, dia 26/08/2019 e aproveitou a cerimónia para prestar homenagem ao Sr. Dr. Mário Oliveira Alfaiate o qual desempenhou na cooperativa os cargos de Presidente da Direção e de Presidente da Assembleia Geral.

Na sua alocução o Presidente da Direção, Sr. Bruno Marques, frisou que a data simboliza “45 anos de serviço em prol dos agricultores e de uma região”, a CAT “apesar de ter nascido numa realidade social completamente diferente da que hoje se vive continua a ter a ambição de ser referência local e regional nas áreas que desempenha, continuando a apoiar os seus sócios e em particular os que estão ligados à agricultura”.

No que respeita ao homenageado (Dr. Mário Alfaiate) o presidente destacou os períodos em que o mesmo foi Presidente da Direção, da sua dedicação e empenho que sempre demonstrou para com a instituição, destacando ainda a importância dos outros Presidentes da Direção nestes 45 anos, nomeadamente Manuel Simões Matias (do grupo de fundadores) e Vitor Tomaturo Simões Nunes.

Em nome do pessoal da Cooperativa o Dr. Figueiredo referiu que no âmbito das comemorações do quadragésimo quinto (45º) aniversário da CAT-Cooperativa Agrícola da Tocha, CRL, preconizado pela Direção, pretende-se também prestar homenagem ao Sr. Dr. Mário de Oliveira Alfaiate, pela sua dedicação e empenho manifestados, os quais contribuíram decisivamente para o desenvolvimento e sustentabilidade desta Cooperativa, através dos cargos que desempenhou, a saber:

- Foi Presidente da Direção de junho de 1977 a julho de 1980;
- Foi Presidente da Assembleia Geral de junho de 1984 a julho de 1987;
- Foi Presidente da Direção de janeiro de 2000 a maio de 2019.

(Fonte: livro de tomadas de posse da CAT).

Estes cargos desempenhados durante cerca de 27 anos, dos quais salientamos os períodos referidos em que foi

Presidente da Direção desta Cooperativa (durante cerca de 25 anos, 19 destes seguidos), só por si, são prova dessa dedicação empenho e simpatia que o homenageado sempre demonstrou para com esta Cooperativa e região onde a mesma se encontra inserida. Homem de uma honestidade inquestionável, também nunca aceitou qualquer compensação pelo desempenho dos cargos que ocupou, fazendo reverter essas compensações para a Cooperativa. Militar de carreira na Força Aérea Portuguesa, com a patente de oficial superior (Major), é também licenciado em Economia e Finanças e é Contabilista Certificado. O Dr. Mário Alfaiate reuniu as condições essenciais para através do seu querer, se dedicar a ajudar os agricultores da área social da Cooperativa da Tocha. Acérrimo defensor do cooperativismo e dos produtores de leite, nomeadamente, do chamado 1º escalão, arriscou a sua patente militar, na defesa dessas convicções e da sua Cooperativa. Pessoa de trato simples, soube respeitar e ser respeitado no meio social envolvente da CAT, granjeando grande admiração entre os cooperadores, (basta afirmar que nunca perdeu eleições para os órgãos sociais desta entidade a que tivesse concorrido), admiração essa também sentida pelos funcionários desta instituição que muito lhe ficam a dever.

Alguns dos períodos passados foram muito difíceis. Graças à gestão do Dr. Mário Alfaiate essas dificuldades foram superadas. O melhor testemunho é que a CAT apresenta uma situação económica e financeira excepcional, digna das maiores empresas portuguesas, com uma envolvente social fortíssima, sendo uma das maiores empregadoras desta região.

Bem-haja, pois, Dr. Mário Alfaiate por todo este legado. Aceite um abraço com toda a admiração dos empregados da Cooperativa Agrícola da Tocha, através da lembrança simbólica que em nome da Direção e em nosso nome lhe vamos entregar.

Falou de Seguida o Sr. Presidente da Lacticoop, o Sr. Joaquim Maria Cardoso o qual agradeceu o convite, cumprimentou os presentes e felicitou a Cooperativa pelo seu 45º aniversário. Quanto ao homenageado, realçou a relação institucional que sempre houve entre as duas entidades, enquanto o Dr. Alfaiate foi Presidente.



EM DEFESA DAS VACAS

Quando ainda garoto frequentava a Escola de Regentes Agrícolas de Coimbra, fui criando a imagem que ali aprendíamos a agricultura, a floresta e a pecuária, para benefício de quem delas depende e do País e que do outro lado do rio, na Universidade, os estudos eram mais profundos e científicos mas igualmente para bem servir a sociedade.

Nunca até hoje me arrependi do caminho que segui e sempre considerei que o que é mesmo importante é sentirmo-nos úteis, fazermos coisas respeitando a vontade e a forma de estar dos outros e gostarmos do que fazemos. Resumindo, considero que a Universidade é o local onde se deve organizar a informação, transformando-a em conhecimento. Hoje vivemos em plena sociedade de informação e informação e conhecimento são coisas diferentes.

É por isso que me choca e não tolero que um Reitor da Universidade mais velha do país, pioneira no passado de algumas causas nobres, venha, ao sabor da moda, de forma infundada e alarmista anunciar a supressão da carne de vaca nas cantinas a partir de Janeiro de 2020. Invoca naturalmente a muito mediática “emergência climática”, rodeia-se de jovens devoradores de hambúrgueres para ficar bem na fotografia e aparenta estar consciente das implicações da medida anunciada mas... (está-se nas tintas)

O grave não é o volume de carne não consumido porque, de acordo com quem frequenta as cantinas, pouca carne de vaca tem entrado nas ementas. Grave, é a falta de respeito pelos outros, a forma autoritária e radical como um reitor numa universidade procede principalmente para ganhar notoriedade aproveitando a onda. Não sei se está bem esclarecido relativamente à neutralidade carbónica mas uma universidade é um bom sítio para aprofundar a questão das alterações climáticas e ensaiar as melhores estratégias para divulgar e implementar os procedimentos menos poluentes. É que hoje tudo se diz e tudo está publicado.

