



A revista para quem ama café

ANO VII • EDIÇÃO 14

NOVEMBRO/DEZEMBRO 2024 | JANEIRO 2025

PARA ONDE CAMINHA O CAFÉ BRASILEIRO?

Páginas 10, 11 e 13

Brazilian Coffee

Consequências das
mudanças climáticas
Páginas 6 e 7

Entenda o corpo do café
e a pré-infusão
Páginas 14 e 15

Benefícios
do café
Páginas 19 e 20



CRÔNICA

Ações humanas intensificam extremos climáticos



Quem aí já escutou parte desta música: "Pare o mundo que eu quero descer". Foi composta em 1970 por Sílvio Brito, como um desabafo sobre as frustrações e decepções com a sociedade contemporânea; mas o trecho ficou conhecido

após ser satirizado na clássica "Eu também vou reclamar" (1976), de Raul Seixas, que é um retrato ácido e irônico da sociedade e uma crítica à onda de músicas de protesto que se tornaram comerciais, perdendo sua essência contestatória.

Há tempos vivemos em uma sociedade na qual uma parcela significativa tem pouca instrução (educação), é egoísta, corrupta e não se importa com questões ambientais, governamentais e de outros âmbitos. Desde o século 19, as atividades humanas têm sido o principal motor da mudança climática. Como tudo na vida, há muitas exceções, assim como o café. Cada um bebe do jeito que gosta: se é preto e amargo ou equilibrado e doce, servido na xícara ou na caneca ou se é com ou sem açúcar.

Temos presenciado várias mudanças do clima em todo o mundo e que, cada vez mais, vêm se intensificando. Embora isso faça parte da história do planeta desde os primórdios, seus efeitos estão cada vez mais acelerados nos últimos anos. Alguns devem pensar: "Isso está longe da realidade... é coisa de filme". É e mesmo. Os filmes retratam bem o que pode estar por vir num futuro não tão distante. Se não assistiram, recomendo "Waterworld: O Segredo das

Águas" (1995); "Acquaria" (2003); "O Livro do Eli" (2010); "Interestelar" (2014); "Max Max: Estrada da Fúria" (2015); e "Tempestade - Planeta em Fúria" (2017).

O que assusta é que esses desastres naturais estão ocorrendo cada vez mais e em rápida sucessão, gerando novas ameaças e uma característica de encurtamento do período entre um fenômeno e outro. Será que esse caos climático é nosso novo normal? Não podemos aceitar isso. E se não pode ser com conscientização (embora campanhas devam ser sempre propagadas), tem que haver punições severas quando necessário.

Não existem mais estações bem definidas. No inverno sempre faz calor. Aliás, em todos os meses deste ano fez um calor acima do normal. Estudos aprofundados têm fornecido dados alarmantes. Até o final do século, sem medidas agressivas para reverter o quadro, estima-se que o aquecimento global chegue a 2,8°C. Outro relatório do Painel de Mudanças Climáticas da ONU mostra o que poderia acontecer se o aquecimento aumentasse 2°C até 2100: aumento de 170% no risco de inundações; verões sem gelo no Ártico; aumento de 56 cm do nível do mar; seca severa para 410 milhões de residentes urbanos; fortes ondas de calor para 28% da população mundial; perda total dos recifes de coral. Além disso, cada 0,5°C adicional pode causar uma redução significativa no rendimento das culturas agrícolas. Por essas e outras, é preciso reduzir as emissões de gases de efeito estufa e substituir os combustíveis fósseis por outras fontes de energia.

O desafio é imenso. Cuidar dos descuidados e punir os maldosos. Imagine que você seja um produtor de café, vive para cuidar de sua lavoura, sabendo que seu sustento

depende de uma boa safra e muito já foi investido contando com isso. Vem uma pessoa e atea fogo, seja por protesto, por inveja ou por maldade. Pode ser também por burrice (apenas para ganhar tempo e não ter que capinar aquele trecho e o fogo se alastrar além do esperado) ou por um absurdo descuido (jogar uma guimba de cigarro na beira da estrada). Só quem já passou por isso pode descrever a dor e o sentimento do momento. Como foi também quando ocorreram as fortes geadas em 2021.

