



Noticias destacadas

Juan Valdez apura el paso en el exterior con 40 tiendas más. *Pág.4*

Cómo tomar café para mejorar la memoria, según Harvard. *Pág.8*



**EL CAFÉ DE COLOMBIA
PISA FUERTE EN
EXPO DUBÁI 2020**



En el marco de la exposición universal Expo Dubái y a través de una imponente pecera de catación, **15 exportadores de Café de Colombia** ofrecen cataciones para que más paladares conozcan el **mejor café del mundo**, en busca de nuevos negocios y clientes de talla internacional.

Como una forma de atraer más los reflectores a estas cataciones, el icono que representa a los productores de café, el personaje **Juan Valdez**, ha estado presente en el pabellón de Colombia, siendo toda una sensación y reafirmando una vez más que “Colombia es café”.

LO DIJO EL GERENTE EN TWITTER



El pabellón colombiano, que ocupa 2.000 m2 en una ciudadela de 4 km2, se presenta por regiones: **los Andes occidentales, por ejemplo, incluyen el Paisaje Cultural Cafetero (PCCC) y Antioquia, con sus montañas, café y flores.**





IMPORTANTE PRESENCIA CAFETERA

También las tiendas Juan Valdez y el PCCC se han hecho sentir con fuerza en Expo Dubái, que se espera congregue a **más de 25 millones de personas** a lo largo de sus 180 días.

La exposición cuenta con **192 pabellones** de igual número de países, donde cada uno muestra lo mejor que tiene para ofrecer. **Del 23 al 25 marzo, tendrá lugar la Semana de la Inversión**, en el marco del Global Business Forum Latinoamérica.

Un poco de historia

La tradición de la exposición universal como evento de gran envergadura se remonta a la **segunda mitad del siglo XIX**.

La mayoría de sus estructuras son temporales, pero algunas se han conservado, ya sea en su sitio original o reubicadas, como la **Torre Eiffel de París, construida para la expo de 1889** y que se ha vuelto un símbolo de Francia.

Algunas de las exposiciones universales más recientes en las que **Café de Colombia** ha participado son la de **Shanghái en 2010** y la de **Milán en 2015**.



