



## PRODUCCIÓN EN INVIERNO: MANEJO INTEGRAL DE LA NUTRICIÓN Y ALIMENTACIÓN

- CLIMA, QUÉ ESPERAR ESTE OTOÑO
- ENTREVISTA A COOPERADO RUDEMIL VERA
- LA LECHE: UN COMPONENTE ESENCIAL EN LA DIETA DE LOS ESTUDIANTES



## EDITORIAL

COLUN INFORMA  
N° 259 MARZO 2024

Esmeralda 641, Fono 64 2473100, La Unión.  
E-mail: [comunicaciones@colun.cl](mailto:comunicaciones@colun.cl)

**Responsable Legal:**  
Lionel Mancilla Lausic

**Equipo Responsable:**  
Mónica Vargas Quezada  
Dennis Fuica Patiño

**Diseño:**  
Gonzalo Muñoz Ceballos

**Impresión:**  
Doctor Marketing

# COOPERATIVAS DEL SUR AMPLÍA SU RED PARA FORTALECER EL MODELO ASOCIATIVO



**C**ooprel, Colun, Torrencial Lechero, CREO, Cooprinsem, Bansur, Copelec, Car Ñuble, Crell y Libercoop, dan la bienvenida a Ganacoop, Cooperativas Campesina de Productores Ovinos de San Juan de la Costa y Cooperativa de Apicultores Orgánicos de Chile. Esta incorporación refleja el compromiso de Cooperativas del Sur en ampliar su alcance y representar a diversos sectores productivos.

En el caso de Ganacoop, originaria del gremio de Agrollanquihue, se compone actualmente de 27 socios, todos ellos productores pecuarios de la región de Los Lagos, con un enfoque especial en las provincias de Llanquihue y Osorno.



Por su parte, la Cooperativa Campesina de Productores Ovinos de San Juan de la Costa, especializada en la comercialización de carne de cordero Kunko, aporta a la diversidad de productos y tradiciones con más de 450 años de base genética, remontándose a la llegada de los españoles a Chile. Su inclusión destaca el valor de la herencia cultural y productiva en el tejido cooperativo.

Asimismo, la Cooperativa de Apicultores Orgánicos de Chile se suma a Cooperativas del Sur con un enfoque sostenible en la comercialización de productos apícolas de alta calidad. Su modelo de negocio resalta la importancia de la colaboración y la calidad, principios fundamentales de las cooperativas.

De esta forma, la llegada de estas nuevas cooperativas refuerza el compromiso de Cooperativas del Sur con el desarrollo sostenible y la diversidad productiva en la región, consolidando su misión de promover y fortalecer el modelo cooperativo en Chile.

Rudemil Vera Roa, Rumalu Ltda., Cooperado COLUN

# “TENEMOS LA RESPONSABILIDAD DE CONTINUAR HACIENDO LAS COSAS BIEN”

Por Dennis Fuica Patiño, COLUN.



*Junto a sus hermanos Magin y Luis, crearon “Rumalu” para así seguir los pasos de su padre, quien también fue Cooperado y de quien heredaron el amor por el campo. Una gestión destacada, los llevó a ganar el premio “Mejor de Mejores” en la premiación para Cooperados COLUN 2023.*

**P**ara Rudemil Vera, trabajar en familia requiere de un gran compromiso, ya que el trabajo es arduo y si existen problemas, deben resolverse de buena forma, porque lo que prevalece, ante todo, es la familia. Asegura que la clave es que todos deben “ponerse la camiseta” y estar al día en sus labores.

En 2011 formó una sociedad junto a sus hermanos Magin y Luis y al año siguiente, ingresaron a nuestra Cooperativa, a pesar de que ya eran parte de la familia COLUN, pues su padre se unió como productor en la década del ‘70.

“Cuando se tiene un negocio familiar, el trabajo es mayor a que si uno fuera un trabajador que cumple sus 8 horas y de ahí para la casa”, ya que asegura que el negocio propio siempre demanda más atención, aunque reconoce que la parte positiva es tener mayor libertad.

### “Mejor de mejores”

Dedicación y constancia, dos conceptos que resultan fundamentales en su trayectoria y que nuestro productor define como vitales para obtener el premio “Mejor de mejores” en la entrega de distinciones que realizó

nuestra Cooperativa en 2023 a sus socios. Cuando recibió la buena noticia estaba impresionado. “Siempre veía la revista y decía tal persona ganó este premio ¡hasta que llegó de repente! no lo podía creer.” Respecto a su impresión, asegura que siente satisfacción de haber cumplido, ya que es capaz de producir un producto sano, un alimento nutritivo.

Y es que Rudemil Vera, es de las personas que cree que cada detalle cuenta para realizar un trabajo exitoso. Preocuparse de las vacas, de su bienestar, de su salud, tomar precauciones, cada acción es relevante para lograr un buen resultado. Asegura que el equipo de profesionales de COLUN lo ha asesorado y él ha escuchado. “He seguido las recomendaciones y eso me ha ayudado”. Al consultarle, qué siente al ser parte de COLUN, su respuesta es clara: “la responsabilidad de continuar haciendo las cosas bien”. Su argumento se basa en que se ha logrado una alta imagen de la Cooperativa gracias al trabajo y la perseverancia, lo cual a su juicio se debe

cuidar “con empeño y constancia”. Dice, además, que al ser parte de COLUN la carga se hace más liviana. “Si necesito algo, puedo ir allá. Porque a veces uno se sobregira y COLUN le da esa facturita donde uno de a poco se va poniendo al día”.

### Los desafíos

Uno de los principales desafíos que ve para el futuro, es el clima, específicamente la escasez de agua. Para enfrentar este problema, Rudemil y sus hermanos, se están informando para tomar las mejores decisiones para la sustentabilidad de su predio.

“Tratar de producir más leches, siempre es un reto. La tierra produce menos por la falta de agua, por lo que tenemos que ver cómo regar, sin agotar las reservas”, asegura el productor.

En cuanto al futuro de la Cooperativa, afirma que el principal desafío es “seguir unidos” como Cooperados, buscando y eligiendo siempre a las personas más capaces para que los representen y definan el rumbo.



*Juan Carlos Zwanzger, Presidente de COLUN y Lionel Mancilla, Gerente General de COLUN hacen entrega del reconocimiento “Mejor de Mejores” a Rumalu Ltda., recibe Rudemil Vera*





## PRODUCCIÓN EN INVIERNO: MANEJO INTEGRAL DE LA NUTRICIÓN Y ALIMENTACIÓN

Las praderas en el sur de Chile se caracterizan por disminuir considerablemente su crecimiento durante el invierno. Este natural comportamiento implica desafíos de manejo que no pueden dejarse al azar debiéndose tomar importantes decisiones para no afectar la producción, y asegurar la nutrición del rebaño.