Perde-se pouco tempo a analisar melhor a pegada das diferentes actividades e ninguém arrisca nada para além do que é tido como politicamente correcto. Tendo por bons os números da Agência de Protecção Ambiental, a pecuária tem um peso de 3,9% na produção de gases de efeito de estufa (GEE) contra um máximo de 28,5 % devidos aos transportes. Sabemos que um estudo da FAO colocava a pecuária ainda acima dos transportes na emissão de GEE mas depressa corrigiu os cálculos triplicando os valores dos transportes e do erro pediu desculpa. Só que o mal estava feito e as redes sociais, muito frequentadas pela oposição às ementas tradicionais, logo apontaram as armas às vacas.

Claro que todos os números podem ser contestados mas provado é que para além dos gases específicos do processo fisiológico dos ruminantes e pelos efluentes produzidos, não há explorações de bovinos rentáveis sem produção de forragens e pastagens. A maior ou menor intensificação da exploração e consequente recurso a concentrados, depende principalmente da área disponível e da dimensão das parcelas. A dimensão e identificação da propriedade que os nossos parceiros europeus há muito resolveram e de que se fala entre nós desde o Estado Novo, nunca aconteceu e nego-me a trazer à coação os ensaios das cooperativas de produção decorrentes do 25 de Abril. Esta questão fundiária já devia ter sido encarada a sério pelos governos como Projecto de Interesse Nacional não só tendo em conta a produção agrícola e pecuária mas principalmente a floresta e a necessidade de resolver de vez a vergonha dos incêndios. Para quem não sabe, importa lembrar que um hectare de pastagem permanente pode ser responsável pelo sequestro de 570 kg de CO₂ por ano e numa exploração média o sequestro de gases de efeito de estufa operado no conjunto das parcelas cultivadas pode chegar aos 2,7% do total dos gases produzidos. Condicionar o consumo de carne de bovino e optar pela de porco, frango e do mediático peru, é recorrer apenas a cereais, leguminosas e outras sementes provenientes de regiões remotas com custos monetários e ecológicos consideráveis. Além disso e muito importante, o espaço hoje ocupado pelas pastagens vai engordar a área de mato e o abandono que já conhecemos no interior e cada vez mais até ao litoral. O metano gerado pelas vacas numa determinada área terá sempre efeitos menos nefastos que o CO₂ resultante da queima do mato que revestirá essa mesma área quando não cultivada.

É natural que o senhor reitor esteja, como todos nós, preocupado com as questões ambientais e que tenha simplesmente tentado dar um sinal dessa preocupação. Mas em nossa opinião podia ter começado por acções menos gravosas para o meio rural já que na própria casa há muito que fazer. Já chega de lixo na rua (30 toneladas de plástico e vidro só no Cortejo da Queima) de muitas dezenas de carrinhos de supermercado atirados ao Mondego, da anarquia do tráfego à volta da Universidade como na Rua Larga.

E as vacas? As vacas matam-se e não sei se as cabras saporadas escapam porque contamos com as enormes manadas de gnus e zebras nas extensas savanas africanas e número semelhante de alces e renas na tundra ártica que, se chegarmos um dia à conclusão que é benéfico, nos podem garantir uma reserva de metano de ruminantes.

Mário Cupido

logurte, um companheiro da boa saúde



Tal como outros alimentos resultantes da fermentação, terá o iogurte nascido do acaso. Um feito com milhares de anos e sem testemunho para a posteridade. Mais tarde, no Próximo Oriente, o Homem tomou as rédeas aos antepassados dos nossos iogurtes. E não mais os largou, convertendo-os numa narrativa saborosa.

Há perto de 12 mil anos o Homem, atento aos animais que o rodeavam, percebeu a utilidade de retirar do meio selvagem algumas espécies de carácter mais dócil. Não o sabiam os nossos antepassados do Neolítico, mas estavam, com este novo passo civilizacional, a inventar uma parte do futuro comum da humanidade.

O Homem aprendeu a domesticar. Levou milhares de anos a aperfeiçoar as técnicas e a “moldar” os antepassados dos atuais carneiros, búfalos, ovelhas, cabras, vacas, entre dezenas de

outras espécies, às necessidades das comunidades.

Com a domesticação e pastorícia, os mamíferos humanos apegavam-se a um alimento que não mais deixariam, o leite de espécies bovinas, ovinas e caprinas. Supõe-se que, na época, o produto consumido, resultante da fermentação do leite colocado em recipientes de barro, sujeitas a elevadas temperaturas, seria o antecessor do nosso iogurte.

No ambiente destes recipientes de barro, a uma escala microscópica, protegidas de olhares indiscretos, dois tipos de bactérias, a *Lactobacillus bulgaricus* e a *Streptococcus thermophilus* interagiam, promovendo o seu crescimento. Actualmente sabe-se que o produto combinado dos seus metabolismos resulta nas características cremosas, assim como no sabor levemente ácido do iogurte.

logurte, o regulador intestinal

Dos antecessores do iogurte, posteriores ao período Pré-histórico, sabe-se como certo que o processo de fermentação ligado a este produto já era conhecido dois mil anos a.C. por povos do Médio Oriente. Faziam-no como forma de preservar o leite. Porém, o iogurte como produto próximo ao que hoje conhecemos, terá sido criado por tribos nómadas da Europa Oriental e Próximo Oriente, constituindo parte da dieta no Médio Oriente e bacia mediterrânica durante séculos.

Nos desertos da Turquia os pastores armazenavam o leite fresco em recipientes feitos de pele de cabra.

Os sacos eram, então, atados ao carregamento levado pelos camelos. O calor dos animais e a própria temperatura ambiente, elevada, propiciava a multiplicação de bactérias ácidas. Horas depois o leite havia-se convertido numa massa semissólida e coagulada. Depois de consumido o

fermento lácteo contido nas bolsas, estas eram novamente cheias de leite fresco que, em contacto com os resíduos ali existentes, se transformava em leite fermentado.

É da Turquia que provém originalmente o termo iogurte referindo a palavra yoghurt, isto é, “engrossar”. Para os arménios iogurte era Mayzoom, os Persas designavam-no Kast, no Egipto conheciam-no como Benraib. Os Assírios também referiam o iogurte, utilizando a palavra Lebeny, significando “vida”. Tem o termo o seu fundo de verdade uma vez que ao iogurte, alimento bem tolerado pelo organismo, dado o baixo teor de lactose, se têm reconhecido propriedades preventivas de doenças, nomeadamente do foro digestivo.

