



Devo Comprar ou Recusar este Peixe?

SUÉLEN SERAFINI¹, JUNIOR GONÇALVES SOARES¹, ANDRÉ FERNANDO NASCIMENTO GONÇALVES² & JULCEMAR DIAS KESSLER²

A carne de peixes destaca-se nutricionalmente por apresentar grandes quantidades de vitaminas A, D e complexo B. Baixo teor de sódio e alto teor dos minerais cálcio, fósforo, ferro, cobre, selênio e iodo, no caso dos peixes de água salgada.

É um alimento com baixo teor de gordura (incluindo o colesterol) e alto teor proteico de elevado valor biológico.

Considerando uma variação entre as espécies, o teor sobre a composição proteica total é alto, entre 15% e 25%, e a digestibilidade acima de 95%. Contendo todos os aminoácidos essenciais para o ser humano e, sendo excelente fonte dos aminoácidos lisina, metionina e cisteína. Em contrapartida, a fração de carboidratos no músculo dos peixes é baixa, geralmente menor que 0,5%.

A composição lipídica contém elevada proporção de ácidos graxos poli-insaturados de cadeia longa, o que impacta tanto na saúde do consumidor, quanto na tecnologia do processamento deste alimento pela rápida deterioração e rancificação.

A Food and Agriculture Organization (FAO) preconiza a ingestão de pescado duas ou mais vezes por semana.

Dentre os possíveis benefícios desta ingestão que contenha cerca de 2 g de ácidos graxos poli-insaturados ômega-3 estão, a redução da incidência de câncer, do risco de Acidente Vascular Cerebral (AVC), de depressão, do Mal de Alzheimer e morte por doenças cardiovasculares.

Os ácidos graxos ômega-3 não são sintetizados pelo or-

ganismo humano e devem ser obtidos por meio da dieta. Eles integram a composição das membranas celulares e afetam a função dos receptores celulares nessas membranas, indicam o ponto inicial para a produção de hormônios que regulam a coagulação sanguínea e a contração e relaxamento das paredes arteriais. Também se ligam em receptores celulares que regulam funções genéticas.

Os ácidos graxos ômega-3 mais importantes para a dieta humana são: o eicosapentaenoico (EPA), docosaenoico (DHA), provenientes principalmente de peixes marinhos e, o alfa-linolênico (ALA).

O consumo de pescado, particularmente de peixes gordurosos, uma ou duas vezes por semana é recomendado, por serem ricos em EPA e DHA. A European Food Safety Authority propõe um valor de referência diário per capita para consumo de ácidos graxos ômega-3 de cadeia longa EPA e DHA de 0,25 g para populações saudáveis.

Essa recomendação é especialmente importante para gestantes e para mulheres que planejam engravidar. Do terceiro trimestre até o segundo ano de vida, uma criança necessita de um suprimento constante de DHA para a formação do cérebro e de outras partes do sistema nervoso. No entanto, peixes são alimentos altamente perecíveis. Desde o momento em que saem da água, iniciam-se alterações que diminuem sua qualidade e podem até impedir a comercialização e o consumo.

O frescor do pescado é um

dos critérios que indicam a aptidão deste ao consumo. O peixe fresco deve ser íntegro; com odor e sabor próprios; olhos vivos e destacados; escamas brilhantes e bem aderidas à pele; curvatura natural do corpo; carne firme e de consistência elástica e cor própria da espécie.

A qualidade do pescado pode ser facilmente avaliada pelo consumidor através da observação de características básicas conforme (Quadro 1).

Quadro 1. Reconhecimento de características que expressem a qualidade do pescado:



ACEITE	EVITE	RECUSE
Olhos translúcidos e brilhantes.	Olhos opacos.	Olhos sem brilho e opacos.
Escamas bem aderidas.	Olhos com coloração rosada à acinzentada.	Escamas embaçadas, opacas e soltas.
Escamas com brilho metálico.	Perda de aderência das escamas à pele.	Abdômen flácido.
Abdômen firme.	Abdômen com flacidez.	Carne facilmente separável dos ossos.
Abdômen que retorne à conformação natural após sofrer pressão dos dedos.	Abdômen com coloração amarela escura à acastanhada.	Guelras com coloração marrom ou mesmo cinza.
Guelras vermelhas, úmidas e brilhantes.	Guelras com coloração vermelha pálida à amarelada.	Guelras com presença de muco.
Guelras sem odor desagradável.		Guelras com odor ácido.