Hoje é comum nos depararmos com notícias sobre os efeitos da alteração climática, como o derretimento das calotas polares e das geleiras; a escassez de água; os furacões mais fortes; as tempestades mais intensas; e a elevação do nível do mar que causa enchentes assustadoras, como as do Rio Grande do Sul em abril. Ficamos meses sem chuva. Quando ela chegou, em meados de outubro, veio de uma vez, e o que deveria chover em um mês está caindo em poucos dias, causando desastres como deslizamentos de terra ou enchentes repentinas.

Parece clichê dizer isso, mas cuidar da Terra é proteger a si mesmo e a humanidade. Deveríamos cuidar do nosso planeta como cuidamos de nossa casa. Não é agradável quando a arrumamos e recebemos uma visita para tomar um bom café? Abrimos a porta para acolher e oferecer o nosso melhor. Para compartilhar bons momentos, vivências, contar histórias e viver bem o presente. Como tem de ser! Que assim seja!

Fabily Rodrigues
Editor da revista **Café e Motivação**
e Gestor da **Em Foco Mídia**
cafe@emfocomidia.com.br



ANUNCIE AQUI

Destaque o nome da sua empresa nos jornais e revistas da Em Foco Mídia

SEJA PARCEIRO E TENHA GRANDES POSSIBILIDADES DE RETORNO PARA SEU NEGÓCIO



EMFOCOMÍDIA
f Café e Motivação
@cafeemotivacao

☎ (31) 98342-2277 | 99991-0125
✉ cafe@emfocomidia.com.br

www.emfocomidia.com.br | www.cafeemotivacao.com.br

EXPEDIENTE

A revista **Café e Motivação** é uma publicação trimestral da Em Foco Mídia para aqueles que amam café e para as empresas e os profissionais envolvidos com o setor. O objetivo é informar e debater sobre as mais diversas notícias e informações voltadas ao café. A distribuição (8 mil exemplares) é realizada gratuitamente em pontos estratégicos e de grande circulação, como cafeterias, padarias, restaurantes, clubes e os mais variados estabelecimentos do segmento relacionados ao lazer e ao café, além das cidades que visitamos, em feiras e eventos sobre o café. A versão on-line é divulgada via e-mail, newsletter, além das redes sociais, e pode ser acessada em nosso site. Veja também como ser assinante da revista. Enviamos para todo o Brasil.

Direção / Jornalista Responsável

Fabily Rodrigues MG 09127 JP
(redação e edição)

Edição / Revisão

Rodrigo Castelo

Processos / Eventos:

Joseani Vicente

Jornalistas colaboradores:

Alec Coelho e
Paola Patrício

Diagramação e Design

Livia Danielli

Fotos

Equipe Em Foco Mídia
e banco de imagens

Contato / Publicidade

☎ (31) 98342-2277 | 99991-0125

Em Foco Mídia

www.emfocomidia.com.br
www.cafeemotivacao.com.br
✉ cafe@emfocomidia.com.br

Endereço

Rua Luiz Peçanha, 279
Santa Cruz / CEP 31155-030
Belo Horizonte-MG

Informações

Tiragem: 8 mil exemplares
Periodicidade: Trimestral
Impressão: Grafambh

f Café e Motivação

Distribuição gratuita

@cafeemotivacao

Cafés Especiais de Destaque



Ao longo dos últimos meses, recebemos muitos cafés especiais para degustação, divulgação e sorteio em nossas redes sociais. Experimentamos todos, sem exceção, e listamos abaixo alguns dos que mais nos surpreenderam,

aqueles que realmente fizeram diferença em nosso paladar e cujos sensoriais nos agradaram. Muitos tomaram-se parceiros, apoiadores e anunciantes e, por isso, somos muito gratos pela confiança com o nosso trabalho. A maior parte dos

cafés listados neste espaço fez ou fará parte do nosso Clube de Assinaturas de Cafés Especiais. Na próxima edição da revista, listaremos outros. Seja também parceiro da revista *Café e Motivação* e envie seu café para conhecermos!