As proteínas do leite, com alto valor biológico, são parcialmente pré-digeridas devido às bactérias lácticas, permitindo a sua melhor digestão. Uma hora após ter sido ingerido, cerca de 90% do iogurte foi digerido, enquanto o leite fica na fasquia dos 30%. O iogurte é rico em vitaminas e com um largo espectro de minerais.

Com ferramentas rudimentares de investigação, já Galeno, médico grego do século II a.C., havia compreendido o valor do iogurte elogiando as suas qualidades alimentares. Referiu a sua melhor digestão comparada com o leite e o seu efeito benéfico e purificador no excesso de bÍlis e problemas de estômago.

Gengis Khan e o iogurte salvador

A disseminação do iogurte e a aura medicinal que o envolvia, espicou a imaginação de muitos povos, construindo lendas em torno das origens deste alimento, verdadeira tábua de salvação em determinados períodos.

Uma das histórias mais antigas com o iogurte como protagonista sugere que um mensageiro do conquistador mongol Gengis Khan, (século XII-XIII da nossa Era), em viagem pelo deserto, parou numa vila recentemente tomada. Os aldeões encheram o seu bernal de leite, confiando que este se estragaria sob o calor tórrido do deserto. Ao

invés, as temperaturas mantiveram-se moderadas e a agitação constante tornou o leite numa substância branca, bastante apetitosa. Fortificado com a dieta à base de iogurte, o mensageiro pode prosseguir o seu caminho.

Registos históricos confirmam que os exércitos de Gengis Khan terão sobrevivido, à base de iogurte, em determinados períodos. Crê-se que os mongóis, muito ligados aos seus cavalos, consumissem o leite de égua que era fermentado. Este leite era conhecido por kumiss. O iogurte era, igualmente, utilizado para conservar carne e outros alimentos.

Uma outra história, remontando ao século XVI dá conta que o soberano francês Francisco I, sofrendo frequentemente de mal do estômago recebeu a ajuda de um médico proveniente do Império Otomano, que o tratou com iogurte. O rei francês grato pelas melhoras fixou o consumo deste alimento na corte.

Iogurte e o milagre da longevidade O interesse pelo iogurte no Ocidente iniciou-se por volta de 1910 quando o investigador russo Elie Metchnikoff, prémio Nobel da medicina em 1908 pelas suas investigações acerca do sistema imunitário, relatou o facto dos camponeses búlgaros, que incluíam na dieta o iogurte, atingirem idades elevadas. O facto surpreendia o investigado uma vez que a Bulgária, território árido, na época continuamente sob invasões estrangeiras, estar longe de ser uma região desenvolvida. Estudando a alimentação da população, Metchnikoff constatou que esta assentava basicamente em produtos hortícolas e no iogurte. Não lhe parecendo que a longevidade se devesse aos hortícolas e defendendo o princípio de que dietas contendo lactobacilos, podem proteger o corpo da invasão de patogénicos, o investigador concluiu que o iogurte poderia melhorar e prolongar a qualidade de vida. Este russo acreditava que o consumo regular de iogurte podia levar o ser humano a viver até uns incríveis 150 anos.

Entretanto, em França, Louis Pasteur havia descoberto o mecanismo que produz a fermentação láctica



estabelecendo que um modo para impedir a fermentação láctica é alcançado através do aquecimento do leite matando as bactérias que produzem a fermentação. Este processo que impede a deterioração do leite promovendo a sua conservação é conhecido como pasteurização.

Pesquisadores do Instituto Pasteur descobriram diferentes efeitos benéficos para a saúde de acordo com cada espécie de microrganismos que produzia a fermentação.

Na Europa, na década de 20 do século passado, depois da Grande Guerra, emigrantes gregos e georgianos propagaram o consumo de iogurte servindo-o nos restaurantes que abriram ou preparando-o artesanalmente para uma clientela restrita, antes de o fabricarem para as pequenas leitarias de bairro.

Mais depressa se firmou o alimento do que a palavra que o referia, de pronúncia estranha. Dizia a este respeito Marcel Aymé, em “Maison Basse”, em 1935: “Numa manhã, estava `ele` a arrumar boiões de iogurte, espécie de leite talhado de grande reputação, mas de ortografia pouco segura”.

O iogurte é, actualmente, um produto divulgado e consumido em todo o Mundo, graças ao desenvolvimento industrial, tecnológico e científico.