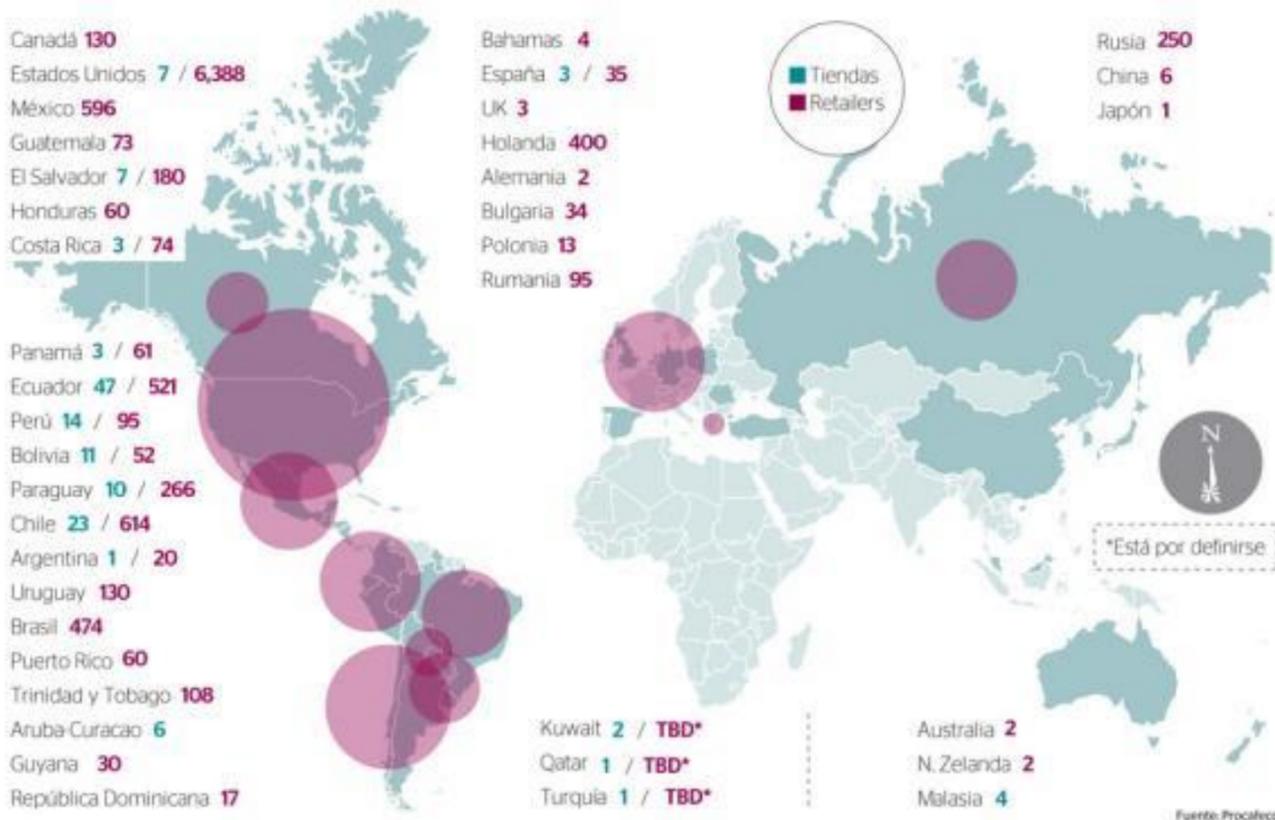


Juan Valdez apura el paso en el exterior con 40 tiendas más

Fuente: Portafolio

Presencia Internacional Juan Valdez

2022



En los últimos meses la marca Juan Valdez ha dado a conocer novedades de su operación en el exterior y la última fue sobre la incursión en Canadá. Detrás de los anuncios hay una aceleración de su plan de expansión en el exterior.

Hoy, la marca está presente en 40 países, pero en 15 de ellos opera tiendas. En abril serán 17 mercados cuando se sumen Qatar y Turquía, lo que implicará contar con 149 tiendas.

La idea es sumar al cierre del año de 180 a 190 puntos, explica a Portafolio Sebastián Mejía, vicepresidente internacional de Juan Valdez, al revelar la estrategia de la marca. Señala que el plan de Procafécol a nivel internacional en los últimos 15 años se ha enfocado en las tiendas, los supermercados, horeca (hoteles, restaurantes y casinos) y el comercio virtual.



“Hace tres años decidimos que debíamos expandirnos aceleradamente y capitalizar lo que es la marca, lo que se ha trabajado y, por lo mismo, nos dedicamos a buscar muchos negocios internacionales”.

Ya se recogen los frutos: ha crecido del 2018 al 2021 más de 65% en ventas. Ahora, indica, “la idea es multiplicarnos por varias veces de aquí a unos cinco años”.



El mayor porcentaje de las ventas de Juan Valdez está concentrado en supermercados y por la pandemia, y con las personas en casa, ese tipo de consumo de café vía supermercados y ventas virtuales creció.

Sin embargo, advierte el desempeño de las tiendas en los últimos años ha sido favorable y el canal ha demostrado fortaleza.

En este momento, comenta, “*el canal de tiendas ahora está más fuerte que nunca. Hay una etapa final de la pandemia, esperamos, y seguimos abriendo, continuamos con los mismos franquiciados. Entonces creo que a futuro la torta debe cambiar un poco y a unos cuatro o cinco años quizás el canal de tiendas puede igualar al de supermercados*”.

En todo caso, precisa Sebastián Mejía, lo ideal es que en los mercados más relevantes se hagan esfuerzos por garantizar la omnicanalidad, lo que significa que un consumidor encuentre en todos los canales posibles los productos.

Respecto a la llegada a Canadá, el ejecutivo indica que el atractivo del país es el tamaño del mercado. Se estima en US\$1.600 millones, con una preferencia en la mayoría de consumidores (89%) por el café tostado.

Además, el 11% consume café soluble y apenas el 3% está comprando café por comercio electrónico. A esos indicadores se suma un consumo per cápita de más de 3 kg por persona al año.