01, 02 e 03 de Setembro de 2015
Local - Centro de Cultura e Eventos Plínio Arlindo de Nê

III ANISUS www.anisus.com.br

Congresso Brasileiro de Produção Animal Sustentável

REALIZADORES

Informações: anisus@anisus.com.br

¹ Acadêmicos do Curso de Zootecnia. Chapecó. UDESC/CEO. E-mail: suelen_serafini@hotmail.com; junioragr2009@hotmail.com.

² Professor Orientador. Departamento de Zootecnia. Chapecó. UDESC/CEO.

O Sicoob MaxiCrédito conta com 35 agências, 9 delas em Chapecó. Encontre a mais próxima de você.

SICOOB
MaxiCrédito

PIONEIRA (ANEXO AO SUPERALFA)
CENTRO
SÃO CRISTÓVÃO
PASSO DOS FORTES

PALMITAL
GRANDE EFAPI
SANTA MARIA
MARECHAL BORMANN
JARDIM ITÁLIA

Família Cunha Viabiliza-se Agregando Valor na Citricultura

Equipe da Epagri visita experiência apoiada pelo Programa SCRural

IVAN TORMEN¹, CAROLINEMOLLER², JOSEFINA DE CARVALHO³, PAULO RICARDO FICAGNA⁴



A família Cunha é composta pelo casal Lázaro & Nilva e 3 filhos, sendo dois casados e com filhos: Tiago & Cheila (filha Paola), Rafael & Patrícia (filha Maria) e Alan

A propriedade rural está localizada na Linha Cachoeira; município de Chapecó. A família produz grãos (milho), eucaliptos e erva-mate. Também produzem laranjas - é a atividade principal; são cerca de 15 hectares e a produção esperada para esta safra é de 500 toneladas.

Histórico da família e da atividade:

A família Cunhainiciou a produção de laranjas para a venda para indústrias de sucos como obtenção inicial de uma boa renda. Com a crise no setor, muitos agricultores eliminaram os pomares de laranja, mas a família decidiu continuar produzindo. Na época foram chamados de "loucos" pelos vizinhos e outros produtores. Entretanto, atualmente é a maior fonte de renda e mantém a família no meio rural. Além disso, foi justamente a produção de laranjas que está permitindo a reprodução social através da sucessão hereditária - são três núcleos familiares com três gerações (pais, filhos e netas) coexistindo na mesma propriedade. Os três filhos do Sr. Lázaro estão edificando suas vidas na propriedade e trabalham de forma cooperativa.

A produção das laranjas (Figura 1) é comercializada em supermercados, distribuidoras de frutas e feirantes. Para valorizar a matéria prima, recentemente a família adquiriu uma máquina (Figura 2) para limpeza, secagem, polimento e classificação das laranjas (Figura 3), o que garante a agregação de valor na produção e possibilidade de inserção no mercado, visto que este processo é uma

exigência de alguns grandes mercados de Chapecó. Esta máquina foi adquirida com recurso financeiro do Programa SC Rural e contrapartida dos agricultores. Este projeto foi encaminhado pela Epagri através da APROFEC (Associação de feirantes de Chapecó), à qual o Sr. Lázaro também é associado. Os feirantes que participaram do SC Rural realizaram investimentos nas mais diversas áreas de produção, onde 50% do custo foi pago pelo Governo do Estado de SC e 50% como contrapartida dos agricultores.

As variedades de laranja produzidas na propriedade são: Valência, Folha Murcha, Rubi e Iapar. O objetivo de diversificar as variedades é de possibilitar o escalonamento da produção e fornecer o produto para suco e mesa durante os doze meses do ano. A maior área produzida é a da variedade valência, da qual existem plantas de mais de 20 anos, além de pomares mais jovens. A área mais nova é a da variedade Iapar, que tem se mostrado bastante promissora, visto que já está produzindo cerca de 25 kg/planta/ano ainda no terceiro ano de produção, sendo que o pico produtivo será ao redor dos 7-8 anos.