FONTE: Lifestyle_Sapo



Princípios Básicos da Pulsação

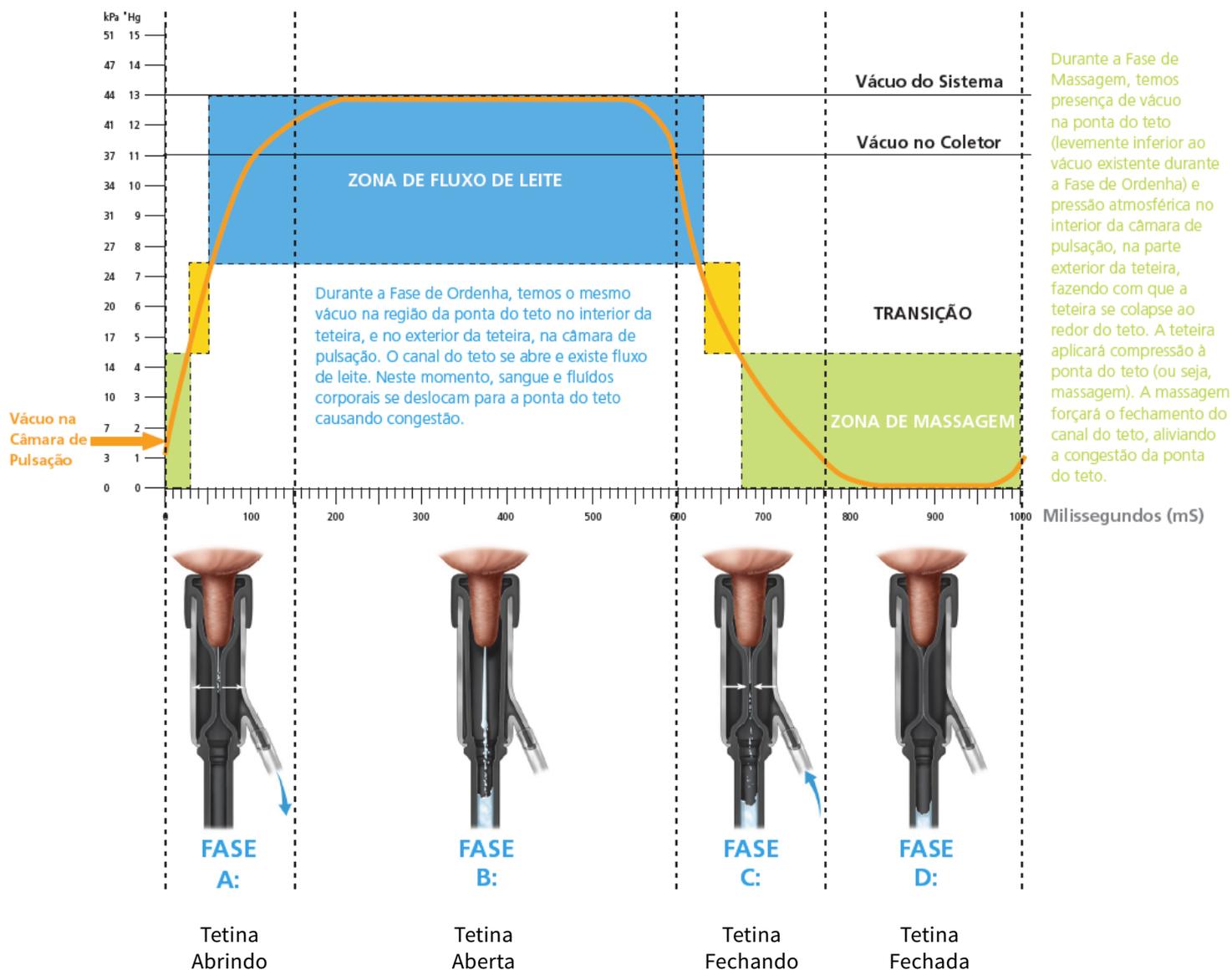
A pulsação pode ser simplesmente definida como um padrão de alternância entre ar atmosférico e vácuo na câmara de pulsação, para promover a abertura e o fechamento da tetina no copo da tetina.

Quando o vácuo é aplicado à câmara de pulsação, a tetina abre-se, permitindo que o leite flua através do canal do teto. No entanto, este processo também causa congestão na parte inferior do teto, o que poderá levar à irritação e redução no fluxo de leite.

Por esta razão, o pulsador é um componente fundamental para o sistema de ordenha, porque ele controla o fechamento da tetina. Ao ser permitida a entrada de ar atmosférico na câmara de pulsação, a tetina fecha-se, desta forma aplicando compressão à ponta do teto, conseguindo aliviar a congestão causada pelo vácuo durante o período em que a tetina esteve aberta.

O ciclo de pulsação (que inclui todos os estágios do processo de abertura e fecho da tetina) divide-se em quatro fases: A, B, C, e D. Estas fases são medidas em milissegundos. O tempo aproximado para que se completem as quatro fases é de, aproximadamente, um segundo (mas este número pode variar conforme a frequência de pulsação selecionada). A frequência de pulsação representa a quantidade de ciclos de pulsação que são completados a cada minuto. A uma frequência de pulsação de 60 pulsações por minuto, o pulsador completaria todas as fases (A, B, C, e D) 60 vezes em um minuto.

A Relação de Pulsação representa a relação do tempo necessário para completar as Fases A e B (fases de ordenha) comparado ao tempo necessário para completar as Fases C e D (fases de massagem). Quando ajustado para uma Relação de Pulsação 60/40, o Pulsador permaneceria nas fases A e B durante 60% do tempo de duração do ciclo de pulsação, e nas Fases C e D durante 40% do ciclo.



Armadilhas normalmente encontradas em Equipamentos de Pulsação



Perfuração nos Tubos Curtos de Vácuo

No momento em que colocam as unidades de ordenha, os ordenhadores deverão tratar de identificar a existência de qualquer perfuração nos tubos curtos de leite. A presença destas perfurações reduzirá a capacidade da tetina para abrir e fechar ao redor do teto, já que podem afetar os ciclos de pulsação, resultando em um processo de ordenha desconfortável para a vaca, fazendo com que mais leite residual seja deixado no úbere, e reduzindo a velocidade da ordenha. Se os ordenhadores observam que as vacas estão inquietas ou marchando (isto é, movimentando as patas

constantemente durante a ordenha, como se estivessem caminhando) mais do que o normal, apresentam ordenha lenta ou incompleta em um ou dois quartos, ou tetos com aparência azulada (congestão excessiva dos tetos), podem estar diante de problemas causados por perfurações no tubo curto de vácuo. As salas de ordenha devem contar com alguns destes tubos curtos de reserva para permitir que os ordenhadores possam substituí-los imediatamente, ou informem o encarregado da sala de ordenha, para que esteja consciente da existência do problema.



Pulsador Avariado ou Filtros Sujos

As entradas de ar dos pulsadores podem sujar-se devido à poeira e outros resíduos presentes no ambiente da sala de ordenha e que, com o tempo, se acumulam no equipamento. Além disso, a névoa provocada por aplicadores de Dip para tetos pode acumular-se e bloquear as entradas de ar dos pulsadores, ou uma tampa de pulsador danificada pode estar bloqueando o fluxo de ar. Quando as entradas de ar estão muito sujas, ou quando encontramos filtros de ar sujos nos

pulsadores ou nas tubulações de ar filtrado, impedindo o fornecimento de ar atmosférico aos pulsadores, o processo de ordenha pode estar sendo prejudicado. A teteira não é capaz de colapsar-se ao redor do teto para aliviar a congestão, levando a turnos de ordenha mais longas, afetando a saúde do teto, e causando desconforto às vacas. Os ordenhadores devem prestar atenção à limpeza dos pulsadores, e a eventuais entradas de ar bloqueadas e filtros sujos.