“Apoyados en ProColombia y en nuestro equipo comercial encontramos un cliente que quiso hacer una prueba y llevar café para su cadena de supermercados y nos codificaron inicialmente en 170 puntos de venta. Y estamos seguros que cuando el cliente pruebe nuestro producto le va a encantar, así que luego viene la recompra y la búsqueda de más clientes para, ojalá expandirnos en ese país”.

Antes de Canadá, anunció el ingreso a supermercados de Nueva Zelanda y de Australia, al tiempo que entró a Rusia.

“Queremos ser franquiciador de talla mundial. Para eso se cambian procesos, se profesionaliza y se refuerza el modelo de soporte y apoyo”

Ahora, en Europa está fortaleciendo la presencia en España y hace unos meses anunció la incursión en Holanda. Para sumar a la lista de países, llegó a Turquía donde inaugurará una tienda próximamente. “También estamos evaluando Reino Unido, Polonia y existen algunos países que todavía no son muy relevantes pero que estamos analizando”, precisa Mejía.

En esta parte del mundo, abrió hace poco la primera tienda en Argentina con una respuesta favorable de los clientes y para finales de marzo inaugurará en Qatar. “Tenemos como cuatro o cinco negociaciones, que estamos avanzando pero no las hemos concretado”.

En Estados Unidos, un mercado exigente al que cualquier marca quiere llegar, Procafecol firmó un nuevo acuerdo para expandirse en La Florida con unas cien tiendas en cinco a seis años.

“Empezamos a ejecutar esa expansión, hay cinco a seis tiendas en construcción y unas cuatro abiertas. Este año tenemos que estar terminando más o menos con 16”, dice Mejía. El gran desafío, añade, será llegar a otros estados más americanos que puedan apreciar el producto.

LA ESTRATEGIA

Teniendo en cuenta la importancia del mercado del café, el directivo advierte que en el mundo hay cuatro grandes cadenas de peso fuera de su país: Starbucks, Dunkin’, McCafé y Tim Hortons de Canadá, y agrega que no hay más de 10 actores grandes en el mundo con más de 500 - 600 tiendas fuera de su país. “Entonces yo creo que la meta al 2027 es ser un actor muy relevante con puntos internacionales”, afirma.

Comenta que estas grandes cadenas en su procesos de expansión tienen grandes etapas de crecimiento, luego optan por la consolidación y por rentabilizar y, posteriormente, retoman las aperturas, y eso es lo que ha hecho en los últimos tiempos la marca colombiana. Ahora, para Juan Valdez el plan está basado en uno pilares. “Uno de ellos es el modelo de franquicias, queremos ser un franquiciador de talla mundial. Para eso está cambiando procesos, profesionalizando y reforzando el modelo de soporte y apoyo. Lo segundo es que la marca tiene una preocupación por la selección de ubicaciones”, agrega.





El café, impulsor del cambio del sur del Tolima

El Nuevo Día por Camilo Jiménez



El café del Tolima es hoy conocido el mundo entero por su calidad en taza, la cual se debe a los atributos de sus suelos volcánicos, con características que son muy bien valoradas entre los expertos

El café ha sido para el sur del Tolima el motor de las transformaciones de los últimos años. No solo dinamizó la región, sino que además desplazó las economías de guerra, tan implantadas en el fondo de los conflictos

En 2006 Planadas, y el sur del Tolima en general, pasaba por lo más cruento de una época que fustigó la tranquilidad de todo el país. Ese mismo año, el entonces presidente Álvaro Uribe declaró al municipio como 'zona estratégica de recuperación' debido al poder total que ostentaba la insurgencia.

La influencia del Frente 21 de las FARC en la zona era absoluta y, al mismo tiempo, la zozobra se acrecentó, pues miembros de la Dipol, la Sijin y el Ejército comenzaron a realizar operaciones encubiertas, una de las estrategias básicas de la lucha contrainsurgente.