La primera consideración es evitar el sobrepastoreo de praderas especialmente hacia finales de invierno e inicios de primavera, lo que podría reducir la productividad de las praderas a largo plazo, facilitando el ingreso de especies vegetales no deseadas.

Rotaciones de pastoreo largas (45 a 60 días entre pastoreos) y residuos de entre 1.000 y 1.200 kg (5 cm) post pastoreo, es lo recomendado en invierno. Sin embargo, este manejo invernal hace que suplir las necesidades nutricionales se convierta en todo un desafío. La pradera, al ser insuficiente, no satisface los

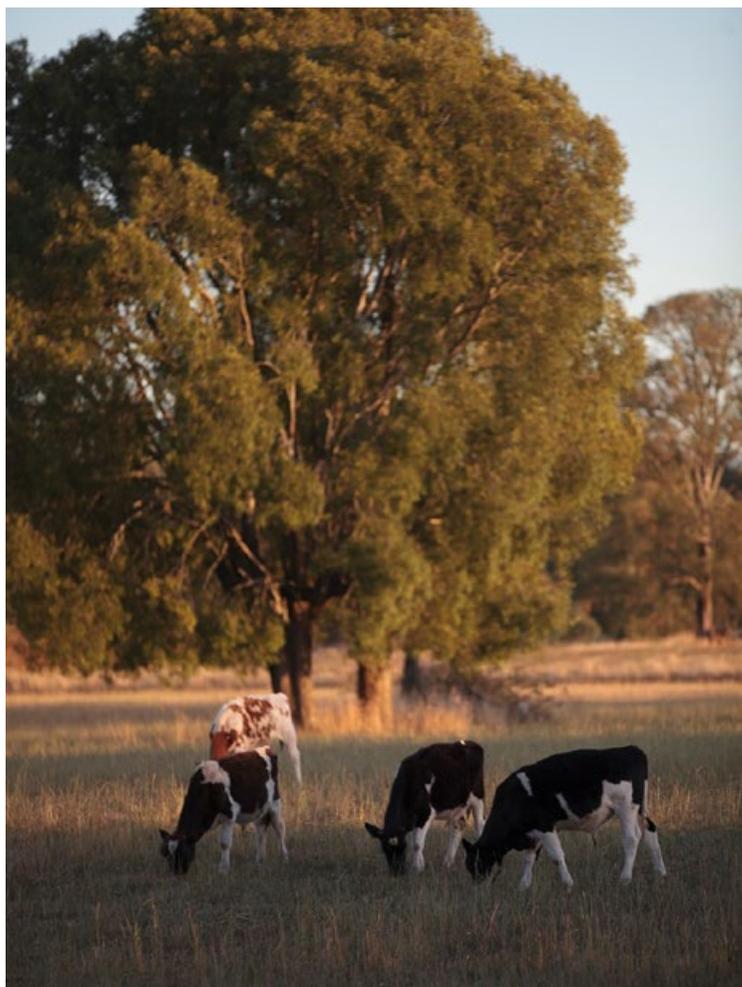
requerimientos y se hace necesario recurrir a los alimentos conservados y suplementarios de invierno.

El ejercicio que se debe realizar considera 2 aspectos: Los requerimientos de los animales y los alimentos disponibles. Los requerimientos de las vacas, entre muchos factores, depende principalmente del tamaño y nivel productivo. Por ejemplo, una vaca no gestante de 500 kg, con una producción de leche de 25 Litros diarios requiere aproximadamente 2,5 kg de proteína y 43,4 Mcal de energía metabolizable.

Estos requerimientos se pueden ajustar aún más si consideramos la calidad de la leche producida (contenido graso), la posible ganancia o pérdida de peso del animal y también otros nutrientes, como minerales, o mínimo contenido de fibra.

### COMPOSICIÓN NUTRICIONAL DE LOS ALIMENTOS

Teniendo claro los requerimientos se hace necesario considerar la composición nutricional de alimentos con los que se cuenta y, en este sentido, acá la realidad de cada predio es distinta. Lo más común en el sur de Chile es tener disponibilidad de ensilaje de praderas, cultivos suplementarios de invierno (como raps, rutabaga, col, ensilaje de maíz) y estos complementados con concentrados. Sin embargo, independiente de la estrategia lo importante es contar con suficiente forraje conservado (o establecido de invierno) y que este sea de una calidad suficiente que asegure los consumos diarios de proteína y energía que los animales necesitan. Importante a considerar es la realización de análisis nutricionales de los ingredientes de la ración. Una aproximación se puede obtener de tablas publicadas (por ejemplo, Composición de Alimentos para el Ganado Bovino, editado por la Universidad Austral de Chile,



Consortio Lechero y el INIA en 2014), sin embargo, la variabilidad entre alimentos de un mismo tipo podría hacer que esta no sea una buena opción. El mejor ejemplo de ello son los ensilajes, en los cuales la calidad depende mucho de las condiciones en las cuales fueron confeccionados. Así, por ejemplo, el contenido de proteína de un ensilaje de pradera puede variar entre un 10% y 18% y su energía entre 2,3 y 2,7 Mcal/kg de materia seca. Factores como la especie (gramínea o leguminosa), época de corte (primavera o verano), si es o no premarchito, si tiene o no aditivos, entre otros, hacen que los ensilajes tengan una muy variable composición. Por lo tanto, lo recomendable es hacer un análisis nutricional con la suficiente antelación para que esté disponible cuando se preparen las raciones.

Con la información de los requerimientos nutricionales de nuestros animales, los ingredientes con los que contamos y su composición nutricional, será posible determinar las cantidades de cada uno de ellos que debieran ser ofrecidos diariamente. Para ello, nutricionistas se apoyan en el uso de softwares que permiten hacer la combinación de ingredientes que buscamos. De esta forma podemos asegurar un rendimiento acorde al potencial genético sin alimentar en exceso, mantener una adecuada condición corporal lo que asegura una salud reproductiva y un bienestar animal.

Por lo tanto, la mejor forma de enfrentar un invierno es tener en cuenta con la suficiente antelación cuales van a ser nuestros requerimientos, cual será nuestra fuente de alimentación (conservada o establecida) haciendo un buen balance forrajero, y cuál es la calidad nutricional de estos, de manera tal de asegurar la suplementación invernal.