Pulsador Defeituoso

Também é importante observar a existência de sinais da própria vaca, que podem indicar que os pulsadores não estão funcionando de forma adequada. Podemos identificar a presença de um pulsador defeituoso quando encontramos vacas que são completamente ordenhadas em um lado do úbere, mas não são completamente ordenhadas do outro lado. Caso o problema não seja detectado, muitas vacas deixarão de ser ordenhadas

completamente, o que pode causar problemas para a saúde do úbere. Se um pulsador não está funcionando corretamente, os ordenhadores devem assegurar-se de que o encarregado pela sala seja informado, para que seja consertado ou substituído imediatamente. As salas de ordenha devem contar com pulsadores de reserva, regularmente mantidos, e prontos para funcionar sempre que haja suspeitas sobre o correto funcionamento de um pulsador instalado na sala.



Mangueiras Longas de Pulsação muito compridas

As mangueiras longas de pulsação ajudam a alcançar o correto desempenho das Fases "A" e "C" do ciclo de pulsação. Durante estas fases, o ar está entrando ou saindo da câmara de pulsação, sendo admitido ou removido através do pulsador e dos tubos e mangueiras de conexão, como a mangueira longa de pulsação. Mangueiras com um diâmetro muito pequeno ou comprimento excessivo, juntamente com mangueiras sem manutenção adequada, ou que colapsem quando submetidas ao vácuo, estão associadas à funções incorretas de abertura e fechamento das tetinas.

Tetinas que não abrem completamente durante a fase de ordenha, reduzem a velocidade da ordenha ao restringir o fluxo de leite para fora do teto. A entrada inadequada de ar na câmara de pulsação reduz o tempo de colapso da tetina, aumentando a possibilidade de que a massagem seja insuficiente e, outra vez, aumentando os tempos de ordenha. Conservar as mangueiras longas de pulsação com o menor comprimento possível é fundamental para a obtenção de um fluxo de ar adequado, e para a manutenção de condições ótimas de ordenha para as vacas.

CÁLCIO E FÓSFORO EM PASTAGENS

O **cálcio** é um elemento muito pouco móvel, o que faz com que a sua deficiência se manifeste nas partes mais jovens da planta, com um atrofiamento tanto da parte aérea como radicular.

Este elemento:

- ⇒ Participa no alongamento e divisão celular mitótica, é portanto fundamental para o crescimento radicular e para a estabilidade das membranas celulares;
- ⇒ Controla a absorção de outros nutrientes necessários à planta;
- ⇒ Elemento de grande importância na qualidade nutritiva da pastagem, sendo as leguminosas mais exigentes em cálcio;
- ⇒ Nutriente necessário para a fixação do azoto (ajuda a bactéria *Rhizobium* a fixar melhor o azoto atmosférico em formas absorvíveis pela planta).

O **cálcio (Ca)** e pH estão diretamente relacionados, uma vez que a concentração de cálcio no solo determina principalmente o pH. Em solos muito ácidos, com valores de cálcio inferiores a 20% da capacidade de troca, as deficiências na planta podem ser irreversíveis.

Quando a saturação de cálcio no solo é alta o pH geralmente será alto, isto deve-se ao elevado poder de neutralização deste nutriente, o que o torna um elemento de extrema importância na correção de solos ácidos.

A incorporação de **cálcio reduz em 61% a saturação de alumínio** (elemento que provoca toxicidade através do engrossamento das raízes, inibindo o seu alongamento e provocando a morte da planta) e **aumenta o rendimento das leguminosas e gramíneas.**





O **fósforo (P)** é um nutriente essencial para o **metabolismo das plantas**, principalmente na fase de estabelecimento das pastagens (as gramíneas extraem melhor o fósforo do solo devido às características do seu sistema radicular, as leguminosas precisam de maiores quantidades de fósforo para competirem com as gramíneas).

Tem um papel fundamental no desenvolvimento radicular e, em consequência, na maior capacidade das culturas absorverem maiores quantidades de outros nutrientes e de água.

As deficiências de P provocam:

- ⇒ Redução da área foliar (menor superfície foliar e número de folhas);
- ⇒ Senescência amarelada e prematura das folhas mais antigas;

Em contraste o teor de clorofila não é muito afetado...

- ⇒ Frequentemente o teor de clorofila é ainda maior em plantas com déficit de fósforo.

Porém...

- ⇒ A eficiência fotossintética por unidade de clorofila é muito menor, o crescimento aéreo fica mais afetado comparado com o radicular, havendo uma maior deslocação dos hidratos de carbono para a raiz.



Tudo isso resulta numa subutilização de recursos do ecossistema, pois a planta apanha menos radiação e absorve menor quantidade de água, o que determina menores rendimentos das pastagens.

O fósforo fica menos disponível quando os níveis de pH do solo descem abaixo de 5,5. Com este pH baixo, formam-se fosfatos de alumínio e ferro insolúveis e o fósforo torna-se essencialmente indisponível para as plantas.

**Renovation
FUERZA
EcoPhos-K**



Complexo Nutricional tecnológico rico em **Cálcio** e **Fósforo**, que melhora a **qualidade** e a **produção** da cultura, protegendo os microrganismos benéficos presentes na rizosfera.

- ⇒ Contém **Cálcio** activado rizósferico, de rápida interação com o solo e com a planta;
- ⇒ Protege o **Fósforo** fornecido, evitando a sua retrogradação e estimula a mobilização do fósforo presente no solo.





CONSUMO DE LEITE E DERIVADOS NA POPULAÇÃO SÉNIOR

Sara Casado

Quando falamos de leite e principalmente quando pretendemos promover o seu consumo, recorremos quase sempre à imagem de crianças. Compreende-se porque mesmo após a amamentação e até aos 10 anos, o leite é fundamental no desenvolvimento ósseo e muscular do organismo. Infelizmente parece que as jovens mães se mostram cada vez mais permissivas às campanhas difamatórias e sem qualquer fundamento científico lançadas contra o leite para vender outros produtos. De acordo com o INE o consumo de leite que até 2003 veio sempre aumentando, caiu 9,3% entre 2012 e 2016. A tendência de queda é comum em toda a Europa mas é mais acentuada em Portugal e sobretudo entre os jovens. Não se tem investido na população geriátrica como consumidores de lacticínios não obstante o seu peso na população total. E o mercado sabe que os seniores são os novos consumidores e cada vez mais o retalho e a grande distribuição estão mais atentos a este segmento.

