



INFORMA

N°238



DESTACADOS CHARLISTAS PARTICIPARON EN SEMINARIO PARA COOPERADOS COLUN

ENTREVISTA A COOPERADO JUAN CARLOS RÍOS ROJAS

ACTUALIZACIÓN EN LA CALIDAD DE LECHE

PROGRAMA ALIANZA PRODUCTIVA COLUN



EDITORIAL

COLUN INFORMA
N° 238 DICIEMBRE 2017

Esmeralda 641, Fono 64 2473100, La Unión.
E-mail: comunicaciones@colun.cl

Responsable Legal:
Lionel Mancilla Lausic

Equipo Responsable:
Mónica Vargas Quezada
Dieter Uslar Schmidt
Dennis Fuica Patiño

Diseño:
Gonzalo Muñoz Ceballos

Impresión:
Imprenta Austral, Valdivia



CORRIDA POR LA LECHE

Más de 700 personas participaron de la segunda versión de la Corrida por la Leche organizada por Aproleche y auspiciada por COLUN, la cual fue realizada en el parque Chuyaca de Osorno. Los niños participantes, dieron un

recorrido por el parque, mientras que los más grandes, hicieron un tramo de 5 kilómetros por el perímetro del lugar. Tras la llegada de los últimos competidores, se efectuó la ceremonia de premiación para quienes llegaron en los primeros lugares. El premio consistió en cajas de leche COLUN.

SABORES Y SENSACIONES DEL RANCO 2017

Cien expositores y más de 8 mil visitantes tuvo la tradicional feria Sabores y Sensaciones del Ranco que se realizó en Bahía Coique y que cada año, cuenta con la presencia de destacados chefs que deleitan con sus cocinas en vivo a los asistentes. La actividad fue organizada por la Corporación Cuenca del Lago Ranco y contó, como ha sido desde sus inicios, con el auspicio de COLUN quien participó además con un stand de degustación de productos y con una clase de cocina en vivo.





Es Médico Veterinario, tiene 30 años y desde hace 2, es Cooperado COLUN. Asegura que la vida en el campo está en el ADN familiar y que trabajar cada día, pensando en el bienestar de todos ellos, es el mejor incentivo para hacer las cosas bien.

Juan Carlos Ríos Rojas, Cooperado COLUN

“MI PAPÁ HA SIDO EL MEJOR CONSEJERO QUE HE PODIDO TENER”

Por Dennis Fuica Patiño, COLUN.

En 2012 se tituló, de inmediato tomó un avión y se fue por dos años a Nueva Zelanda. Allí, quería aprender de lecherías, pero también aprender de la vida. Así es Juan Carlos Ríos Rojas, hijo de cooperado COLUN, quien demuestra tener las cosas muy claras, misma resolución que lo ha llevado a su corta edad, a tener una lechería propia y a ser el administrador de los predios de su padre.

“Mi papá me lo dijo bien simple, si tú te quedas acá con nosotros ahora, existe una gran posibilidad que hagas lo mismo que hemos hecho todo el tiempo. Tienes que salir, ver otras realidades y que tu jefe no sea tu papa, tiene que ser alguien que no tenga ningún problema en decirte lo bueno y lo malo”, así explica las razones que lo motivaron a realizar este viaje.

“En Nueva Zelanda estuve trabajando en lechería, pero también en otras cosas, porque quería que fuera un viaje completo, aunque, claramente, le dediqué la mayor parte del tiempo a estar en lechería”, asegura Juan Carlos.

Al regreso de su viaje, tenía tantas ideas y proyectos, que, como familia, resolvieron que, en adelante, cualquier miembro del clan, que quiera ingresar a trabajar con ellos, deberá primero, pasar un tiempo fuera, para conocer otras realidades.

Hoy, este joven cooperado, ha instalado su propia lechería en un campo ubicado camino a Osorno, en la cual ordeña unas 73 vacas en una superficie de 45 hectáreas. “Pretendo llegar este año a 350 mil litros de leche y en base, principalmente, a pastoreo”.

Afirma que con la lechería propia partió al revés, porque ya tenía la experiencia de trabajar en los otros campos con más vacas. “Podría decirse que es un poco más simple, ya que en las otras lecherías hay mayor nivel tecnológico, lo que ayuda mucho, pero que, algunas veces, puede traer problemas”.

Historia de una vida familiar

Hablar del campo con pasión, le sale de forma natural, al igual que hablar con un inmenso cariño cuando se refiere a su familia. Su padre y su madre, han dejado una huella en él y eso se nota. Valora que siempre le hayan hablado con la verdad en cuanto a la realidad que se vive en una lechería, asegura que eso fue fundamental para decir hacer su vida en torno al campo.

“Mi papá se encargó de mostrarnos lo que era el campo, con lo bueno y con lo malo, por eso para nosotros no era un misterio cómo era el negocio. Lo fundamental que hizo, fue mostrarnos la realidad del campo tal cual era”.

Reconoce que, en 2015 al querer dar el salto de arrendar una unidad propia, la familia fue primordial. “Con el apoyo de mis papás y de mis hermanos, se pudo hacer, porque a pesar de que es mía, se siente como parte de la empresa familiar.

Y esta unidad familiar se remonta a mucho tiempo atrás. “Yo creo que se han conjugado varias cosas para que esto resulte. Mi papá y mi tío, se dieron cuenta que no iban a estar aquí toda la vida. Entonces la opción creo yo, que es la que tienen todos los cooperados con sus hijos, que es darles confianza y que ellos, sean capaces de entregar un poco de este poder y puedan delegar decisiones a las generaciones que vienen, porque si uno quiere perpetuarlo en el tiempo, las generaciones tienen que ceder”, asegura Juan Carlos.

