

SILEMG EM AÇÃO

SILEMG CELEBRA O DIA MUNDIAL DO LEITE COM PARCEIROS E INFLUENCIADORES



Em comemoração ao Dia Mundial do Leite, o SILEMG-Sindicato das Indústrias de Laticínios do Estado de Minas Gerais, presenteou parceiros e influenciadores com uma cesta repleta de produtos que levam o leite em sua composição e estão presentes na mesa de todos os mineiros. Os itens foram cuidadosamente selecionados e refletem a grandeza do mercado de laticínios no Estado de Minas Gerais, não só na parte econômica, como em toda a sua história. A homenagem se estendeu a todos os produtores de leite, os industriais de laticínios e todos aqueles que trabalham no setor leiteiro.

“Não poderíamos deixar a data passar em branco, afinal, o estado de Minas Gerais reúne, hoje, mais de 1000 (mil) indústrias de laticínios, 216 mil fazendas produtoras e 9,4 bilhões de litros de leite por ano”, ressalta Guilherme Abrantes, presidente do Silemg.



Para quem ainda não sabe, a data foi criada em 2001, pela Organização das Nações Unidas para Agricultura e Alimentação (FAO/ONU, da sigla em inglês), com o objetivo de incentivar o consumo de lácteos à população mundial. A escolha se deu porque o dia 1º de junho já era o dia que diversos países, a maioria da União Europeia, comemoravam o Dia Nacional do Leite.

No Brasil, a data ganha cada vez mais força diante da importância do leite para a economia do país. Já para a saúde, a importância do leite na alimentação é reconhecida desde os primórdios da humanidade. Hipócrates, filósofo da Grécia Antiga e considerado o Pai da medicina, afirmava que o leite “é um alimento muito próximo da perfeição”. Para suprir as necessidades diárias de cálcio, a FAO/ONU recomenda consumir três porções de lácteos por dia ou 1000 mg. O ideal é ingerir um copo de 200 ml da bebida, uma fatia de queijo de 50 gramas e um iogurte.

Aproveitamos para agradecer as marcas que estiveram conosco nesta ação: Dona Formosa, Porto Alegre, Tirolez, Embaré/Camponesa, Piranajuba, Queijos Vitória, Sabor da Serra, Tourinho, Maria Clara, Itambé, Viçosa, Verde Campo, São Vicente, Bom Destino, Queijos Scala, Mucuri, Ibituruna, Yema.

EM DESTAQUE

QUAL É O PAPEL DO LEITE NA NOSSA ALIMENTAÇÃO?



Desde o primeiro ano de vida, precisamos garantir vários nutrientes na nossa alimentação para um crescimento saudável. Incontestável é o papel das proteínas e do cálcio, nutrientes que têm o leite como uma de suas principais fontes. Para falar sobre o papel do leite na nossa alimentação, entrevistamos a nutricionista Janaina Goston, que auxilia atletas e esportistas na busca pela alimentação saudável.



Como fonte de proteína, o leite surge como uma opção junto às carnes, ovos e proteínas vegetais. Esse nutriente está relacionado com a formação de massa muscular e fortalecimento do sistema imunológico

Já o cálcio é o nutriente responsável pela saúde e força dos ossos. A principal fase para o seu consumo é na infância e adolescência, uma vez que mais de 90% do cálcio que nosso organismo utiliza ao longo da vida adulta provém da quantidade que ingerimos na fase de crescimento. Por esse motivo, o leite entra como um forte aliado no consumo do cálcio necessário para o nosso corpo, tendo maior concentração do nutriente que outros alimentos. Veja um exemplo:

- O consumo diário de cálcio para um adulto deve ser de aproximadamente 1000mg.
- 1 copo de 200ml de leite tem aproximadamente 240mg de cálcio.
- Para obter a mesma quantidade ingerindo brócolis, seria necessário consumir de 4 a 5 xícaras da hortaliça.

A baixa ingestão de cálcio pode causar fragilidade óssea, alterações na estrutura do osso e maior incidência de fraturas até com baixo impacto, conhecida complicação da 3ª idade, a osteoporose. Para envelhecer com saúde, precisamos garantir o estoque de cálcio na vida toda e isso começa na infância.

NOSSO ASSOCIADO

LATICÍNIOS MARIA CLARA, A NOSSA FAMÍLIA PRODUZINDO O MELHOR PARA A SUA!

Fundada em 1983, o Laticínios Maria Clara é uma empresa familiar sediada na cidade de Mercês, região conhecida como Zona da Mata. Seus fundadores foram o Sr. Quinca Ezequiel e seu filho, Paulinho, que começaram produzindo o leite de forma totalmente artesanal no sítio da família.

Hoje, a empresa é administrada por Luiz Paulo, Maria Carolina e Gabriela, filhos do falecido Sr. Paulinho, que preservam os valores e as práticas caracterizadas de negócio famílias, que vem desde a sua fundação, promovendo continuamente melhorias e se dedicando para que todos que integram a equipe, sejam reconhecidos e se sintam membros importantes dela.

Com o passar dos anos, a Laticínios Maria Clara tomou novas formas, criando linhas de produtos diferenciadas e sempre buscando atender seus clientes e amigos, com o melhor que tem a oferecer. Com uma extensa linha de produtos, vale destacar os diferentes tipos de queijo – prato, queijo minas meia cura, parmesão, coalho, minas frescal, padrão e queijo fresco -, manteiga, requeijão e muito mais. São inúmeros os produtos de venda e as entregas são realizadas toda semana, em todo o Estado de Minas Gerais, Rio de Janeiro e Espírito Santo. Para mais informações, acesse: <https://www.instagram.com/mariacalaralaticinios/>



INSCRIÇÕES ABERTAS

Concurso de **REDAÇÃO E DESENHO** **silemg** 2022

As inscrições devem ser realizadas, exclusivamente, pelas escolas, até o dia 31 Agosto

PATROCÍNIO **Tetra Pak** PROTEGE O QUE É BOM

EM DESTAQUE



Inúmeros são os benefícios do leite para a alimentação, independentemente da idade. Não à toa, anualmente, celebramos o Dia Mundial do Leite. E, em comemoração à data apresentamos parceiros e influenciadores com uma cesta repleta de produtos que levam o leite em sua composição e estão presentes na mesa de todos os mineiros. Os itens foram cuidadosamente selecionados e refletem a grandeza do mercado de laticínios no Estado de Minas Gerais, não só na parte econômica, como em toda a sua história.

Na sequência, uma entrevista com a nutricionista Janaina Goston, que fala sobre o papel do leite na alimentação. Por fim conheça a trajetória da Laticínios Maria Clara, uma empresa familiar fundada em 1983. Leia e conheça!

Boa leitura!