**Fuente:** Campo Sureño, Especial "Una mirada profunda a la lechería del sur", pág. 2,3. Diario Austral, lunes 25 de marzo de 2024.

**Escrito por:** Dr. Christian Alvarado G., Ing. Agr., Ms., PhD Instituto de Producción Animal Facultad de Ciencias Agrarias y Alimentarias UACh.

# PROGRAMA DE ALIANZAS PRODUCTIVAS: LOS DESAFÍOS DE LA PRODUCCIÓN DE LECHE



Con el propósito de entregar asesoría técnica a los pequeños productores de nuestra Cooperativa, es que desde el 2008 se desarrolla el Programa de Alianzas Productivas, instrumento de INDAP, ejecutado y cofinanciado por COLUN.

Actualmente, son cerca de 100 productores los que participan de esta iniciativa, todos ellos, se reunieron en un Día de Campo, realizado en el predio de la cooperada María Elena Villalón en el sector Paillaco para dar inicio a un nuevo año de programa.

En la jornada, se realizó una ceremonia de premiación, donde se reconocieron a dos productores por su calidad y producción dentro del Programa PAP Entrega Directa. Adicionalmente, se entregó un reconocimiento a los productores del programa que, en 2023, obtuvieron el sello de Bienestar Animal en el marco de la certificación Certified Humane.

## Propósito y Desafíos

El propósito del programa es guiar a los pequeños productores e incorporar a los nuevos desafíos de la producción de leche. De esta forma, esta alianza productiva entrega las herramientas necesarias, a través de asesoría, capacitación y transferencia de tecnología, para hacer a los productores competitivos y sustentables acorde las demandas de los mercados y consumidores, incorporándose este último año dentro de las temáticas abordadas la sustentabilidad de la producción lechera y la planificación predial, como ejes del programa.

## Cooperados destacados



### **Juan Reyes Caminondo** **Premio Mayor Aumento de Producción**

Se caracteriza por ser un agricultor muy proactivo, interesado en aprender, mejorar y muy receptivo en cuanto a las asesorías que recibe. Su objetivo es producir leche de excelente calidad a bajo costo. Durante el 2023, se destacó por obtener un alza de 24% en su producción y mantención de una calidad de leche óptima.



### **Luis del Río Hinrichsen** **Premio Mejor Calidad de Leche**

Su desarrollo como productor lechero está centrado en el cariño hacia el trabajo en el campo, que se refleja en la participación de su familia, quienes unidos por un propósito por ir a la vanguardia, trabajan de forma constante y con un gran compromiso. Durante el 2023 se destacó no sólo por tener la mejor calidad de leche con un promedio de 4.000 UFC y 83.000 RCS, sino que también se certificó en Bienestar Animal.



# NUEVA LECHE SEMIDESCREMADA

100% Leche natural    12,5% de grasa



# Nuevo Manjar Colun con tapa



# FORO COOPERATIVO PREPARA LANZAMIENTO DE LA TERCERA ETAPA DE LA ENCUESTA DE COOPERATIVAS



**E**n abril de 2024 se dará inicio a la aplicación de la Tercera Etapa de la Encuesta de Cooperativas, iniciativa desarrollada por el Comité de Estudios del Foro Empresarial Cooperativo y que tiene por objeto recopilar información suficiente de las Cooperativas que permita dimensionar el impacto económico y social a nivel nacional, nutrir las comunicaciones de la confederación y respaldar políticas públicas de fomento, entre otras acciones.

En esta oportunidad la Encuesta será aplicada a todas las cooperativas que integran la Asociación Nacional de Cooperativas de Chile, sean o no de importancia económica, y los resultados que se obtengan permitirán la elaboración de un Anuario Estadístico que será difundido a las cooperativas participantes.

Con esta herramienta no sólo se busca visibilizar la importancia económica y social del movimiento, sino que también recoger datos de sus socios, representación de género, gobiernos cooperativos,



iniciativas de sostenibilidad, digitalización, aporte en los territorios, generación de empleo directo e indirecto, entre otros conceptos.

La Encuesta quedará disponible a contar de la tercera semana de abril de 2024, contemplándose la realización de una serie de actividades de socialización y difusión, que permitan familiarizar a las cooperativas destinatarias con el contenido de la encuesta y la metodología que contempla su aplicación.

Fuente: <https://cooperativasdechile.coop/>

# ¡COLUN SIEMPRE POR CHILE!

**A** raíz de los lamentables incendios forestales que afectaron diversas zonas de nuestro país, especialmente en la región de Valparaíso, nuestra Cooperativa comenzó de inmediato un plan de ayuda para las personas afectadas por la catástrofe.

Los equipos de COLUN coordinaron la colaboración de forma directa con los Gobiernos Regionales de Valparaíso y de la Araucanía, respectivamente, siendo nuestras agencias las encargadas de entregar las donaciones a los representantes. Adicionalmente, este plan contempló la entrega de leches líquidas para asegurar la nutrición e hidratación a quienes combatieron los incendios: voluntarios de Bomberos y brigadistas de Conaf.

En la región de Valparaíso, y debido a la magnitud de la situación se trabajó directamente en apoyar la labor de Hogares de Ancianos, Hogares de Niños, Comedores Abiertos, Comedores Solidarios y organizaciones sociales, a quienes se les realizó seguimiento para conocer sus necesidades, entregando leche líquida y en polvo para contribuir con los requisitos alimentarios de los grupos vulnerables. Además, colaboramos con cooperativas del sector, a quienes se les entregó alimentos para ir en ayuda de sus socios damnificados.

A lo anterior, se sumó el aporte al Consejo Regional de Bomberos de la región de Los Lagos para sus voluntarios de la provincia de Osorno, que trabajaron en apagar el incendio de San Pablo, localidad muy cercana a nuestra Cooperativa.

En total, durante la catástrofe por los incendios, se otorgaron productos que beneficiaron a cerca de quince mil personas, quienes recibieron lácteos para asegurar una alimentación nutritiva y de calidad.

Desde el 3 de febrero comenzamos a trabajar en el “Plan de Emergencia y Crisis”, coordinando acciones de cooperación debido a los lamentables incendios forestales que afectaron diversas regiones de nuestro país.



# DÚO ALMA PRESENTA EN LA UNIÓN LO MEJOR DE LAS SEMANAS MUSICALES DE FRUTILLAR

**L**ourdes Lobo, violinista costarricense y Rubia Santos, pianista brasileña, fueron las encargadas de llevar la música y la cultura a la capital del Ranco en un concierto organizado por COLUN en el marco de las 56° Semanas Musicales de Frutillar.