Declara que, en este sentido, su padre ha confiado en sus hijos y les ha entregado la responsabilidad a ellos de tomar decisiones difíciles. “Somos 6 hermanos y cuatro trabajamos en el campo”.

El trabajar con su padre, asegura le ha hecho ver que las generaciones mayores no son los enemigos, y que él, muy por el contrario, considera a su papá como un asesor de lujo que tiene la empresa familiar. “Todo lo que necesito consultar, al primero que le voy a preguntar es a él, porque tiene la experiencia, la sabiduría y buenos racionamiento” Asegura que entre ellos siempre han tenido una buena relación independientemente, del tema laboral. “Cuando nos juntamos a hablar de las cosas de pega, son conversaciones cotidianas, porque al ser una empresa familiar no nos dedicamos a producir recursos económicos sin un fin, esto es beneficio de la familia, por lo que nuestras decisiones son críticas en ese sentido”, afirma con convicción. Insiste en que para que la pasión por el campo se herede, la tarea de un abuelo o un padre es presentar el campo, diciendo: “esto es lo que hacemos, estas son sus ventajas y desventajas”.

Es honesto al señalar que “los jóvenes tampoco podemos salir de las universidades creyendo que lo sabemos todo, porque al final la “U” nos entrega muchas herramientas, pero no la experiencia. Si uno logra combinar los nuevos tiempos, los nuevos avances, las nuevas técnicas de producción con toda esa herencia y trayectoria, el resultado será muy valioso”.



Ser cooperado

“Ser cooperado es un orgullo tremendo. Ha sido una experiencia muy bonita y estoy en una instancia que aprendo lo que significa la cooperativa desde adentro, lo que significa la industria láctea y espero alguna vez cuando tenga los años que el estatuto indica, ser delegado”, dice Juan Carlos.

Agrega que se siente un defensor de COLUN, “Lo que nos dice el medio, respecto a las cooperativas, es que ejemplos como COLUN son escasos. Y el que hayamos tenido éxito, ha sido por las políticas que ha implementado. Obviamente como produc-

tor, me gustaría que pagaran mucho más, pero también tenemos que ser responsables en saber que acá está el patrimonio no sólo nuestro, sino de todos los cooperados y que la empresa también tiene muchos trabajadores que tienen familia. Esto tiene que perdurar”.

Juan Carlos asegura que se debe realzar ese espíritu cooperativista, el que “a veces se nubla cuando la gente tiene objetivos más personales. Cuando uno se encuentra en la cooperativa, uno tiene que pensar en el bien común y eso llevarlo en el día a día”.



Los charlistas de la jornada junto al Gerente General y el Consejo de Administración de COLUN.

DESTACADOS CHARLISTAS DESTACARON EN SEMINARIO PARA COOPERADOS COLUN 2017

Con el objetivo de fortalecer la capacitación y contribuir con el éxito del negocio lechero, se desarrolló una nueva versión del tradicional Seminario para Cooperados que organiza COLUN para sus socios productores.

La actividad se llevó a cabo el jueves 9 de

noviembre en el auditorio de la Casa Matriz de la cooperativa y contó con la asistencia de cerca de 140 personas.

Los temas abordados, ligados a la economía, publicidad y trabajo en equipo, fueron cuidadosamente seleccionados, pensando en aportar, a través de la con-

tingencia y actualidad, al desarrollo de los productores y de COLUN.

La exposición que comenzó la jornada, fue la ofrecida por el destacado economista y ex ministro de estado, Felipe Larraín, quien realizó un análisis de la situación económica mundial, nacional y del mundo lácteo.



Felipe Larraín en su presentación denominada "La economía chilena de cara al 2018".



Tomás Sánchez realizó un recorrido audiovisual por la historia publicitaria de COLUN.



Rodrigo Saa, mientras presentaba su charla "Innovación y actitud positiva en los equipos".

Posteriormente, se inició la charla "el origen de la magia", exposición a cargo de Tomás Sánchez, periodista dedicado a la publicidad, quien es parte de la agencia simple. En su intervención, relató cómo ha ido evolucionando la publicidad en COLUN, sus fundamentos y el impacto que esto ha tenido en la marca.

El seminario finalizó con la charla de Rodrigo Saa, profesor de la Universidad Adolfo Ibáñez e iClass, en ámbitos de innovación, conducta del consumidor y Psicología Positiva, quien abordó la importancia que tiene la actitud positiva en los equipos de trabajo.

Los asistentes al evento, se mostraron participativos en las charlas al realizar diversas preguntas a los expositores invitados, así como interesados en que estas actividades se mantengan en el tiempo, por ser un aporte para su quehacer.

SEMINARIO COOPERADOS



Rodrigo Saa, Augusto Grob, Felipe Larraín, Lionel Mancilla y Tomás Sánchez.



Pablo Coquelet, Alfredo Kappel, Augusto Grob, Mauricio Helmrich von Elgott, Broder Redlefsen.



Alfredo Hess, Tomás Sánchez, Juan Carlos Zwanzger y Jaime Recordon.



Pablo Coquelet, Alfonso Borgeat y Osvaldo Barrientos.



Pilar Cortés, Fernando Osses, Marcela y Julio Bianchi.



Jaime Recordon, Eduardo Espinosa y Aurelio Santamaría.



Jean Pierre Lalanne, Felipe Anguita y Roberto Grob.



Alberto Mohr, Osvaldo Barrientos, Álvaro Páez, Fernando Lopetegui y Alejandro Herbach.



Guillermo Valdés, Christian Weiss, Fernando Becker y Gustavo Araya.