IMPORTÂNCIA

Numa alimentação saudável e equilibrada os lacticínios devem representar 18% da pirâmide alimentar e se são fundamentais na infância não devem deixar de fazer parte do cardápio nas outras fases da vida. Defendem, alguns nutricionistas, que depois dos 50 anos o consumo de leite é importante não só por fornecer as proteínas, hidratos de carbono, gorduras e vitaminas capazes de atender as necessidades fisiológicas da idade e ainda pela eficácia para manter a hidratação do corpo, estabilizando a temperatura corporal, operando diversas reacções metabólicas e facilitando o transporte dos nutrientes. O leite é rico em cálcio que é fundamental na prevenção da osteoporose. A vitamina D, também presente, estimula a absorção do cálcio o que ajuda a contrariar a tendência e risco deste problema nos idosos. Alguns estudos ultimamente publicados, evidenciam o papel do leite na prevenção de diferentes doenças. Dum modo geral as doenças crónico-degenerativas como as cardiovasculares, hipertensão e diabetes que afectam principalmente adultos e idosos estão muito ligadas a problemas alimentares e o consumo sistemático de leite mostra-se um importante aliado na sua prevenção.

ACESSIBILIDADE

O leite é um alimento particularmente versátil podendo ser consumido tal qual como bebida ou integrando uma vasta

gama de produtos lácteos capaz de satisfazer todos os gostos e adaptar-se a todo o tipo de limitações na ingestão. A concorrência e a vasta oferta, origina opções de aquisição a baixo custo. Podemos mesmo dizer que o leite é um dos alimentos com menor custo por caloria. É também a fonte mais económica de alguns nutrientes como o cálcio, potássio e magnésio. Em conclusão, o consumo de leite será sempre um custo-eficiente e a melhor relação custo-benefício.

CONHECIMENTO E DIVULGAÇÃO

Não abundam os estudos relativos ao consumo de leite e produtos lácteos em geral pela faixa etária mais idosa. Aceita-se que os idosos tendem a viver sozinhos e substituem muitas refeições por lanches, recorrendo ao leite pelo aspecto prático da sua utilização. Também se aceita que as mulheres se preocupam mais com as questões da saúde consultando profissionais que podem recomendar o consumo de mais lacticínios. Cada vez mais, as famílias recorrem a instituições especializadas para cuidarem dos seus idosos estando estas, duma maneira geral, bem estruturadas para tratar das questões da alimentação com qualidade e com custos controlados.

A Associação de Idosos Mirense mantém as valências Centro Dia, Apoio Domiciliário e ERPI (Estrutura Residencial para Idosos). Os utentes são maioritariamente do concelho de Mira e há uma percentagem significativa que lidou de perto com o leite ainda nos postos de recepção e depois nas salas colectivas ou estábulos individuais. Os filhos já dispunham de leite mas o seu consumo era limitado ao pequeno-almoço e pouco mais porque a sua entrega constituía o principal rendimento das famílias. A Instituição confecciona todas as refeições para as diferentes valências, traduzidas em 63 pequenos almoços, 120 almoços, 120 lanches e 68 jantares. A responsável por toda a área da alimentação que inclui gestão da cozinha, implementação das ementas e aquisição dos géneros alimentícios é a nutricionista Dra. Sara Casado que se prestou a esclarecer algumas questões sobre esta matéria.

Quais os lacticínios a que mais frequentemente recorre na elaboração das ementas e em termos médios que quantidade é consumida por dia por utente?

Os lacticínios mais frequentemente utilizados aquando da elaboração da ementa são o leite meio gordo e os iogurtes de aromas, sólidos ou líquidos. Disponho ainda de queijo



fatiado que é dado consoante a escolha do utente. A média de lacticínios consumida diariamente é de cerca de 260 ml por utente distribuído pelas refeições do pequeno-almoço, merenda da tarde e ceia, sendo que no caso do leite este é consumido praticamente sempre adicionado ao café ou cevada. É pouco mais que 1 porção de lacticínios quando as recomendações apontam para cerca de 2.

Considera possível aumentar a oferta de lacticínios? Em que refeições lhe parece mais fácil e interessante? Tem conhecimento da prática de distribuição de leite frio noutras instituições, principalmente no verão, para reforço da hidratação?

É possível aumentar a oferta de lacticínios ao nível da quantidade. Cada utente tem a possibilidade de escolher se pretende ingerir maior ou menor quantidade de lacticínios em qualquer das refeições, excepto almoço e jantar. Distribuição de leite frio não é habitual na Associação de Idosos Mirense. Só acontece mediante pedido explícito, e que eu tenha conhecimento não é prática comum noutras instituições. A água simples ou aromatizada é a principal escolha para a hidratação.

Frequentemente justifica-se a não inclusão de leite nas ementas pela incidência da intolerância à lactose que tem tendência a aumentar com a idade. Na Instituição e em todas as valências, quantos casos de intolerância foram confirmados?

Actualmente na Associação de Idosos Mirense temos 2 casos diagnosticados de intolerância à lactose, num universo de 63 utentes residentes e 20 em Centro Dia.

Para além dos casos de intolerância quantos casos de rejeição pura e simples se verificam entre os homens e entre as mulheres?

Cada vez mais nos chegam utentes que relatam que não bebem leite por lhes causar algum desconforto ou simplesmente que nunca beberam leite, porque não gostam, e optam por não consumir leite e derivados.

Ultimamente sabemos que tem sido pressionada pelas Entidades da Tutela para a redução da utilização do sal e do

açúcar, o que se tem cumprido, às vezes com risco de rejeição de alguns pratos por alguns utentes principalmente no que diz respeito ao sal. Têm essas mesmas Entidades vindo a aconselhar o aumento do recurso ao leite?

Efectivamente as Entidades da Tutela têm promovido campanhas com objectivos definidos para a redução do sal para a população geral e mais recentemente de açúcar mais direccionadas para a alimentação infantil. Quanto ao aumento do consumo de leite propriamente dito não tem havido diretrizes nesse sentido. Apenas se mantêm as recomendações já existentes para o consumo diário de 2 a 3 porções de leite e ou derivados. O leite é um alimento muito completo do ponto de vista nutricional e a sua utilização na população geriátrica é importante para complementar as necessidades nutricionais diárias específicas dos idosos, sempre de acordo com a individualidade de cada um.