El recital del Dúo Alma, realizado en la parroquia San José de La Unión, congregó a más de trescientos asistentes que se dieron cita para retomar los Conciertos de Extensión luego tres años de conciertos virtuales.

Para Harriet Eeles, presidenta de la Corporación Cultural Semanas Musicales de Frutillar "la Cooperativa COLUN nos ha acompañado casi desde los inicios, y ha sido un pilar fundamental en proyectar la imagen de un evento de gran calidad, construido en base a la colaboración de los diferentes sectores de la sociedad, con la visión de hacer de la cultura y las artes un motor de desarrollo de la comunidad".

Para profundizar esta colaboración, hace unos 15 años, COLUN se integró al ciclo de Conciertos de Extensión de las Semanas Musicales, con el objetivo de exhibir en La Unión un evento gratuito, abierto a todo público y de alta calidad, tal como los que se presentan en el Teatro del Lago de Frutillar.



Al respecto, Lionel Mancilla Lausic, Gerente General de COLUN manifestó que "en cada una de las acciones que realiza nuestra cooperativa, está el propósito de ser un aporte y generar un vínculo positivo con nuestro entorno, en este caso, a través de la alianza que mantenemos hace muchos años con las Semanas Musicales de Frutillar, que difunde y fortalece la cultura y la música".



*Lionel Mancilla Lausic, Gerente General COLUN; Harriet Eeles, presidenta de la Corporación Cultural Semanas Musicales de Frutillar; Luis Cuvertino, Gobernador de la región de Los Ríos; Juan Carlos Zwanzger, presidente COLUN y Andrés Reinoso, Alcalde de La Unión.*

## RANCO DISEÑO ROMPIÓ RÉCORDS EN VENTAS Y VISITANTES

Más de 12 mil visitantes registrados consiguió la actividad realizada entre el 8 y el 11 de febrero en la costanera de la ciudad de Lago Ranco, la cual es organizada por la Corporación Cuenca del Lago Ranco y que cuenta desde sus inicios, con el auspicio de COLUN y con la presencia de su stand de degustación de productos lácteos.

Para los más de cien expositores que dieron vida a la XI Feria Ranco Diseño, este éxito en la convocatoria, es un impacto directo en sus emprendimientos, ya que beneficia sus ventas y también sus redes de contacto, así como las alianzas de colaboración con las que trabajan durante el año, lo cual es uno de los propósitos que tiene nuestra Cooperativa al financiar estas iniciativas.



## 12ª VERSIÓN DE EXPOFUTRONO CIERRA CON MÁS VISITAS Y EXPOSITORES



La feria de artesanía Expo Futrono, se realizó del 8 al 11 de febrero con el doble de expositores que el año anterior y más de 13 mil visitantes, en donde se presentaron las creaciones de más de 80 emprendedores que trabajan en textilera, tallado en madera, fibras vegetales como boqui, pilpil, ñocha y pilwa, joyería; cerámica, cantería y la elaboración artesanal de productos gourmet,

entre otros oficios. Dentro de la selección de los artesanos, se consideró a aquellos que cuentan con sellos de excelencia o una gran trayectoria dentro de su oficio.

Expo Futrono es organizada por la Corporación Futrono y cuenta con el auspicio de Cooperativa COLUN, que participa además con un stand de degustación de productos que es una sensación entre los asistentes.

## MUNDIALITO AUSTRAL CUP 2024 SE DESARROLLÓ CON ÉXITO EN VALDIVIA

Con veintidós equipos y cinco subse-des se disputó una nueva versión del campeonato de fútbol infantil Mundialito Austral Cup 2024, organizado por la escuela de fútbol de la Universidad Austral y auspiciado por COLUN.

El campeonato consideró la presencia de ocho equipos profesionales y cuatro extranjeros, además de los amateurs. Este certamen, que se disputó del 20 al 28 de

enero, congregó a más de 9 mil asistentes, alta cifra que se explica puesto que ha sabido marcar historia por su trayectoria dentro del deporte valdiviano y a nivel nacional.

El Mundialito de la Universidad Austral se disputa desde 1989 en Valdivia y es uno de los acontecimientos deportivos que más concitan interés durante el verano en la Región de Los Ríos.



## SEMANAS MUSICALES LLENARON DE MAGIA EL SUR DE CHILE



Durante sus 8 días de duración, más de 10.000 asistentes disfrutaron de los conciertos de los casi 500 músicos de orquestas sinfónicas, grupos de cámara y solistas que convocó la realización de las Semanas Musicales de Frutillar, que en su versión N°56, superó las expectativas de la

organización, batiendo todos los récords de venta.

Este tradicional evento cultural del Sur de Chile, es auspiciado por COLUN desde sus inicios y es en este contexto, en el que se realiza el Concierto de Extensión en La Unión, anteriormente mencionado.

# COLUN JUNTO A SU COMUNIDAD EN VERANO

**D**urante este verano, nuestra cooperativa ha estado realizando múltiples actividades con su comunidad, las cuales han sido muy significativas, ya que han generado y potenciado espacios en lo cultural, deportivo, social y especialmente en el emprendimiento.

Este apoyo permanente que entrega COLUN, tiene como propósito generar un impacto positivo tanto en las personas, como en las organizaciones que trabajan por un desarrollo sostenible de las comunidades.

Este es el caso de los emprendedores locales y regionales, quienes son parte de nuestras alianzas durante todo el año, recibiendo así apoyo permanente, el que se acrecienta durante la temporada estival.

Este vínculo les permite desarrollar y potenciar su negocio, lo que, a su vez, despliega la gastronomía local, atrae turismo, convoca público a las ferias de emprendimiento y genera mayor dinamismo de la economía.

En lo deportivo estuvimos en múltiples actividades y disciplinas, de las cuales destacamos: Campeonato de fútbol, Campeonato de Basquetbol, Clínica de Hockey, Campeonato de voleibol,

Campeonato de ajedrez, Torneo Padel, Torneo natación, competencia patín carrera, Torneo Femenino rugby, encuentro motoqueros, velada boxerial, abierto de Golf, nacional de vela, travesía natación aguas abiertas, Campeonato de fútbol, Triatlón niños.

Y por supuesto, estuvimos junto a las actividades sociales y culturales clásicas de la época: escuelas y campamentos de verano, trabajos de verano, misiones familiares, encuentros de folclore, festivales de verano, muestras costumbristas.