Pilar Cortés, Rosemarie Avilés, María Angélica Álvarez, Sandra Siegel, Alejandra Klagges y Carol Álvarez.



Andrés Concha y Francisco Domínguez.



Rubén Delgado, Carlos Gómez y Elías Villanueva.



Alejandra Latorre y Marcos Muñoz de la Universidad de Concepción.

ACTUALIZACIÓN EN LA CALIDAD DE LECHE

Dos grandes profesionales del área de Calidad de leche visitaron COLUN para ofrecer una charla a nuestros Cooperados sobre un tema de es de gran importancia para su negocio. La actividad, se realizó en el salón auditorio de nuestra Casa Matriz y a la cual asistieron cerca de 60 personas.

Los temas abordados fueron: Las nuevas tendencias del uso de antibióticos en la producción lechera ¿Qué necesitamos hacer?, exposición a cargo del Dr. Marcos Muñoz, de la Universidad de

Concepción y ¿Problemas con recuentos de UFC en su leche? ¿Podría ser su equipo de ordeña?, a cargo de la Dra. Alejandra Latorre, también perteneciente a la Universidad de Concepción.

Ambos especialistas, ofrecieron una entrevista especial para nuestra revista en la cual detallaron algunos puntos de sus presentaciones.

La Dra. Alejandra Latorre, explica que su trabajo se ha especializado en la calidad microbiológica de la leche. "La leche es un producto

que va a ser finalmente destinado a consumo humano, por lo que la calidad inicial del producto, comienza en la granja con la alimentación de la vaca. Es un proceso que es una cadena larga, entonces cada uno de estos eslabones, tiene una influencia desde el punto de vista de la calidad de leche”, aseguró la profesional.

Consultada por el tema de su exposición a los Cooperados, señaló: “Voy a presentar información, respecto a la influencia del equipo de ordeña y las superficies que están en contacto con la leche en la granja, lo que repercute en la calidad del producto que se va a la planta”.

Asegura que “muchas veces se cometen pequeños errores y detalles que no se ven en profundidad y marca una diferencia significativa desde el punto de vista de la calidad microbiológica de la leche, dicho en palabras sencillas, en aumento de UFC. En ocasiones, los productores no saben cuál es el problema, piensan que puede ser un problema de las vacas o que pueden ser distintas cosas, pero a veces, el problema radica en el equipo y con pequeños cambios de manejo, se puede tener un producto, significativamente, mejor en términos de calidad microbiológica.

La Dra. Latorre, especifica que cuándo habla de problemas del equipo, se refiere a la higienización y protocolos de lavado. “Se deben considerar factores como la temperatura, tiempo, concentración y calidad química de los detergentes, la turbulencia. Todos estos factores tienen una influencia importante desde el punto de vista de lavado e higienización del equipo y cuando hay un descuido o se falla en alguno o en múltiples componentes, tiene consecuencias que son bastante terrible para los recuentos de UFC”. Indica además que, en esta visita, espera recordar cuales son los aspectos claves del tema. “Que ellos empiecen a ver el equipo de ordeña como una fuente potencial de contaminación y algo a lo cual deben prestarle especial atención en términos de mantener un producto con niveles óptimos de UFC, porque no siempre son las vacas, sino que también hay que darle una mirada al equipo.

Recalca también que “con cambios muy pequeños en manejo, ni siquiera en términos de una inversión, simplemente con cuidados, lo que significa tiempo y dedicación, se pueden ver buenos resultados”.

Por su parte, el Dr. Marcos Muñoz se refirió al uso de antibióticos, lo cual asegura “es un tema bastante común, que no solamente refiere a la producción animal, sino que también, muchas personas ligadas a la salud pública, claman que compartimos la misma familia de antibióticos”.

Detalla diciendo que “la producción lechera es una de las que está en mayor ojo del escrutinio público, respecto del uso de antibiótico y, por estos días, en Europa, los Estados Unidos y en otras partes del mundo, se habla del uso responsable de antibióticos, para evitar la proliferación de la resistencia antimicrobiano en el mundo”.

Asegura que Las vacas de lechería, son las que tienen un importante uso de antibióticos, “hay que poner atención respecto a las prácticas terapéuticas que nos aseguren un mayor éxito en las terapias, minimizando el riesgo de que eso vaya a conllevar a problemas indeseados de resistencia o de que el antibiótico vaya a dejar de ser efectivo para nuestras vacas”, afirma el profesional.

“Dentro de las cosas que yo más desarrollo, tiene que ver con la aproximación del tratamiento y para el control de la mastitis bovina, que es una de las que más causa dolores de cabeza, que los cooperados reconocen como Recuento Celular Somático. El cuál, es el reflejo de la salud mamaria del rebaño y generalmente, cuando hay problemas en la salud mamaria, especialmente post parto, la primera respuesta es utilizar antibióticos”, comentó Marcos Muñoz.

Ante lo anterior, indica que los veterinarios y quienes realizan asistencia técnica, deben poner atención al utilizar estos antibióticos. “Si tuviera que resumirlo en una frase, el mejor antibiótico es aquel que no se puso nunca, porque existe un programa de manejo preventivo para evitar y controlar la mastitis”.



PROGRAMAS Y CONVENIOS CON INDAP

El Programa de Alianzas Productivas COLUN (PAP) es una asociación en la cual INDAP y COLUN generan un plan de ayuda técnica y profesional a pequeños productores. Actualmente la cooperativa es la encargada de ejecutar dos PAP, dentro de los cuales se identifican las principales brechas de sus productores con tal de ayudarlos a tener una producción limpia, de buena calidad y sustentable en el tiempo.