A meta neste ano de 2015 é de produzir 500 toneladas, valor já foi atingido em anos anteriores. De acordo com o a produtividade atual, a perspectiva é de superar a meta.

Parceria com a Epagri:

A parceria desta família com a Epagri já vem de longa data. Ainda na época do Programa Microbacias, a família participou ativamente de todo processo e o filho Alan foi presidente da Associação da Comunidade durante vários anos. Atualmente, além da participação no Programa SC rural, onde o projeto da família para a aquisição da máquina de lavagem, seca-

gem, polimento e classificação que foi o primeiro projeto do grupo a ser efetivado, a família também participa de diversas reuniões técnicas na Comunidade. Existe também na propriedade, uma coleção de tangerinas, com 66 variedades, que foi implantada com materiais da Embrapa para verificação de adaptabilidade.

Além da parceria com a Epagri, a família tem envolvimento com outras órgãos e instituições, como a Aca-citros, da qual o Sr. Lázaro já foi presidente e hoje é tesoureiro. Essas parcerias permitem a família participar de muitas capacitações que favorece o desenvolvimento da atividade de forma profissional, técnica, garantindo maior renda para família. Um exemplo ilustrativo é o controle da doença cancro cítrico com o uso correto de quebra ventos. Apesar de ser uma doença sem controle pelos agrotóxicos, a utilização dos quebra ventos permite a convivência com a mesma, sem perdas econômicas. Esta técnica de quebra ventos muitas vezes é desacreditada pelos produtores ou é feita de maneira incorreta, mas a família por se conscientizar da importância se capacitou e realizou a técnica de forma correta e está obtendo os bons resultados.

Na sexta-feira do dia 19 de junho, ocorreu uma visita na propriedade da Família Cunha, onde técnicos da Epagri de municípios da região e da Gerência Regional-Águas Frias, Chapecó, Cordilheira Alta, Nova Erechim e Planalto Alegre puderam conhecer a família (Figura 4), a atividade de produção de laranjas, o investimento do SC Rural e observar este belíssimo exemplo de uma unidade familiar com a renda baseada na fruticultura, sucessão familiar e parceria com as entidades técnicas.



Figura 1. Vista parcial do pomar de laranjas



Figura 2. Máquina para limpeza, secagem, polimento e classificação das laranjas.



Figura 3. Detalhe do produto final - boa aparência com classificação por tamanho de fruto.



Figura 4. Lázaro Cunha recepcionando a equipe de técnicos da Epagri



CRÉDITO RURAL SICOOB

A força que você precisa para vencer os desafios.

SICOOB
Maxicrédito

Ouvidoria - 0800 646 4001 | (49) 3361-7000

Estudantes de Zootecnia Visitam a Propriedade Rural da Família Luzzi que Produz de Forma Sustentável

PAULO RICARDO FICAGNA¹



A Família Luzzi segue os preceitos da Agroecologia, que trata o solo de forma preservacionista, opta por usar defensivos naturais menos agressivos ao meio ambiente preconizados pela agroecologia, preserva e capta a água da chuva, mantém a mata nativa e pomares no ambiente da propriedade, produz de forma diversificada para o auto consumo e para vender o excedente, compartilha o conhecimento e trabalha de forma cooperada tanto internamente como fazendo parte de associações e cooperativas. Desta forma a família e a propriedade rural cumprem com sua responsabilidade socioambiental e estimula o consumo consciente bem como, sua viabilidade econômica.

É desta forma que a família Luzzi, na Comunidade de Rodeio Bonito em



Figura 1. Turma da disciplina de Agroecologia do curso de Zootecnia da Udesc durante a visita à família Luzzi.

Chapecó está vivendo e produzindo. Olidemar Antônio Luzzi coordenador da produção de hortaliças e frutas na propriedade, juntamente com a esposa e filhos, os pais, o irmão e cunhada, estão na produção agroecológica há quase 13 anos. Toda a família colabora ativamente desde o plantio, tratamentos culturais, colheita, embalagem e ven-

da, certificados pela Rede De Agroecologia Ecovida.