Cada una de estas acciones, nos permitieron vincularnos con nuestra comunidad y compartir con todos, la belleza y la magia del sur.





Desde la educación parvularia hasta la universidad:

## LA LECHE ES UN COMPONENTE ESENCIAL EN LA DIETA DIARIA DE LOS ESTUDIANTES

*“ Un vaso del alimento al desayuno es lo ideal, aunque el yogurt con cereal alto en fibra dietética y bajo en azúcar también constituye una alternativa, dice el Dr. Rodrigo Valenzuela, académico de la Universidad de Chile. ”*

La nutrición adecuada durante la etapa escolar es fundamental para el crecimiento, desarrollo y rendimiento académico de los estudiantes. Uno de los componentes esenciales de una dieta equilibrada es el consumo de lácteos, que proporcionan una amplia gama de nutrientes esenciales para el organismo. Desde la educación parvularia hasta la enseñanza media, la inclusión de lácteos en la dieta diaria de los estudiantes juega un papel crucial en su salud y bienestar general, asegura el Dr. Rodrigo Valenzuela, académico de la Universidad de Chile y Director del Comité Científico de Lácteos.

Para el especialista el desayuno es la comida más importante del día, especialmente para los estudiantes en edad escolar y por eso es necesario que a todos los niños se les proporcione antes de comenzar sus clases, ya sea por parte de sus padres o el establecimiento educacional.

“Un desayuno adecuado debe incluir una porción de lácteos, preferiblemente un vaso o taza de leche. Puede ser fría o caliente, la condición que al niño más le guste”, comenta.

Idealmente debe ser leche blanca, pero para los que ya están acostumbrados también puede ser saborizada es decir con chocolate, frutilla o vainilla.

“Pueden tomarla sin problemas, porque hoy día la industria no le agrega grandes cantidades de azúcar”, asegura el especialista.

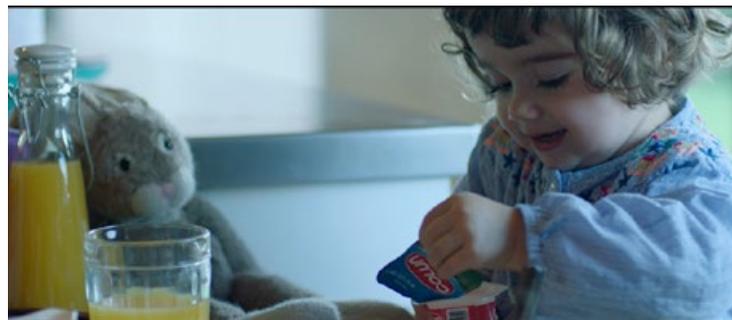
Afirma que lo importante es acostumbrar a los niños a que tomen leche por el valor nutricional que tiene este alimento. “Permite un mejor crecimiento y desarrollo, menor riesgo de desnutrición y también de obesidad. De hecho, un factor protector frente a la obesidad infantil es el consumo de lácteos, y especialmente de leche”.

Valenzuela admite que, aunque el vaso de leche es lo prioritario, eventualmente puede sustituirse por un yogurt con cereal ya que hoy en Chile se están desarrollando cereales bajos en azúcares y ricos en fibra.

Generalmente el desayuno de los niños chilenos va acompañado con medio pan. Para el Dr. Valenzuela lo ideal sería que este lleve otro lácteo como queso, pero también es una alternativa saludable una rebanada de pechuga de pavo o pollo.

Otra recomendación del Dr. Valenzuela es que los padres alienten la ingesta de lácteos por parte de los niños mostrando que ellos también los consumen.

“Si es que tuviera algún problema de intolerancia a la lactosa, puede optar por la leche sin lactosa”.



### Recreo y almuerzo

Durante el recreo, es importante que los niños consuman colaciones saludables que incluyan frutas y lácteos, afirma el académico. “El yogurt es una excelente opción, ya que además de los nutrientes de la leche, como proteínas, vitaminas y minerales, también aporta probióticos que fortalecen el sistema inmunológico de los niños”.

Para los estudiantes con jornadas prolongadas que almuerzan en la escuela, se recomienda incluir postres que contengan lácteos, como sémola con leche o arroz con leche bajos en azúcar, o simplemente un yogurt. Esto asegura que los estudiantes obtengan una ingesta adecuada de lácteos durante el día escolar.

En definitiva, consumir 3 a 4 porciones de leche al día desde la educación parvularia hasta la universidad es beneficioso para el crecimiento, la salud ósea y muscular, y el rendimiento académico. Esto último porque la ingesta de lácteos también fortalece la inmunidad y esto, por ejemplo, significa menor riesgo de resfríos, que es una causal importante de ausentismo, factor que incide en el rendimiento.

Colaboración: **Consortio Lechero.**



# ¿QUÉ SE ESPERA PARA EL TRIMESTRE?

Fuente: <https://blog.meteochile.gob.cl/>

*El otoño meteorológico comienza el 1 de marzo hasta el 31 de mayo, y es muy relevante, porque da el puntapié inicial para lo que nos depara el pronóstico estacional en cuanto a las precipitaciones, sobre todo para el centro-sur del país durante este trimestre.*

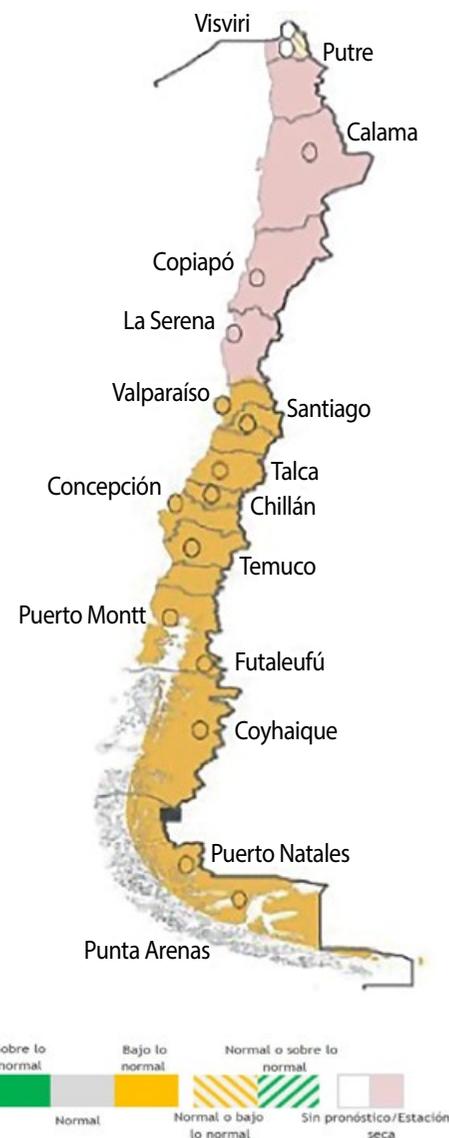


**D**urante la última década, ha sido un constante déficit de precipitaciones. El otoño 2023 registró déficits de 98% en La Serena, cerca de 78 % en Santiago y 24% en Puerto Montt.