Programa Alianza Productiva (PAP) COLUN -Entrega Directa

Durante el 2017 la alianza productiva Entrega Directa asesora a 98 productores. Los objetivos principales son producir un mayor volumen de leche con una óptima calidad bacteriológica y sanitaria, además de fomentar el crecimiento y sustentabilidad de los productores dentro del rubro lechero.

Estos objetivos se han trabajado en base a una asesoría integral, promoviendo la calidad de leche y aumento de producción mediante charlas y talleres técnicos dictados por especialistas, además de asesoría profesional en calidad de leche, veterinaria y agronómica.

Durante el año 2017 los integrantes del PAP han entregado a la planta 5.503.027 kg de leche, donde el 93,6% se realizó en estanque enfriador y el 6,4% se entregó como leche no enfriada, aumentando el porcentaje recepción de leche enfriada a planta en un 8,1% más con respecto al mismo periodo del año 2016.

Dentro de este programa contamos con un subgrupo el cual llamamos G16, el cual se compone de 16 agricultores que participan en un piloto donde se está probando una nueva e innovadora forma de asesoría a pequeños productores. El objetivo principal con estos agricultores, es doblar su producción individual de leche en cuatro años, para lo que COLUN mediante su Gerente General e INDAP con su Director Regional de los Ríos, firman un convenio de colaboración que apoya las estrategias presentadas por estos programas

El grupo G16 hasta septiembre del 2017 cuenta con los siguientes avances:

- Mayor producción de leche en un 38% con respecto al 2016
- Aumento de facturación en un 60% con respecto al 2016

Programa Alianza Productiva (PAP) COLUN -CEGA

En este programa se asesoran a 75 productores pertenecientes a 8 Centros de Acopio Lechero proveedores de COLUN.

Los objetivos principales de este programa han sido aumentar la producción láctea y mejorar calidad de leche, mediante asesoría agronómica y veterinaria, lo cual permite la habilitación individual de estanque enfriador de leche, el cual representa un beneficio al productor por un incremento en el precio pagado al productor, como para la planta al tener leche de mejor calidad.

Durante el año 2017 los integrantes de esta alianza han entregado 2.640.505 kg de leche donde el 93% se entregó directamente a planta con estanque enfriador individual (el año 2016 fue de un 78%) y el 7% restante entregó su producción a los centros de acopios lecheros socios cooperados de COLUN. Durante el 2017 se habilitaron 18 estanques enfriadores lo que se traduce en un total de 48 productores con entrega individual en estanque.

Los buenos resultados que se han obtenido en estos dos programas son fruto de ocho años de trabajo en conjunto de COLUN e INDAP, donde se ve reflejada la perseverancia y trabajo arduo de los agricultores en la obtención de leche de mejor calidad.

PDP ÍNDICE DE SELECCIÓN GENÉTICO COLUN

La aplicación del Programa de Desarrollo de Proveedores (PDP) Índice de Selección Genético COLUN busca lograr la diferenciación de la leche como materia prima, incrementando el valor de la leche producida y apuntando a la generación de productos lácteos naturales y de alto valor nutricional, todo esto seleccionando a las hembras que hagan a los rebaños más eficientes desde el punto de vista de la producción de sólidos lácteos y mejor adaptados a los sistemas productivos del sur de Chile.

El Proyecto

El Programa de Desarrollo de Proveedores Índice de Selección Genético COLUN está enmarcado en la estrategia de desarrollo de la cooperativa, que además de impulsar la producción de leche de alta calidad, busca también contribuir a las posibilidades de desarrollo y progreso de la zona sur de Chile. Esta iniciativa incluye un grupo de 19 productores cooperados de COLUN representantes de todos los estratos y sistemas productivos existentes en la cooperativa.

Acorde a las necesidades de COLUN, El proyecto PDP Índice de Selección Genético busca mejorar los rebaños de los socios cooperados en aspectos que afectan fundamentalmente la calidad composicional de la leche producida y la adaptabilidad-durabilidad de los rebaños, por medio del uso de tecnologías de selección genética.

El PDP Índice de Selección Genético se enfoca en un esquema de trabajo imitable por los demás productores de la Cooperativa, por medio de la construcción de esquema de selección para los rebaños COLUN basado en un índice de selección genético que conjugue características claves de producción y funcionalidad en los rebaños y que, además, sea aplicable a todos los productores de la cooperativa.

Esquema de Trabajo y Resultados

Durante el primer año de ejecución el PDP logró implementar un programa de selección genético basado en la evaluación del control lechero individual y la aplicación de marcadores genéticos para incrementar la producción y calidad de sólidos lácteos.

Las estrategias de selección en cada rebaño son orientadas por un equipo profesional de CIA CENEREMA de la Facultad de Ciencias Veterinarias, durante el primer año del proyecto este equipo trabajó en tres ejes principales:

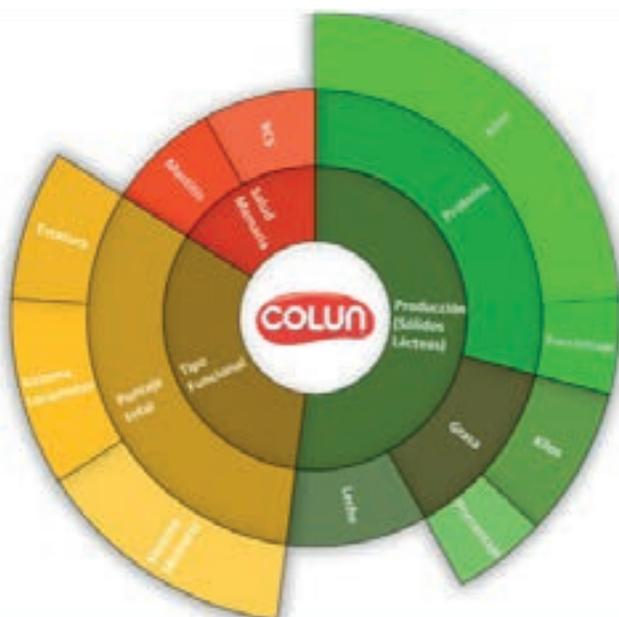
1. **Plan Genético:** Orientado de forma específica a cada plantel, seleccionando los animales más adecuados para cada rebaño. En este primer periodo se incluyeron criterios de producción de sólidos lácteos, salud mamaria, marcadores para proteínas lácteas específicas y características de tipo funcional.
2. **Monitoreo de Alimentación:** Busca conocer y corregir los manejos asociados a la alimentación de los rebaños que más inciden sobre la producción de sólidos lácteos. Durante este primer año se han implementado medidas correctivas en los manejos de alimentación preparto para elevar la producción de sólidos lácteos de las hembras de primer parto y se han monitoreado los manejos de pastoreo y suplementación.
3. **Capacitación:** Actividades destinadas a la difusión de los resultados alcanzados por el proyecto y a la discusión de las recomendaciones de selección para cada predio. En este primer periodo se han realizado capacitaciones individuales y grupales a los productores participantes, incluyendo días de campo y charlas con expositores nacionales e internacionales.

Índice de Selección Genético COLUN

El principal resultado de este primer año de trabajo es la construcción de un Índice de Selección Genético de COLUN, que se enfoca directamente en los requerimientos de la materia prima y está en sintonía con el esquema de pago de la cooperativa. Está compuesto por distintos rasgos productivos, anatómico-funcionales y de salud, incluyen producción de kilos de proteína y grasa, porcentajes de proteína y grasa, volumen de leche, tipo funcional y salud mamaria. Estas características son ponderadas de forma tal que permitan a los proveedores de COLUN seleccionar vacas que reúnan una mejor combinación de características, tanto productivas como de adaptabilidad y que aseguren una mayor vida productiva al rebaño. Así mismo este índice permite la elección de reproductores machos más adecuados a cada plantel y es precisamente este análisis el que se utiliza para la elaboración de la "Guía de Reproductores COLUN".

El Índice de Selección Genético COLUN sufrirá cambios y mejoras en el futuro para adecuarse de mejor forma a los cambios del entorno productivo, de esta manera una de las nuevas implementaciones en las que ya se trabaja será la inclusión de características reproductivas de los rebaños, dada la importancia y repercusión que estos rasgos tienen sobre la producción láctea.

Los productores pueden mejorar la productividad de sus rebaños y sus ganancias mediante la selección de sus reemplazos y de toros adecuados a las necesidades de sus rebaños, logrando una mejor adaptabilidad de las vacas al sistema de producción. La sumatoria de rasgos productivos, anatómicos-funcionales, de salud mamaria y de reproducción contribuirán a generar rebaños más eficientes desde el punto de vista de la producción, mejor adaptados a sus sistemas productivos y por lo tanto más longevos incrementando los ingresos y reduciendo los costos de producción.



Índice de Selección genético COLUN, pondera tres grandes grupos de características: producción de sólidos lácteos, características anatómicas funcionales y salud mamaria.

Colaboración: Carlos Esteban Gatica Millar
Médico Veterinario
CIA CENEREMA
Universidad Austral de Chile



CUIDÉMONOS DEL SOL

¿Cómo podemos prevenir los daños causados por la exposición al Sol?

El efecto agudo más común y conocido de la exposición al Sol es el eritema o enrojecimiento por quemadura. Sus consecuencias inmediatas, entre las que se incluyen ampollas y desprendimiento de la piel, pueden durar varios días.

Cuando se produce una quemadura solar, la radiación UV destruye la mayoría de las células de la capa cutánea externa y daña las capas profundas. Cualquier cambio de color de la piel indica que hay lesiones por la exposición al Sol.

Consejos de Prevención:

- Reduzca la exposición al Sol durante las horas centrales del día; entre las 10:00 y 17:00 hrs., cuando la radiación UV es particularmente intensa.
- Cúbrase brazos y piernas con ropa suelta y de tejido tupido.
- Evite exponerse al sol con la piel húmeda.
- Lleve un sombrero de ala ancha para protegerse los ojos, las orejas, la cara y el dorso del cuello.
- Use lentes o gafas de Sol de buena calidad. Deben ser envolventes – es decir tener cobertura lateral – y suministrar entre el 99 y el 100% de protección frente a las radiaciones UVA y UVB (categorías de la luz ultravioleta).

- Los medios artificiales de radiación (solarium) son dañinos, evítelos.
- Extremar las precauciones en los niños.

Daños en los Ojos:

En todo el mundo hay unos 15 millones de personas que han perdido la vista por Catarata, la principal causa de ceguera. Estas Cataratas se forman cuando las proteínas que hay en la lente del ojo se fragmentan y acumulan pigmentos que opacan la lente. Esta enfermedad es uno de los efectos a largo plazo de la exposición a las radiaciones UV.

Daños a la piel:

Una tercera parte del total de los cánceres diagnosticados en el mundo afectan a la piel. Cada año se producen 130.000 nuevos casos de melanoma, el tipo de cáncer de piel más peligroso.

- Nunca se quede dormido al Sol.
- Emplee un filtro solar de amplio espectro con un factor de protección (FPS) de 30 o superior, y aplíquelo generosamente cada 2 horas. Aplicarlo también en días nublados.
- Si le sale algún Lunar, Peca o mancha que le preocupe, vaya al médico.