En medio de ese ambiente turbio hubo una buena noticia que, para muchos, abrió un sendero de cambio: Edith Enciso, de la finca La Isla del corregimiento de Gaitania de Planadas, ganó la 'Taza de la Excelencia' y el reconocimiento de producir uno de los mejores cafés especiales de Colombia.

El café del Tolima es hoy conocido en el mundo entero por su calidad en taza, la cual se debe a los atributos de sus suelos volcánicos, con características que son muy bien valoradas entre los expertos: las notas afrutadas, de albaricoque, durazno, entre otras, que logran que sea mucho más aromático.

La gran ventaja del departamento es que se produce café orgánico durante todo el año, particularidad que lo diferencia de competidores como el de la Sierra Nevada, que cosecha solamente entre octubre y marzo. Cultivado en su mayoría

en pequeñas parcelas, el 96.7% de los caficultores del Tolima son pequeños productores de menos de cinco hectáreas.

Cambio social

El departamento es el tercer productor a nivel nacional, con una participación en el mercado del 12.8% en 108.141 hectáreas de distintas variedades en 38 de los 47 municipios, según la Federación Nacional de Cafeteros. Sin embargo, el café en el sur no solamente ha sido auxilios e impulsor del desarrollo, se ha convertido también en símbolo de cambio: "Hace algunos años, cuando entró el café, salió la amapola", comenta Ana Jesús Valderrama, caficultora de la vereda Canoas Copete de Ataco y productora de Cafimujer.

Los ejemplos de asociaciones, cooperativas, agrupaciones, vecinos y amigos que ven en el café una oportunidad de superación se cuentan por cientos en esta región.

"En el sur del Tolima el café ha sido un símbolo. Se produce entre los cafeteros, pero también entre las víctimas, comunidades indígenas y excombatientes. Con el café se integró la comunidad, y eso es contribución inmensa a la construcción de paz", mencionó Carlos Guillermo Ospina, Comisionado de la Verdad que ha trabajado durante años en esta zona del Tolima.



Las asociaciones cafeteras se han convertido en una opción de cooperación comunitaria para consolidar el auge de este importante subsector económico.

ASOPEP es una de las asociaciones de productores de café más importantes del sur del Tolima. Actualmente tiene 349 miembros, de los cuales 100 están dedicados al cacao y 249 a la producción de café en Planadas, Ataco y el Huila. Entre las actividades que realizan, la sede de la asociación funciona de centro de acopio de café y cacao. Al año circulan 1.200.000 kilos de café. También hacen de puente para permitir la exportación del producto: ASOPEP negocia con el cliente en el exterior, envía el café a la empresa exportadora y así se cierra el negocio.

La marca de café 'Tercer Acuerdo', producido por exintegrantes Farc del Espacio Territorial de Capacitación y Reincorporación (ETCR) El Oso, en Planadas, es acompañado por ASOPEP. La asociación les vende el café orgánico y los reincorporados lo tuestan y lo comercializan. El primer acuerdo de paz se dio en 1996 entre los indígenas Nasa y la FARC, el segundo fue entre el Gobierno Nacional y las FARC en 2016. Ahora, el 'tercer acuerdo' busca ser un símbolo de la superación total de la violencia.