CONCLUSÃO

O progressivo envelhecimento da sociedade portuguesa tem chamado, nos últimos tempos, a atenção de serviços e governantes principalmente pelas consequências económicas que daí advêm. De acordo com o INE, se já hoje os idosos representam 20% da população total, em 2080 serão 40%, o que é preocupante. Ainda de acordo com o “Censos Sénior 2017” da Guarda Nacional Republicana, hoje, cerca de 1 milhão de idosos vive em solidão e muitas vezes em total isolamento o que é no mínimo assustador. Alguma coisa se vai fazendo na promoção da inclusão social e na procura da manutenção da vida activa. E a alimentação? As ementas têm que ser adequadas à idade e os recursos são cada vez mais escassos nas famílias e instituições. Comprovadamente os lacticínios podem desempenhar nesta conjuntura um papel importante, mas será sempre mais difícil convencer um idoso que nunca bebeu leite a fazê-lo agora, do que reduzir a quantidade de sal na sopa. É urgente criar condições para inverter a tendência actual de abandono dos lacticínios e aumentar a sua ingestão por parte dos idosos. Vamos pensar nisto?

Sara Casado e Mário Cupido



Kersia, e a sua gama STARTER para vitelas de alto rendimento.

A gama STARTER vem incrementar as existentes, HY- DIET BOLUS, dentro do novo caminho de expansão que a Kersia está a apostar no campo da dietética animal.

A gama STARTER é dirigida às vitelas de alta produção, tendo como objetivo extrair delas todo o seu potencial genético, através de um ótimo desenvolvimento para se converterem rapidamente em vacas leiteiras de elite.

O objetivo desta gama STARTER é incrementar os benefícios e a rentabilidade das explorações leiteiras, como é o novo lema da Kersia “ YOUR HIGH PERFORMANCE”.

Em que consiste a nova gama STARTER?

A gama STARTER, como a própria palavra indica, consiste numa série de formulações orais orientados para conseguir um ótimo arranque das vitelas destinadas a serem vacas leiteiras de alta produção e, portanto, o futuro da exploração. Em um contexto complicado como o atual, cada vez mais exigente, são numerosos os estudos que demonstram que o que acontece nos primeiros dias de vida destes animais condiciona de forma determinante o futuro produtivo das mesmas.

É por isso crucial alcançar um bom arranque para conseguir expressar todo o seu potencial genético e, desta maneira, maximizar o desenvolvimento produtivo dos animais e a rentabilidade das explorações.

Como encaixa a gama STARTER com a gama HY-DIET BOLUS?

STARTER vem complementar a já existente, HY-DIET BOLUS está orientada para trabalhar sobre a vaca adulta ou inclusive sobre novilhas, seja de maneira coletiva ou incidindo de forma individual nos diferentes momentos do ciclo de animais concretos ou sobre especiais requisitos com HY-DIET BOLUS.

Desta maneira, a gama STARTER completa o ciclo ocupando-se do seu início, a vitela recém nascida, o objetivo é conseguir desenvolver vacas leiteiras de alta produção e aproveitar

todo o seu potencial que aporta o seu código genético, rentabilizando o investimento que se fez na sua avançada genética.

Um bom arranque da vitela recém nascida é fundamental para poder esperar um ótimo desenvolvimento da futura novilha e posteriormente vaca leiteira de máxima produtividade.

E é isto mesmo que a gama STARTER vem potenciar.

De que se compõe a gama SARTER?

Como se comentou, trata-se de uma série de produtos, com formulações e propriedades diversas, dependendo do momento e das necessidades concretas. Assim, encontramos com potenciadores da imunidade, aporte de colostro bovino e derivados de ovo proveniente de galinhas Híper imunizadas, compostos energéticos, pró bióticos, vitaminas, oligoelementos, reidratantes, estimulantes metabólicos, protetores da mucosa intestinal, etc.

Porque é necessária a gama STARTER?

Já se mencionou que um bom arranque é fundamental para o futuro produtivo dos animais e isto passa por uma adequada toma de colostro. Há que ter em conta que pelo menos 30% dos animais recebem uma toma de colostro deficiente, seja por quantidade insuficiente ingerida ou por má qualidade do mesmo. A isto á somar que mais da metade dos animais nascem já anémicos, se juntarmos problemas de manejo, instalações, contrações de parto, etc., detetamos que aproximadamente 12% das novilhas não chegam a produzir um primeiro parto, por conseguinte existe uma perda de rentabilidade para a exploração. A reposição e recria supõem-se que esteja entre os 14 e os 20% dos gastos de uma exploração, com um custo a rondar os 14,60€ diários desde o nascimento até aos 3 meses de vida.

Como se apresenta a gama STARTER?

A gama STARTER apresenta-se em forma de seringas para uma aplicação em forma de pasta oral ou de saquetas para

diluir em água. Desta forma , permite tratar os animais de forma individualizada, higiénica, simples e prática, além disso possibilita faze-lo no momento certo para suprir as carências do recém nascido e estimular a sua atividade. Mas não só isso, oferece também a possibilidade de instaurar protocolos preventivos a nível do rebanho que nos permitem resolver o futuro produtivo da exploração.

Que vantagens aporta a gama STARTER?

A primeira é muito evidente, incrementar a saúde dos animais e reduzir a incidência de problemas como as diarreias e pneumonias ou reduzir a sua gravidade, aumentando a taxa

de sobrevivência das futuras vacas leiteiras e torna-las mais produtivas.

A sua gama apresenta-se de uma forma completa possibilitando eleger o produto adequado para cada momento, para cada animal ou para cada necessidade. Servindo tanto como preventivo de patologias ou transtornos metabólicos como para tratamento da recuperação dos animais afetados de forma rápida e minimizar as consequências dos problemas.

Igualmente, podem-se empregar para instaurar programas de transição alimentar entre o leite .

**POTENCIA O ARRANQUE
DAS TUAS VITELAS**

STARTER
e rentabiliza a tua exploração

kersia
INVENTING A FOOD SAFE WORLD

KERSIA IBERICA, S.L. Sucural em Portugal | kersiaiberica@kersia-group.com | www.kersia-group.com

Vende-se

- 1 Virador de feno modelo GR 330/9;
- 1 Reboque contra pás para silagem 5000 kg;
- 1 Distribuidor de adubo;
- 1 Tractor Fendt 207/S/75;
- 1 Unifeed Mutti Amos, 7 metros, 2 saídas, electrónico;
- 3 Ventiladores Marca Alfa-Laval, automáticos, como novos;

Todos os equipamentos se encontram em bom estado de conservação.