¿QUÉ ES LA HIGIENE DEL SUEÑO?

La incapacidad para iniciar y/o mantener el sueño, así como la presencia de despertar precoz o sueño no reparador, repercute en gran manera en la posterior vigilia de la Persona afectada y puede ser causa de múltiples trastornos que afectan a la calidad de vida y **capacidad laboral**; pudiendo causar desde accidentes hasta dificultades de aprendizaje en los niños.

Sin duda, el insomnio es el trastorno de sueño más frecuente en la población general y uno de los motivos de consulta más habituales. Afecta con mayor prevalencia a mujeres, pero aparece cada vez de forma más frecuente en Hombres en edad infantil, posiblemente relacionado con los hábitos sociales.

Las causas que lo producen pueden ser múltiples, siendo la ansiedad sólo uno de los tantos factores influyentes. Para su tratamiento existen muchos fármacos que podrían ser indicados, pero siempre se debe comenzar por lo que se conoce como "Higiene del Sueño". Esto se refiere a mejorar las condiciones y los hábitos de vida a fin de lograr un sueño de mejor calidad.

Recomendaciones:

- Fijar un horario de sueño regular, tanto para acostarse como para levantarse (incluso fines de semana)
- Utilizar solo la cama para dormir. No para ver televisión ni utilizar la computadora.
- No consumir alcohol o tabaco, ya que ambos disminuyen la calidad de sueño.
- Evite siestas y de hacerlas, que no superen los 30 minutos.
- Realizar ejercicio al menos 3 veces por semana.
- No ducharse por lo menos 90 minutos antes de acostarse.
- Mantenga la habitación ventilada.
- No mirar el reloj, ya que puede aumentar la ansiedad y resultar contraproducente.
- Realizar una comida nocturna ligera y separada del momento de acostarse por lo menos 90 minutos.
- Controlar la medicación, ya que muchas pastillas pueden producir insomnio.

¿QUÉ ES “UNA NIÑA” DÉBIL?

Por Dieter Uslar, COLUN.

Avanzada la primavera de esta temporada 2017-18, finalmente se confirmó la presencia de una niña débil en nuestro país. Luego de varios meses de bajas temperaturas y bastante lluvia, las lluvias pararon y subió la temperatura, haciendo que los pastos y praderas reconozcan su época para comenzar con la maduración y emisión de espigas. Esta situación, está generando una notoria baja en los rendimientos de los ensilajes en promedio; y en parte la pérdida del segundo corte.

El cuadro resumen de lluvias de la zona, nos muestra que hasta fines de octubre la situación de lluvias fue relativamente promedio, pero ya en noviembre dejó de llover y nos quedamos bajo lo normal para ese mes. Hasta la fecha diciembre igual viene bajo, pero se aprecian algunos pronósticos de lluvia para las siguientes semanas, pero siempre en cantidades pequeñas.

Según los modelos y los pronósticos futuros de mediano plazo, esta niña débil se debiera ir transformando en neutra y luego en niño, lo que nos auguraría un final de verano y otoño con condiciones apropiadas para el retorno del crecimiento activo de las praderas.

El gráfico indica un resumen de los modelos y (en negro) lo ocurrido en realidad con la TSM (temperatura superficial del mar) en la zona del océano pacífico alrededor del ecuador.

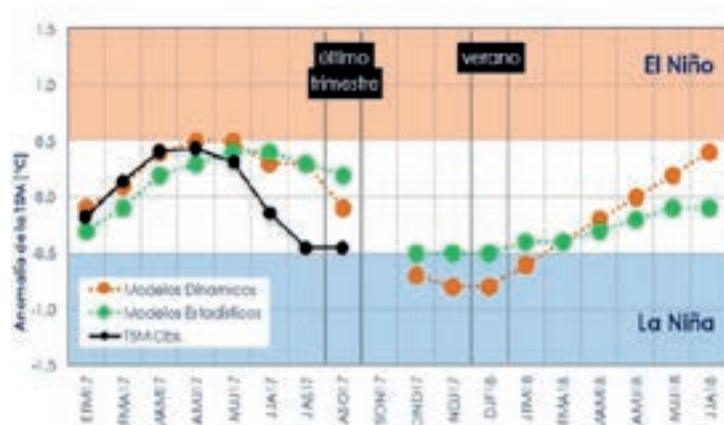


Figura 1: Temperatura superficial del Mar (TSM) y proyecciones para los siguientes meses. (Fuente: Dirección Meteorológica de Chile).

Con estas predicciones, relativamente claras, la Dirección Meteorológica de Chile armó un esquema que muestra en forma gráfica de qué forma se mueven los vientos y frentes de mal tiempo en nuestra zona en un evento similar de años anteriores.

Vemos un centro de alta presión (A) bastante reforzado que impide el ingreso de frentes de mal tiempo (B) a nuestra zona, y los mueve hacia el sur austral.

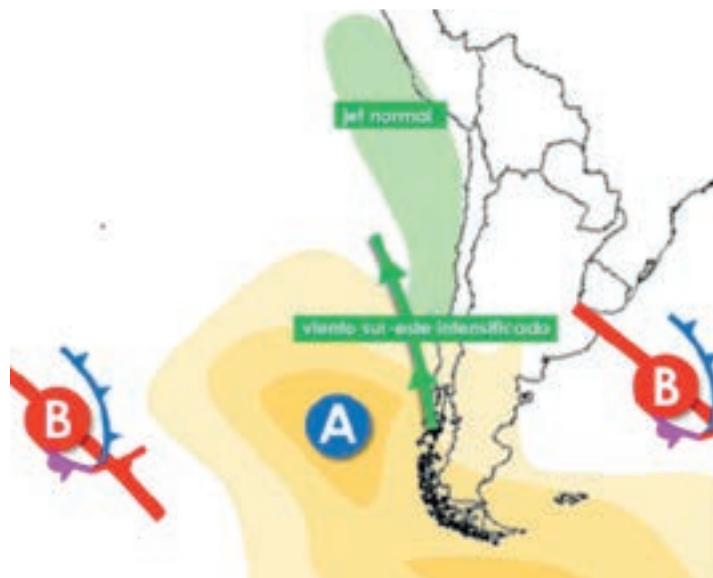


Figura 2: Patrón Histórico de Niña Débil.