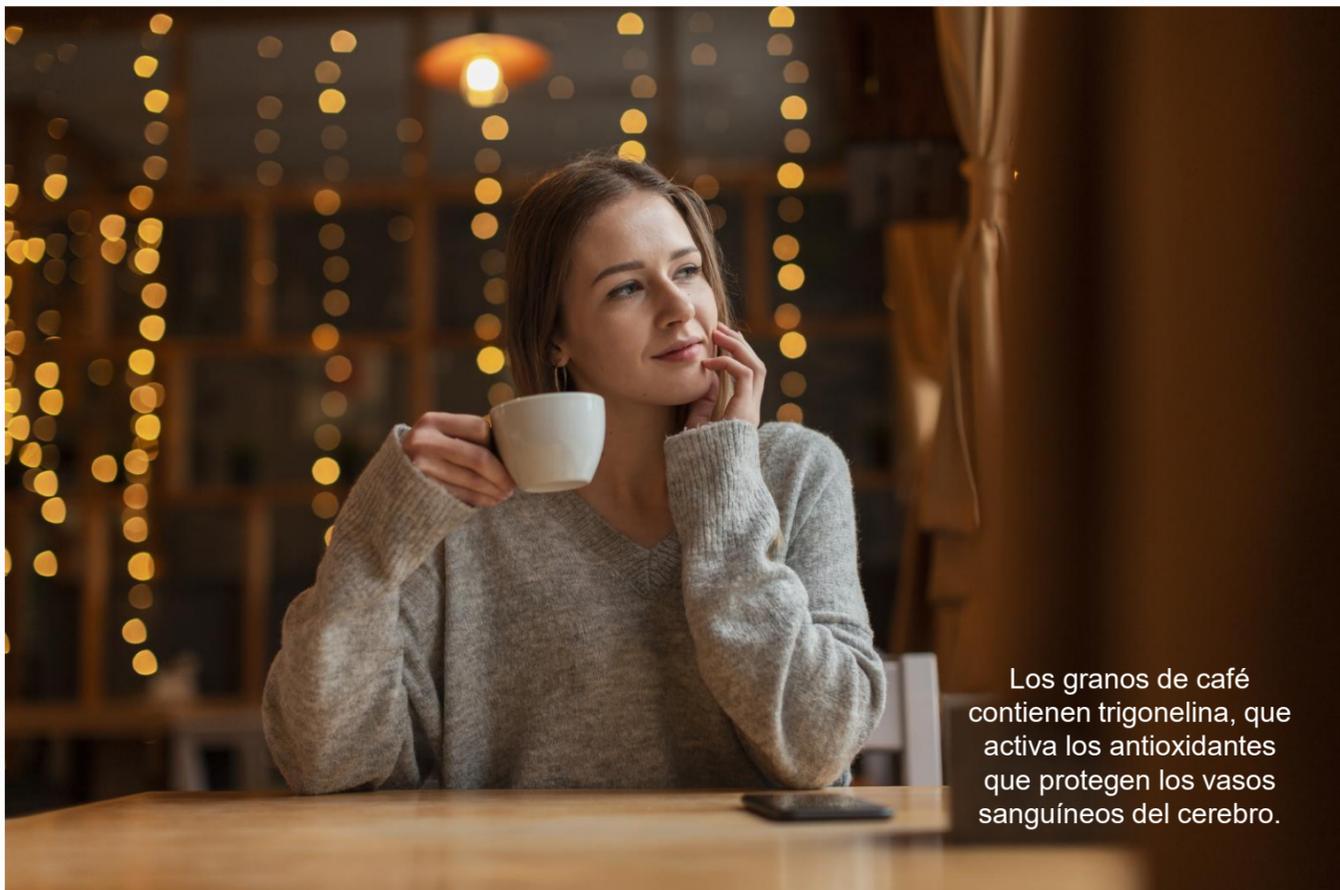
"El trabajo ahora es más fácil. Antes a la gente le daba miedo venir por esta región por la violencia. Los extranjeros tenían miedo de venir, pero ahora lo hacen hasta por tierra para conocer. Hay más comercio y las cosas se ven mejor: usted sabe que el café hace amigos y trae progreso", contó Jorge Rojas, analista físico de ASOPEP. Creada hace 8 años, hoy la asociación tiene una finca de 8 hectáreas en la que ofrecen a los caficultores servicios de secado, central de acopio de cacao y se está construyendo una escuela de café para niños.

Las asociaciones cafeteras se han convertido en una opción de cooperación comunitaria para consolidar el auge de este importante subsector económico. A muchos de los pequeños productores les ha dado la posibilidad de tecnificar la producción y comercialización a niveles altos. Agrupaciones de cafeteros como Acedga o ASOTBILBAO en Gaitania, Asocalarama o la Corporación Agropecuaria Café Hermosas, en Chaparral, Asociación Cafetera Ascafur en Rioblanco, son modelos de éxito y superación de etapas complejas.



Cómo tomar café para mejorar la memoria, según Harvard

Fuente: Vida moderna, Revista Semana



Los granos de café contienen trigonelina, que activa los antioxidantes que protegen los vasos sanguíneos del cerebro.