¿Qué podemos esperar para este otoño en cuanto a las precipitaciones? Según el mapa, se prevé una condición Normal a Bajo lo Normal en el Altiplano chileno para esta época.

Por otro lado, se proyecta una condición de Estación Seca desde el extremo norte del país hasta la región de Coquimbo. Esto implica que, si las precipitaciones son demasiado bajas, no se emite un pronóstico. En el caso de Calama, en la región de Antofagasta, se pronostica una condición seca, dado que, el rango normal o climatológico para el trimestre marzo-abril-mayo oscila entre 0 y 1 mm. La misma situación ocurre en la estación meteorológica de Copiapó en la región de Atacama, donde el rango normal está entre 0 y 2 mm.

Entre la región de Valparaíso y la región de Magallanes, se espera una condición Bajo lo Normal. Esto no significa ausencia de eventos de precipitación durante el otoño, sino que indica que los acumulados a nivel trimestral serán inferiores a los considerados climatológicamente normales para esta época. Por ejemplo, se espera que las precipitaciones acumuladas para el trimestre, sean menores a 30 mm en Santiago, 340 mm en Valdivia y 248 mm en Coyhaique.



PRECIPITACIONES MENSUALES 2023, 2024 Y PROMEDIO PARA 14 SECTORES (milímetros)															Versus Año anterior	Versus Histórico	
Sectores	Año	Ene	Feb	Mar	Total Parcial	Abr	May	Jun	Jul	Ago	Sep	Oct	Nov	Dic	Total Anual	% Déficit (*) Superávit (*)	% Déficit (*) Superávit (*)
																La Unión	2023
2024	26	45	92	163										163			
Prom. 78 años	37	35	86	158	164	181	169	146	91	61	46	42	42	1.100			
Río Bueno	2023	15	21	50	86	52	99	159	155	145	136	40	80	22	974	15%	-21%
	2024	13	11	75	99										99		
	Prom. 45 años	34	38	54	126	88	141	161	144	127	80	66	49	49	1.031		
Ignao	2023	16	20	103	139	77	195	191	214	153	198	100	154	29	1.450	-4%	-31%
	2024	13	33	87	133										133		
	Prom. 33 años	54	53	87	194	128	187	259	240	199	122	119	93	84	1.625		
Futrono	2023	28	21	68	117	82	197	195	211	196	224	101	147	58	1.528	35%	-8%
	2024	12	42	104	158										158		
	Prom. 32 años	49	47	76	172	108	176	236	185	184	118	103	84	64	1.430		
Crucero	2023	19	16	61	96	58	115	155	131	153	128	37	85	31	989	7%	-29%
	2024	11	12	80	103										103		
	Prom. 24 años	42	41	62	145	96	153	183	175	169	90	86	65	61	1.223		
Palermo	2023	18	7	79	104	100	125	152	187	133	114	49	76	22	1.062	-21%	-7%
	2024	10	8	64	82										82		
	Prom. 9 años	19	19	50	88	81	121	160	186	165	80	62	33	29	1.005		
El Cardal (camino Crucero)	2023	24	19	85	128	77	116	145	146	151	124	33	82	31	1.033	-24%	-16%
	2024	12	8	77	97										97		
	Prom. 13 años	28	32	55	115	86	129	156	157	153	86	58	46	51	1.037		
Remehue	2023	26	22	94	142	77	130	158	181	170	137	48	82	29	1.154	-24%	-9%
	2024	21	8	79	108										108		
	Prom. 34 años	31	36	52	119	85	127	161	156	159	86	57	46	46	1.042		
Lago Verde (Sta. Rosa Paillaco)	2023	26	38	109	173	108	164	216	224	182	197	91	115	32	1.502	-12%	-7%
	2024	23	39	91	153										153		
	Prom. 13 años	46	47	72	165	99	171	204	211	197	123	91	66	71	1.398		
Rucatayo	2023	42	46	146	234	110	169	236	240	229	209	79	149	41	1.696	-20%	4%
	2024	19	21	148	188										188		
	Prom. 8 años	59	43	78	180	126	164	219	213	214	124	114	87	78	1.519		
Las Lomas (Máfil)	2023	13	17	109	139	103	154	253	264	189	251	65	125	20	1.563	0%	6%
	2024	8	35	96	139										139		
	Prom. 11 años	35	26	70	131	117	186	235	251	218	133	96	60	42	1.469		
Santa Carla (Malihue)	2023	24	17	85	126	119	176	239	268	195	281	93	134	36	1.667	17%	6%
	2024	2	34	112	148										148		
	Prom. 11 años	40	28	72	140	108	157	245	255	229	124	103	68	43	1.472		
Desague Rupanco	2023	39	54	96	189	107	150	218	224	234	193	95	136	46	1.592	-7%	-4%
	2024	25	19	132	176										176		
	Prom. 11 años	54	44	86	184	125	169	211	210	208	135	105	79	71	1.497		
Quilacahuín (Trumao)	2023	23	12	58	93	72	113	181	181	132	115	53	63	23	1.026	-28%	-14%
	2024	2	10	55	67										67		
	Prom. 8 años	18	18	42	78	72	113	173	170	158	79	62	36	31	972		
																0%	-9%

(\*) = respecto del promedio histórico de cada localidad

Fuente: Estaciones Climatológicas de la Cooperativa y Estaciones de la Red Agromet de INIA ([www.agrometeorologia.cl](http://www.agrometeorologia.cl))