Para los siguientes meses le recomendamos tomar todas las precauciones necesarias para asegurar la cantidad de forraje a almacenar para el invierno. Use correctamente el riego si lo posee, haga cortes de limpieza y guarde este forraje. Ocúpese que el maíz para ensilaje rinda como corresponde, programe la siembra temprana de alternativas de otoño, como ballicas de rotación, raps forrajero o avenas.

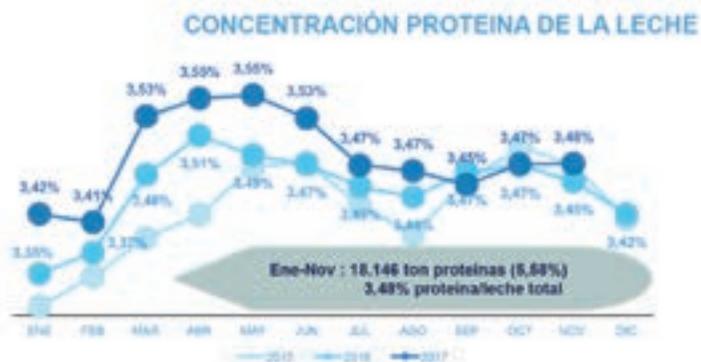
Recuerde que el equipo de profesionales de su Cooperativa está dispuesto y preparado para atenderlo en todas sus consultas o dudas, para asegurar el éxito de su negocio y el de la cooperativa.

PRECIPITACIONES MENSUALES 2016, 2017 Y PROMEDIO PARA CINCO SECTORES (milímetros)

Sectores	Año	Ene	Feb	Mar	Abr	May	Jun	Jul	Ago	Sep	Oct	Nov	Total	Dic	Total	Al 30 de noviembre de 2017	
													Parcial		Anual		
La Unión	2016	14	35	31	97	52	29	132	80	51	81	25	626	66	691	-16%	
	2017	32	43	35	77	116	103	60	291	46	83	22	908		908		
	Prom. 71 años	39	37	48	86	170	182	169	147	92	62	47	1.078	43	1.121		
Río Bueno	2016	16	34	39	85	85	35	195	132	77	106	33	835	114	949	11%	
	2017	38	60	69	86	150	155	87	273	54	98	30	1.098		1.098		
	Prom. 31 años	32	37	55	86	130	163	148	133	79	72	52	986	56	1.043		
Ignao	2016	20	53	45	133	71	37	238	206	110	105	57	1.071	102	1.173	9%	
	2017	28	110	90	122	151	189	248	291	251	227	41	1.747		1.747		
	Prom. 26 años	58	59	84	132	198	268	247	208	125	128	97	1.604	90	1.694		
Futrono	2016	29	27	40	83	51	31	206	151	95	150	57	920	127	1.047	8%	
	2017	60	75	87	87	171	218	119	427	59	162	33	1.497		1.497		
	Prom. 28 años	51	52	76	108	182	243	179	185	120	108	87	1.391	69	1.460		
Crucero	2016	18	49	40	105	79	48	179	143	94	116	38	909	112	1.021	-9%	
	2017	40	79	44	75	142	145	94	255	104	122	28	1.128		1.128		
	Prom. 17 años	47	49	62	102	167	189	176	178	98	95	72	1.235	68	1.303		
															Promedio al 30 de noviembre de 2017		1%

(*) = respecto del promedio histórico de cada localidad





6,13% CRECEN LOS KILOS DE SÓLIDOS
7,45% sólidos totales/leche total

ITALIA: NUEVO SISTEMA DE RIEGO PARA CULTIVOS SIN SUELO

El sistema desarrollado por dos empresarios sicilianos se basa en la correcta administración de nutrientes a las plantas sin suelo. Además, posibilita ahorrar agua y reducir el uso de fertilizantes y pesticidas.

Felice Di Giovanni y Tommaso La Malfa, técnico electrónico y agrónomo, respectivamente, explican que: “El cultivo se hace cada vez más innovador y las técnicas de cultivo intensivo requieren de tecnologías sofisticadas. No estar a la vanguardia, significa perder oportunidades importantes”.

El dispositivo, llamado Lisygrow, lleva a cabo cada operación de riego con la máxima exactitud y precisión, produciendo el porcentaje de drenaje deseado para evitar estrés hídrico y nutricional. El dispositivo se adapta a las necesidades de los cultivos, las propias plantas se convierten en sensores que se autorregulan en función de sus necesidades.

Con este sistema, los operarios ya no tienen que preocuparse por adaptar el riego, tan solo tienen que supervisar los procesos.

Para utilizar el dispositivo con un sistema de distribución y cualquier tipo de sustrato, hay que establecer tres parámetros fundamentales: el nivel de sequedad entre riegos, la capacidad del sistema y el drenaje requerido según la temporada y el tipo de planta. El dispositivo muestra en tiempo real el número de riegos realizados durante el día, los milímetros que las plantas

necesitan absorber antes del próximo riego, el porcentaje de drenaje fijado y su nivel hasta ese momento, la temperatura y el estado de la bomba.