Tomar café es uno de los hábitos más recurrentes en la sociedad. Se puede beber al desayuno, entre comidas, a la hora de las onces o realmente a cualquier hora del día. Además, es parte de la vida de casi todos los adultos, pues muchos lo consumen al despertarse en las mañanas, mantener la energía en las actividades diarias o incluso hay algunos que lo utilizan antes de hacer ejercicio para quemar más calorías con los entrenamientos específicos.

Un estudio realizado por Boukje van Gelder y sus colegas en el 2017, publicado en la National Library of Medicine, analizó a cientos de hombres mayores durante un periodo de 10 años, esto para ver si el café realmente los protegía del deterioro cognitivo. Los investigadores descubrieron que quienes tomaban café tenían menos deterioro cognitivo que los que no lo hacían. De acuerdo con el estudio, los beneficios son mayores cuando se toman tres tazas al día (no más y no menos).

Café para la memoria

La doctora Uma Naidoo, psiquiatra nutricional de la Harvard Medical School y autora de *This is Your Brain on Food*, afirma que el café tiene tres puntos que hay que tener en cuenta en relación con el cerebro y sus funciones:

- Los micronutrientes del café **ayudan a prevenir daños de los tejidos por los radicales libres** a los que el cuerpo se expone todos los días.
- Los granos de café contienen trigonelina, que activa los antioxidantes que **protegen los vasos sanguíneos del cerebro**.
- La cafeína aumenta la serotonina y la acetilcolina, lo que **estimula al cerebro y estabiliza la barrera hematoencefálica (que impide la entrada de bacterias)**.

Por otro lado, Naidoo asegura que el café tiene efectos positivos cuando se toma en moderación. Por ejemplo, es bueno para el corazón y existe una forma de tomarlo para hacerlo todavía más útil en la protección del cerebro y el mejoramiento de las capacidades de la memoria:





Inteligencia corporal

La experta de Harvard señala que no todas las personas reaccionan de la misma manera ante la cafeína, por lo cual se debe estar atento a la forma en la que el cuerpo se sienta cuando toma café. Si la persona no se siente bien, entonces probablemente no es bueno para su cuerpo.

Tomar por la mañana

Se trata de tener una rutina matutina, que es una de las cosas que ayudan a mantener el cerebro en buenas condiciones. Igualmente, tomar café como parte de la rutina por las mañanas puede ayudar con los niveles de energía, **a mejorar el estado de ánimo e, incluso, a tener una mayor productividad y concentración.**

Sin embargo, es importante no excederse con la cantidad. Además, dejarlo solo en las mañanas es fundamental si la persona tiene problemas para dormir, ya que la cafeína puede afectar los patrones de sueño y, por lo tanto, esta falta de sueño puede afectar al cerebro.

Otros estudios

Según un trabajo publicado en el *Journal of Alzheimer Disease*, el café puede retrasar el deterioro cognitivo y hacer que enfermedades como el alzhéimer tarden más en aparecer.

Este trabajo se realizó en las universidades de Florida y de Miami (Estados Unidos) y se concluyó que el **consumo regular de dos tazas diarias de café evitaba la aparición de demencias** o retrasaba su inicio en personas mayores de 65 años.

Según un trabajo publicado en la revista británica de psicología *Journal of applied social Psychology*, tomar café moderadamente (**no más de dos tazas al día**) es adecuado sólo para las mujeres en situaciones de estrés, pero no para los hombres.

Se demostró que en las mujeres se eleva la dopamina, lo cual las hace ser más centradas y efectivas en el trabajo. Sin embargo, en los hombres, aumenta su nerviosismo e, incluso, su agresividad.