Para mais informações contactar:

911 830 560

Corteva Agriscience™ apresenta ao setor leiteiro as suas mais recentes inovações técnicas para a melhoria da sustentabilidade ambiental



Bill Mahanna, referência a nível mundial em nutrição animal e Diretor Global para a área da nutrição animal na Corteva, foi o convidado de honra do fórum organizado em Huesca para mais de 300 produtores de leite.

Huesca – 10 de Setembro de 2019, Perante o momento particularmente sensível que o planeta atravessa no que toca ao meio ambiente, a Corteva Agriscience, a única empresa em bolsa 100% agrícola no mundo, quis reunir os principais produtores de leite de Portugal e Espanha para mostrar o seu compromisso com a sustentabilidade.

Uma jornada, com mais de 300 assistentes das principais explorações leiteiras de ambos os países, que teve lugar na Granja San José em Huesca, referência no setor como umas das maiores explorações da Península Ibérica e com 1000 hectares dedicadas à cultura do milho.

Pela mão de Bill Mahanna e outros especialistas em nutrição animal de prestígio, a jornada centrou-se na abordagem de algumas das mais recentes tendências no âmbito da produção de leite no mundo. Igualmente, pela mão de outros especialistas da companhia foi demonstrado como as tecnologias da marca Pioneer®, de sementes e inoculantes para forragens, proporcionam uma maior eficiência por hectare e asseguram uma melhoria da sustentabilidade económica e meio ambiental contribuindo assim para a redução dos gases com efeito de estufa.



Bill Mahanna, Diretor Global de Nutrição Animal na Corteva Agriscience, sublinha: “Os novos híbridos de milho da Pioneer®, que com um conteúdo mais baixo em lenhina permitem que os animais aproveitem melhor o conteúdo nutricional e assim se aumente a produção de leite vaca/dia, serão o que nos diferenciará.” Além disso, “com a aplicação dos nossos inoculantes bacterianos de última geração, asseguramos a rápida conservação da forragem para além da ausência de componentes potencialmente nocivos para os animais. A sua utilização permite uma perfeita conservação ao longo do tempo do material colhido e, inclusive, uma melhoria dos parâmetros nutricionais do mesmo, o que por sua vez proporciona uma melhor gestão da cultura destinada à alimentação dos animais da exploração”.

Agricultura responsável

A empresa referência em tecnologia aplicada às sementes, proteção das culturas e agricultura digital, defende a prática de



uma agricultura que respeita o meio ambiente oferecendo produtos desenhados para maximizar a sustentabilidade e, por sua vez, minimizar o impacto ambiental.

Alberto Ojembarrena, Responsável de Marketing de Sementes para Corteva Agriscience para Espanha e Portugal

sublinha: “queremos continuar ao lado dos agricultores e produtores de leite para partilhar com eles a nossa aposta na oferta de soluções pioneiras e referência em sustentabilidade. Num momento crucial de debate de quais devem ser as prioridades da Política Agrícola Comum Europeia, queremos mostrar ao sector o nosso compromisso na sustentabilidade económica e meio ambiental, com propostas concretas que assim o garantam”.

Num mundo tão competitivo e globalizado como este, as explorações agrícolas europeias e as portuguesas em particular, enfrentam o desafio de produzir mais, de uma forma mais eficiente e com menor consumo de recursos. A Corteva trabalha cara a cara com os agricultores para conseguir a maior rentabilidade seja máxima produzindo os produtos de qualidade que o mercado europeu exige e com a máxima sustentabilidade como o foco da sua atividade.

Acerca da Corteva Agriscience

A Corteva Agriscience é uma empresa agrícola global cotada em bolsa e oferece aos agricultores de todo o mundo o portfolio mais completo do sector, o que inclui sementes, proteção de culturas e soluções digitais centradas na otimização da produtividade para melhoria do rendimento e rentabilidade. A empresa, que conta com algumas das marcas mais reconhecidas na agricultura e um portfolio de produtos e tecnologia líder na indústria bem posicionada para impulsionar o crescimento, tem o compromisso de trabalhar com todas as partes interessadas no sistema alimentar ao mesmo tempo que cumpre a sua promessa de melhorar a vida dos que produzem e dos que consomem, assegurando o progresso para as gerações vindouras. A Corteva Agriscience converteu-se numa empresa independente de capital aberto a 1 de junho de 2019; anteriormente integrava uma divisão agrícola da DowDuPont. Mais informação disponível em www.corteva.es.

Siga a Corteva Agriscience em Facebook, Instagram, LinkedIn, Twitter e YouTube.

###

™, ®, SM Trademarks and service marks of Dow AgroSciences, DuPont or Pioneer, and their affiliated companies or their respective owners.

Contacto de imprensa para mais informações: appletreecommunications
 María García | Tel. 91 319 05 15 | mag@homeatc.com
 Fiamma Badoglio | Tel. 91 319 05 15 | fb@homeatc.com

PREPARE-SE PARA O INVERNO

849,99
€

**RACHADOR DE LENHA VERTICAL
GASOLINA 12 TONELADAS - 7 CV**
Ø corte: 300-520 mm
Corte em 2 ou 4 partes

3 posições
corte



4,29
€

SERRA DE ARCO - 533 MM
Aço temperado
610 MM - 4,79 €
762 MM - 5,29 €
914 MM - 5,99 €



12,99
€

OLEADO COBERTURA
3 x 5 metros
4 X 6 M - 19,99 €
5 X 8 M - 29,99 €
6 X 10M - 45,99 €



37,99
€

**AFIADOR
DE CORRENTES
ELÉTRICO**
85 W



NOVO

**RACHADOR DE LENHA
HORIZONTAL 7 TONELADAS**
2900 W
Comprimento máx.
de corte: 52 cm
Diâmetro máx.
de corte: 23 cm

399,99
€



79,99
€

ELETROSSERRA 1800 W
Lâmina 400 mm



terra terra

LOJAS AGRO-RURAIS

CANTANHEDE | MIRA | VILA NOVA DE PAIVA



www.lacticoop.pt



LACTICOOP
DESDE 1962

O SEU PARCEIRO EM
AGRICULTURA E PECUÁRIA