Outra atividade de importância econômica é a agroindústria de produção de queijos coordenada pelo casal Sr. Ivo e a Sra. Terezinha. A família comenta que a agroindústria também desempenha outro benefício que refere-se a utilização do leite processado na agroindústria é adquirido



Figura 2. Família Luzzi comercializando seus produtos na feira municipal

de um produtor que reside ao entorno, na própria comunidade. Desta maneira tanto o fornecedor ganha como também o leite é processado logo após a ordenha, diminuindo os riscos de contaminação o que contribui para a qualidade dos produtos.

Para vivenciar esta realidade, a turma da disciplina de Agroecologia do curso de

Zootecnia da Udesc, realizou uma visita à família e pode ver *in loco* as atividades desenvolvidas na propriedade (Figura 1).

Os produtos, tanto de origem vegetal como animal, são comercializados na feira municipal nas 4^{as} feiras e sábados pela manhã no centro de Chapecó - esquina da rua Clevelândia com a Rui Barbosa (Figura 2).

¹ Professor Colaborador da Udesc/Departamento de Zootecnia; Extensionista Rural do Escritório Municipal da Epagri em Planalto Alegre

Avaliação Municipal e Concurso Regional de Vinhos Artesanais

Aconteceu neste sábado (20) em Xanxerê, a avaliação municipal e o 2º Concurso Regional dos Vinhos Artesanais, no auditório da Cidasc em Xanxerê - SC.

O evento foi promovido pela Epagri, Sebrae, Associações e Núcleos de Vitivinicultores de Xanxerê, Quilombo e Pinhalzinho, Prefeituras Municipais de Quilombo e Pinhalzinho e Associações Empresariais destes dois municípios. Também houve apoio do Programa SC Rural.

O evento teve por objetivo, avaliar e premiar os vinhos produzidos de maneira artesanal, por vitivinicultores destes municípios. Outra finalidade foi a de estimular a produção de vinhos de boa qualidade em escala artesanal e divulgar a produção de vinhos regional.



Figura 1. Uma das categorias de vinho, individualizada para ser analisada pelos avaliadores.

O concurso premia os vinhos de melhor qualidade, individualizados por categorias de acordo com o tipo de uva (Bordô, Isabel, Niagara). No total, foram 33 vitivinicultores e 71 vinhos analisados (Figura 1).

A degustação e avaliação dos vinhos foi realizada por uma equipe de enólogos (Figura 2), coordenada pelo enólogo Gilson Panceri Junior. Os aspectos avaliados nos vinhos são: análises visual, olfativa e gustativa.



Figura 2. Equipe de avaliadores no momento das análises

Expediente

Universidade do Estado de Santa Catarina - UDESC
Centro de Educação Superior do Oeste - CEO
Endereço para contato: Rua Benjamin Constant, 84 E,
Centro. CEP: 89.802-200
Organização: Prof.º: Paulo Ricardo Ficagna
prficagna@hotmail.com
Telefone: (49) 3311-9300
Jornalista responsável: Juliana Stela Schneider REG.
SC 01955JP
Impressão Jornal Sul Brasil
As matérias são de responsabilidade dos autores



#Liberte seu PORQUINHO

Poupe no Sicoob

Procure uma cooperativa Sicoob.
SAC: 0800 724 4420 • Ouvidoria: 0800 646 4001
Deficientes auditivos ou de fala: 0800 940 0458



Tempo



Quinta-feira (25/06): O ar mais seco no Sul do Brasil mantém presença de sol na maior parte de SC. Mais nuvens e chuvisco entre a tarde e noite na Grande Florianópolis e Litoral Norte, devido à umidade que chega do mar. Temperatura em elevação.

Sexta-feira (26/06): Nevoeiros ao amanhecer no Meio Oeste e Planalto. No decorrer do dia presença de sol em todas as regiões de SC. Mais nuvens e chuviscos isolados na faixa litorânea de Florianópolis e o Litoral Norte. Temperatura em gradativa elevação.

Sábado (27/04): Tempo firme com sol na maior parte de SC. No início do dia mais nebulosidade e chuvisco isolado na Grande Florianópolis e Litoral Norte, devido à circulação marítima. Temperatura em elevação.

Domingo e segunda-feira (28 e 29/04): Tempo firme com sol e poucas nuvens em SC. Temperatura em elevação.