Un estudio elaborado por la Universidad Johns Hopkins demostró que beber con moderación café **mejora el rendimiento de la memoria, sobre todo si se hace luego de realizar tareas específicas.**





Prográmate

7^{mo} Festival, Orquídeas Café y Arte

Febrero 25 al 27 2022

Recinto del Pensamiento
Km 11 vía al Magdalena - Manizales, Colombia
☎ 312 238 6284 - 312 847 4200
www.recintodelpensamiento.com

Apoyan:



Podcast FNC

PODCAST

LA SALUD Y LA VIDA DE TODOS

COMPROMISO DE TODOS

Federación Nacional de Cafeteros de Colombia

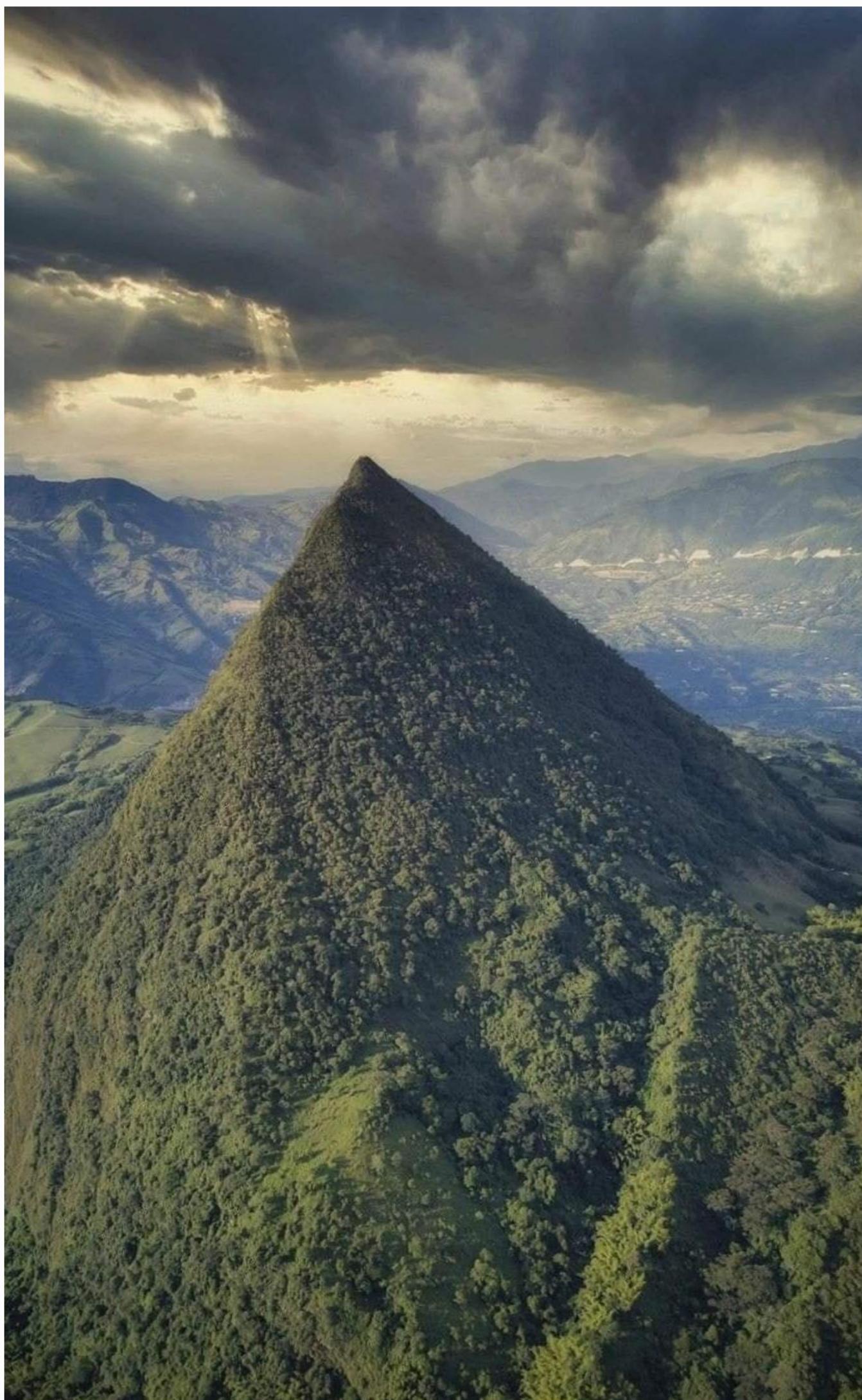
NOTICIAS DESTACADAS

- ▶ Con el objetivo de conquistar nuevos paladares para el café de Colombia y siguiendo las tendencias que reflejan el aumento en el consumo de café soluble, Buencafé apuesta por nuevas opciones de café descafeinado de alta calidad.
- ▶ Aquí les contamos cómo Buencafé logra un producto de altísima calidad y libre de químicos.
- ▶ Buencafé, con sede en Chinchiná Caldas, es la empresa de los caficultores colombianos y sus utilidades se reinvierten en proyectos que redundan en el bienestar de las familias caficultoras.

El Cerro Tusa, un lugar que te deja sin palabras...

Las múltiples caras y perfiles de este cerro son tan variadas como la riqueza cultural y ambiental de Colombia.

Foto tomada en Venecia, suroeste antioqueño, por Gabriel Pérez Photography



Te invitamos a compartirnos las mejores fotos de paisajes, atardeceres y cultura cafetera que serán publicadas en nuestra sección “Las mejores fotos de la semana”.