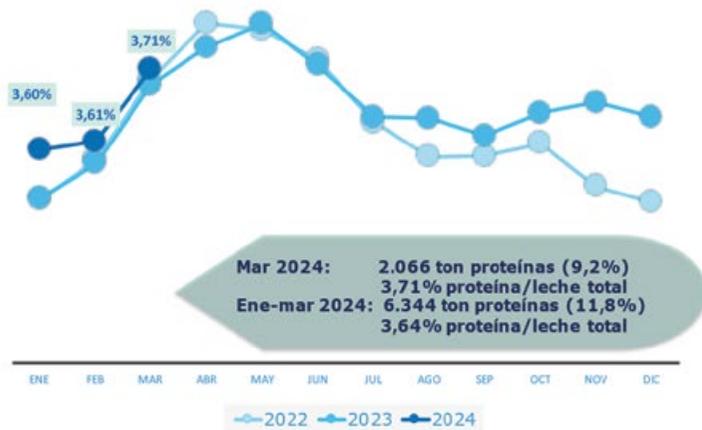
### RECEPCIÓN EN KG DE SÓLIDOS



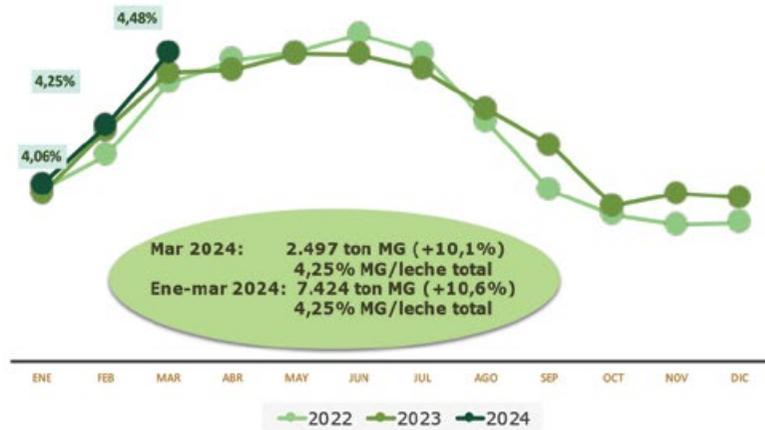
### RECEPCIÓN DE KILOS DE LECHE



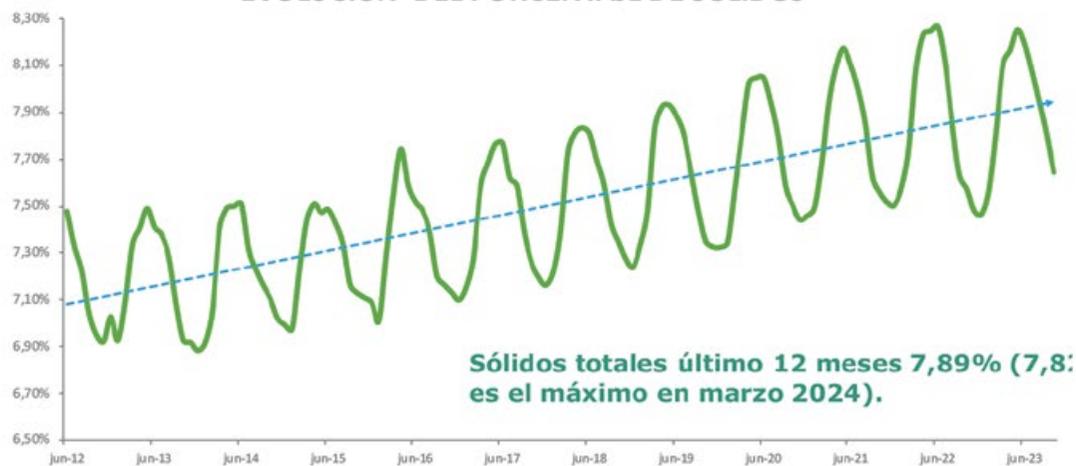
### CONCENTRACIÓN PROTEÍNA DE LA LECHE



### CONCENTRACIÓN MATERIA GRASA



### EVOLUCION DEL PORCENTAJE DE SÓLIDOS





## EMPANADAS DE POLLO, CHOCLO Y QUESO GOUDA COLUN

Disfruta de esta rica y clásica receta de empanadas con un toque especial. Toma nota para que lo hagas en casa.

### Ingredientes

- 3 tazas de harina
- ¼ taza de agua
- 1 huevo
- 1 cucharadita de sal
- 2 tazas de choclo cocido
- Aceite para freír
- ½ taza de mantequilla COLUN
- 500 gr de pechugas de pollo, cocidas y desmenuzadas
- 500 grs de Queso Gouda COLUN en láminas



### Preparación

#### Preparación para la masa:

1. En un tazón grande, coloca la harina, la sal, la mantequilla COLUN y mezcla con las manos. Luego, agrega el huevo, previamente batido, y el agua fría y mezcla hasta formar una masa homogénea.
2. Haz una bola de masa, tápala y déjala reposar por 30 minutos a temperatura ambiente.

#### ¡Ahora preparemos el relleno!

1. Una vez pasado el tiempo, estira la masa para que tenga un grosor lo más delgado posible.
2. Divide la masa, cortando círculos de unos 15 cm y con la ayuda de una cuchara, rellena con pollo, choclo y una lámina de Queso Gouda COLUN para cada empanada.
3. Dobra la masa por la mitad y, con la ayuda de un tenedor, ciérrala completamente en forma de medialuna.
4. En un sartén calienta el aceite y fríe las empanadas hasta que estén doradas y crujientes por ambos lados.

Cuando estén listas, déjalas reposar en un papel absorbente para quitar el exceso de aceite.

*¡Y listo, a disfrutar!*



**¡Atrévete a hacer esta receta, no te vas a arrepentir!**

Consulta por ésta y otras recetas en:  
**[www.colun.cl/recetas](http://www.colun.cl/recetas)**

# LEY 16.744 SEGURO SOCIAL CONTRA RIESGOS DE ACCIDENTES DEL TRABAJO Y ENFERMEDADES PROFESIONALES

## ¿QUÉ ES EL SEGURO CONTRA ACCIDENTES DEL TRABAJO Y ENFERMEDADES PROFESIONALES?

Es un seguro de salud que otorga prestaciones médicas y económicas a los/as trabajadores/as que sufran un accidente del trabajo o contraigan una enfermedad profesional. Además, otorga prestaciones preventivas en los lugares de trabajo. Este seguro es de carácter obligatorio para todo empleador.

## ¿QUIÉNES DEBEN PAGAR EL SEGURO CONTRA ACCIDENTES DEL TRABAJO Y ENFERMEDADES PROFESIONALES?

La entidad empleadora está obligada por la Ley N° 16.744 a pagar mensualmente las cotizaciones del seguro por cada trabajador/a con contrato de trabajo. Los/as trabajadores/as independientes a honorarios que están obligados a cotizar para el seguro (que se les haya retenido del impuesto lo correspondiente al seguro de la Ley N° 16.744).