TENDÊNCIA de 30 de junho a 10 de julho

Nesse período há previsão de chuva devido à passagem de duas frentes frias, uma entre os dias 30/06, 01, 02 e 03/07 e a outra entre os dias 05, 06 e 07. O tempo melhora a partir do dia 08/07. A temperatura não sobe muito e apresenta pouca variação, devido à nebulosidade e à chuva.

Junho, Julho e Agosto de 2015

Inverno com chuva e temperatura acima da média em SC

El Niño em curso com influência no Sul do Brasil

Para o trimestre junho/julho/agosto a previsão é de chuva acima da média e frequente em SC. Estudos científicos apontam para aumento da chuva no Sul do Brasil, em anos de El Niño. No entanto, é importante lembrar que o El Niño norteia a previsão, mas o acompanhamento diário é que é determinante para prever os eventos extremos.

Em relação à temperatura a previsão é de um inverno mais ameno em SC, com temperatura acima da média climatológica. Isso não significa que não chegarão ondas de frio ao Estado, mas neste ano devem ser mais escassas e pouco duradouras, intercalando com períodos mais aquecidos.

Marilene de Lima – Meteorologista
Setor de Previsão de Tempo e Clima
Epagri/Ciram / Site: ciram.epagri.sc.gov.br

Espaço do Leitor

Este é um espaço para você leitor (a). Tire suas dúvidas, critique, opine, envie textos para publicação e divulgue eventos, escrevendo para:

SUL BRASIL RURAL
A/C UDESC-CEO
Rua Benjamin Constant, 84 E
Centro. Chapecó-SC
CEP: 89.802-200
prficagna@hotmail.com
Publicação quinzenal
Próxima Edição – 09/07/2015

Agenda



29/06 Palestra- “New technological tools for monitoring and management of arthropod pests in food production systems”

Palestrante: Ph.D. Christian Nansen - Department of Entomology and Nematology, University of California (Davis, USA)

Biografia: Nansen é professor assistente do Department of Entomology and Nematology/UC Davis com especialidade em ecologia aplicada de insetos, manejo integrado de pragas (MIP) e sensoriamento remoto. Prof. Nansen completou seu doutorado em zoologia na University of Copenhagen (Dinamarca) e atuou, antes de ser contratado pela UC Davis em 2014, na Texas A&M (USA),

Texas Tech (USA) e, mais recentemente, na University of Western Australia (Austrália).

Local: Auditório da Epagri/Cepaf, Chapecó, SC

Data: 29 de junho de 2015

Horário: 14 horas

Obs.: A palestra é gratuita e será ministrada em português. Não é necessário realizar inscrição antecipadamente!

Mais informações: Dr. Leandro do Prado Ribeiro [leandroribeiro@epagri.sc.gov.br; (49) 2049 – 7540]

7º SEMINÁRIO ESTADUAL DE AGROECOLOGIA



Florestas e Agroecologia
Propostas e Perspectivas

22 E 23 DE JULHO DE 2015
PORTO UNIÃO - SC

“Se tivermos de esperar, que seja para colher a semente boa que lançamos hoje no solo da vida. Se for para semear, então que seja para produzir milhões de sorrisos, de solidariedade e amizade.”



Local do evento

Paróquia São Pedro e São Paulo
Rua Luiz Mello, 250 - Bairro São Pedro
Porto União - SC

Informações

Aires aires.ecovida@yahoo.com.br
(42) 9103- 6290

Danilo danilosagaz@hotmail.com
(47) 9166-8262

Secretaria da Agricultura de Porto União
(42) 3522-2327

As inscrições serão realizadas por meio eletrônico no site:

www.agroecologiapu.com.br

Interessados em expor produtos na Feira de Saberes e Sabores Agroecológicos podem fazer as inscrições no site.

LEMBRE-SE:

✓ Trazer talheres, pratos e colchonete.



Visite nosso facebook

<https://www.facebook.com/events/1665442307010315/>

SHOW
DE
SEGUROS
SICOOB



TODO MUNDO FICA MAIS TRANQUILO.

segurosicoob.com.br (49) 3361 7000
Ouvidoria: 0800 725 0996

SICOOB
MaxiCrédito