Envíalas a prensa.aldia@cafedecolombia.com o a través de WhatsApp: 3224486018

SABÍAS QUE...

Bajo el concepto de **Acción Nacional de Mitigación Apropiaada (NAMA)** la caficultura colombiana captura

5,2
veces el carbono que emite

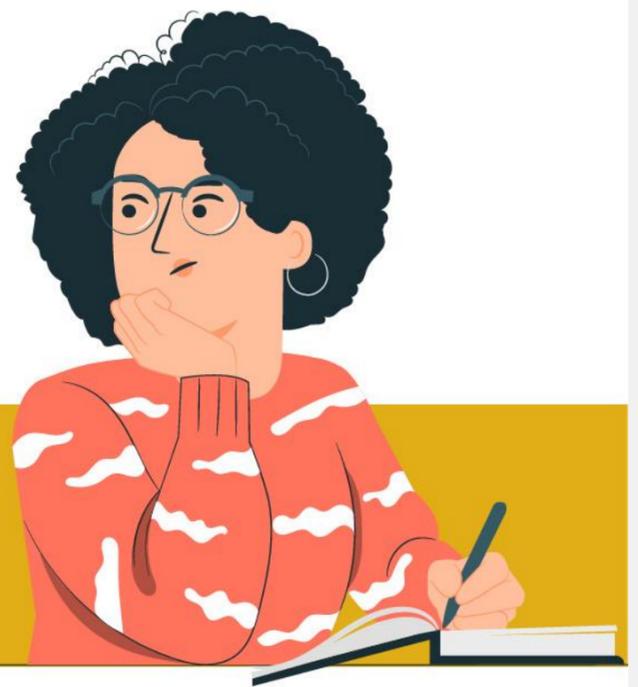


TIPS DE REDACCIÓN



Cuando tengas alguna **DUDA DE REDACCIÓN,**

hoy en día hay muchos recursos en línea que pueden ayudarte a resolverla. Te compartimos **cuatro de los más útiles:**



1

El *Diccionario de la lengua española* te ayuda a saber el **significado exacto de las palabras** o cómo conjugar verbos. Es un buen hábito consultarlo con regularidad.

dle.rae.es

2

El *Diccionario panhispánico de dudas* te ayuda a despejar dudas de puntuación o sintaxis, entre muchas otras.

rae.es/dpd/

3

El *Diccionario de americanismos* despeja dudas sobre localismos, como el berraco muy usado en Colombia.

asale.org/recursos/diccionarios/damer

4

La Fundación del Español Urgente (Fundéu) impulsa el buen uso del español y su página está siempre muy actualizada.

fundeu.es

GUARDA ESTOS CUATRO ENLACES EN TUS FAVORITOS DEL NAVEGADOR

Recuerda que siempre es mejor enseñar a pescar que dar el pescado en la boca. Y al enfrentar un problema o una duda (no sólo de redacción), siempre es más formativo que uno mismo busque primero agotar sus propios recursos antes de pedir ayuda, pues eso empodera y te hace más autosuficiente.