Desde el punto de vista del consumo, el dispositivo garantiza una gestión precisa del agua y cada gota se destina a la nutrición o al drenaje de la planta para evitar malgastar agua y nutrientes.

El Ministerio de Agricultura de Chile, a través del Centro Experimental Vicuña, del Instituto de Investigaciones Agropecuarias INIA Intihuasi inauguró, en octubre pasado, un novedoso sistema de telemetría que permitirá controlar de manera remota la aplicación del riego en los cultivos desarrollados en el centro.

El sistema, implementado a través del proyecto denominado “Automatización del sistema de riego del Centro Experimental Vicuña”, tiene por objeto contribuir a un mejor uso del agua de riego y de la mano de obra que se utiliza para operarlo.

El Subdirector Nacional de INIA sostuvo que la relevancia de contar con este sistema radica en que, en la Región de Coquimbo, el agua de riego es un factor limitante en la productividad agrícola.

Claudio Balbontín, investigador especialista en riego, a cargo del proyecto, sostuvo que: “La característica principal de las tecnologías implementadas es la capacidad que nos entrega para la supervisión y control del riego. Asimismo, permite generar órdenes a distancia y registrar si dichas acciones ocurren a través de un computador o un dispositivo móvil. La idea es aumentar la eficiencia del riego, ya sea por la oportunidad de los eventos, como en la capacidad de respuesta frente a problemas que se puedan presentar.

En cuanto a la transferencia de este tipo de tecnología a los agricultores, Nicolás Fernández Tagle, subgerente agrícola de la cooperativa Capel, comentó que le parece un proyecto extremadamente interesante. “Estamos trabajando con INIA en diferentes aspectos del manejo agronómico de las vides pisqueras y hemos participado en algunas de las etapas de la incorporación de estas tecnologías en el manejo y tecnificación del riego. Hemos visto como estas tecnologías aumentan la eficiencia del riego, así como hoy en día podemos interconectar remotamente muchas actividades agrícolas que se traducen en ahorro en mano de obra”, explicó.

Fuente: Agrimundo



ARROZ CON LECHE

Ingredientes

(6 porciones)

1 litro Leche Colun líquida descremada
1 taza Arroz blanco crudo
Endulzante a gusto
Canela y clavos de olor
1 taza Frambuesas
6 cucharadas Manjar Colun Light



Información Nutricional
(1 porción):
Kcalorías: 200
Proteínas: 9,3 g
H. de Carbono: 38,5 g
Lípidos: 0,4 g

Preparación

1. Poner en una olla la leche colun a calentar a temperatura baja, agregando clavo de olor y canela a gusto.
2. Cuando la leche Colun está bien caliente y a punto de hervir agregar la taza de arroz y el endulzante a gusto.
3. Cocinar a fuego lento por 25 minutos sin dejar de revolver para que no se pegue.
4. Una vez listo el arroz con leche dejar enfriar.
5. Para nuestro postre en vasos individuales pondremos en la base 1 cucharada de frambuesas, luego 1 cucharada de manjar colun light y finalmente el arroz con leche.
6. Llevar al refrigerador por al menos 1 hora y luego servir decorado con frambuesas.



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

Por: **Rocío Suárez Eytel**, Nutricionista
info@nutricionistarociosuarez.cl



DEPORTE Y AVENTURA



Rafting Río Espolón

Afluyente del Río Futaleufú, se caracteriza por la tranquilidad de sus aguas blancas que, a pesar de serpentear por hermosos valles, no tiene descensos rápidos lo que lo hace ideal para disfrutar de una bajada en familia.

En su recorrido encontrarás 11 rápidos de baja intensidad, y entre ellos los más destacados son: "La Olla", "Tucullon", "Mil Rocas", "Remolinos" y "La Entrada".

Dirección: Futaleufú



Rafting Río Petrohué

Inserto en el Parque Nacional Pérez Rosales, el río Petrohue sorprende a los amantes de la adrenalina con sus rápidos caudales de aguas claras que recorren paisajes de belleza escénica. La aventura comienza en el remanso del río, con un inicio suave donde se puede practicar las diferentes técnicas de remo, para luego entrar en acción con una alocada seguidilla de rápidos que llevan por nombre: "Ciao Seco", "Ese", "Los Pollos", "queso Suizo" y "El Nadador". Casi dos horas de recorrido y 14 kilómetros de diversión.

Duración: 2 horas

Dirección: 76 km de la ciudad de Puerto Varas



Trekking Termas El Callao

Recorrido sencillo por una huella bien demarcada que parte desde el embarcadero El Rincón, recorre hermosos bosques valdivianos, cruce de riachuelos en puentes colgantes y un hermoso valle a la orilla del río Sin Nombre, donde se ubican las termas, para terminar en el extremo oriente del lago Rupanco. Ideal para los que recién parten en la aventura del trekking.

Dificultad: Baja.

Dirección: Embarcadero El Rincón, Osorno

Presentamos las nuevas y exquisitas leches con café Cappuccino y Caramelo de Colun y Colun Light.

Disfrútalas como más te gusten, prueba sus dos ricos sabores y llévalas a todos lados.

Son ricas, frescas y naturales porque son elaboradas en origen, sin lactosa y con café 100% colombiano.

LECHES,
CON CAFÉ

CAPPUCCINO
& CARAMELO



Toda la magia del sur.



Más natural





**PONER LO MEJOR
DE LO NUESTRO,
TIENE MAGIA.**



En Colun, nuestro compromiso con la calidad, la naturaleza y nuestros clientes se ha convertido en un valor ineludible. Cultivémoslo y estemos preparados para recibir sus beneficios.



Toda la magia del sur