Los/as trabajadores/as independientes voluntarios que deseen cotizar para el seguro contra accidentes del trabajo y enfermedades profesionales.

## CONTINGENCIAS CUBIERTAS

**ACCIDENTE DEL TRABAJO:** "Es toda lesión que una persona sufra a causa o con ocasión del trabajo y que le produzca incapacidad o la muerte". Para que una lesión constituya un accidente del trabajo tiene que tener relación directa ("a causa") o indirecta ("con ocasión") con la actividad laboral que desempeñe el/la trabajador/a.

**ACCIDENTE DE TRAYECTO:** Son los accidentes que ocurren en el trayecto directo, de ida o regreso, entre la habitación y el lugar de trabajo. Asimismo, son accidentes de trayecto los que ocurren en el desplazamiento, de ida o regreso, entre el lugar de trabajo y la habitación, cuando el/la trabajador/a se traslada a esta última para efectuar la colación. También son accidentes de trayecto los que sufre el/la trabajador/a cuando se desplaza entre dos lugares de trabajo de distintos empleadores. En este caso, el Organismo Administrador del empleador hacia donde se dirigía el/la trabajador/a, es el que debe otorgar todas las prestaciones médicas y económicas que correspondan.

**ENFERMEDAD PROFESIONAL:** Enfermedad Profesional es la causada de manera directa por el ejercicio de la profesión o el trabajo que realiza una persona y que le produzca incapacidad o muerte.

## ¿CUÁLES SON LAS PRESTACIONES DEL SEGURO?



### PRESTACIONES PREVENTIVAS

Todas aquellas actividades que tienen como finalidad evitar accidentes laborales o enfermedades profesionales, por ejemplo; asesorías, capacitación o la incorporación a programas que contribuyan a enfrentar factores de riesgos identificados en su lugar de trabajo.



### PRESTACIONES DE SALUD O MÉDICAS

Todas aquellas atenciones de salud que producto de un accidente de trabajo, trayecto o enfermedad profesional recibe el/la trabajador/a sin costo alguno, hasta lograr su recuperación completa, o mientras subsistan los síntomas de las secuelas causadas, por ejemplo; cirugías, hospitalizaciones, medicamentos, prótesis, rehabilitación física, reeducación profesional y gastos de traslado.



### PRESTACIONES ECONÓMICAS

Tienen por objeto reemplazar la renta de actividad del trabajador/a accidentado/a o con enfermedad profesional y que se encuentre incapacitado/a para trabajar en forma temporal o permanente. Estas son: subsidios por incapacidad laboral (pago de las licencias médicas por accidentes o enfermedades profesionales), indemnizaciones, pensiones de invalidez y sobrevivencias.

## ¿QUÉ INSTITUCIONES ADMINISTRAN EL SEGURO DE LA LEY N° 16.744?

La administración del Seguro contra riesgos de accidentes del trabajo y enfermedades profesionales está a cargo de:

- Instituto de Seguridad Laboral (ISL)



- Mutualidades de Empleadores:
  - **ACHS** (Asociación Chilena de Seguridad)



- **Mutual de Seguridad CChC** (Mutual Cámara Chilena de la Construcción)



- **IST** (Instituto de Seguridad del Trabajo)



## ¿QUÉ DEBE HACER EN CASO DE UN ACCIDENTE DE TRAYECTO O DE TRABAJO?

Realizar la denuncia del accidente en su Organismo Administrador. **Si el accidente ocurrió en el trayecto entre dos lugares de trabajo** (dos empleadores distintos) entonces el/la trabajador/a accidentado/a debe avisar de su accidente al empleador del lugar de destino.

**Si el accidente ocurre un día hábil**, el empleador deberá denunciar al Organismo Administrador todo accidente que pueda ocasionar incapacidad o muerte de la víctima, en el **formulario DIAT** (Declaración Individual de Accidente del Trabajo).

**El empleador debe presentar la denuncia en un plazo no superior a las 24 horas de conocido el accidente.** Si el empleador no realiza la denuncia (DIAT), también puede denunciar:

- **El propio accidentado, o enfermo, o sus derecho habientes,**
- **El médico que lo atendió,**
- **El Comité Paritario de Higiene y Seguridad.**



**Si el accidente ocurrió en horario inhábil y es de carácter leve**, el empleador ingresará al trabajador/a accidentado/a en un prestador médico en convenio donde es posible completar la Denuncia de Accidente del Trabajo (DIAT).

## ACCIDENTES GRAVES Y FATALES (ART. 76 LEY 16.744 Y CIRCULAR 2345 SUSESO)



**Si en una empresa ocurre un accidente del trabajo fatal o grave, el empleador deberá:**

### SUSPENDER

Suspender en forma inmediata las faenas afectadas y, de ser necesario, permitir a los trabajadores evacuar el lugar de trabajo.

### INFORMAR

Informar inmediatamente de lo ocurrido a la Inspección del Trabajo (Inspección) y a la Secretaría Regional Ministerial de Salud (SEREMI) que corresponda.

Para los efectos de las obligaciones antes señaladas, se establecen las siguientes definiciones, de acuerdo con el concepto de accidente del trabajo previsto en el inciso primero del artículo 5° de la Ley N°16.744:

#### 1. Accidente del trabajo fatal:

Es aquel accidente que provoca la muerte del trabajador en forma inmediata o como consecuencia directa del accidente.

#### 2. Accidente del trabajo grave:

Es aquel accidente que genera una lesión, a causa o con ocasión del trabajo, y que:

- Provoca en forma inmediata (en el lugar del accidente) la amputación o pérdida de cualquier parte del cuerpo.
- Obliga a realizar maniobras de reanimación
- Obliga a realizar maniobras de rescate
- Ocurra por caída de altura de más de 1.8 metros
- Ocurra en condiciones hiperbáricas
- Involucra un número tal de trabajadores que afecten el desarrollo normal de las faenas.



El empleador deberá notificar inmediatamente de ocurrido cualquier accidente del trabajo fatal o grave a la Inspección del Trabajo y a la Seremi que corresponda al domicilio en que éste ocurrió.

Esta comunicación se realizará por vía telefónica al número único **600 42 000 22** o el que lo reemplace para tales fines.



## EN COLUN, LA MAGIA LA HACEMOS TODOS.

En estos 75 años, hemos recorrido un largo camino junto a nuestros cooperados y colaboradores, entregando lo mejor de nosotros a las familias de Chile. Con el mismo compromiso y entusiasmo por el futuro, **seguiremos trabajando desde el sur del país para llevar productos lácteos de calidad a todos los hogares.**