GRETA COFFEE
Bruna Felix de Chico
Nova Odessa-SP
@greta_coffees



MARITACAS COFFEE
Guilherme Oliveira
Nova Venécia-ES
@maritascascoffee



MINNER COFFEE
Mariana Braga
Maria da Fé-MG
@minner_coffee



ROAST HOUSE COFFEE
Ronaldo Bajerl
São Paulo-SP
@roastcoffeebrasil



CAFÉ BOUCHER
Igor Boucherville
São João del Rei-MG
@cafeboucher



VALIAS CAFÉS ESPECIAIS
Odete Lemos Valias Vargas e Abigail Valias Vargas
São Gonçalo do Sapucaí-MG
@valiascafespeciais



CAFÉ VÔ CILA
Eduardo Almeida da Silva e
Leila Aparecida dos Santos
Carmo de Minas-MG
@cafevocila



Entre em contato e torne-se nosso parceiro:
(31) 98342-2277 ou cafe@emfocomidia.com.br

Você também pode enviar o seu café pelo correio ou entregar pessoalmente em nossa sede:
Rua Luiz Peçanha, 279,
Santa Cruz - Belo Horizonte-MG
CEP 31155-030


**O CAFÉ QUE MAIS FAZ
BARULHO NO BRASIL**



Aprecie essa experiência e presenteie seu paladar com um dos melhores cafés da variedade Canephora do Brasil.

 @maritascascoffee

 (27) 98164-0073

 @guilhermeoliveiracoffee

www.maritascascoffee.com.br





Empresa que abastece carros da F1 é dona de marca de café

A petroleira Gulf, conhecida por abastecer carros de Fórmula 1, também é dona de uma marca de café que usa grãos 100% arábica provenientes de fazendas certificadas pela Rainforest Alliance no Brasil, na Colômbia e em Honduras. A equipe Williams servirá o Reviva Coffee em todas as corridas da Fórmula 1. Ou seja, a bebida estará disponível para a equipe e seus convidados, além de ser oferecida na sede da equipe em Grove, no Reino Unido.

A linha Signature Blend da Reviva destaca-se pelo uso de grãos sul-americanos, oferecendo notas de caramelo, chocolate amargo e amêndoas torradas. Segundo Mike Jones, CEO da Gulf Oil International UK Limited, a escolha por essa matéria-prima visa garantir um produto ético e sustentável. "A Reviva está expandindo a presença da Gulf para o setor de cafés especiais, e estamos

ansiosos para vê-la no cenário mundial da Fórmula 1 por meio da parceria com a Williams", revelou o executivo. A Gulf faz parte do Grupo Hinduja, um dos maiores conglomerados empresariais do mundo, fundado em 1914 e atuante em diversos setores, como automóveis, saúde, finanças e energia.

CAFÉS DO BRASIL NA F1

A marca "Cafés do Brasil" foi estampada no Autódromo de Interlagos durante o Grande Prêmio de Fórmula 1 de São Paulo, realizado no dia 3 de novembro. A ação é a primeira de um plano estratégico para intensificar a divulgação da imagem da produção do café brasileiro a mercados internacionais e a turistas estrangeiros. A Apex Brasil e o Conselho Deliberativo da Política do Café (CDPC) estão à frente da coordenação da iniciativa.



Pilotos da equipe Williams, o argentino Franco Colapinto (à esquerda) e o tailandês radicado na Inglaterra, Alexander Albon (à direita), bebendo o café

Qual é o alimento mais consumido no Brasil ?

Em algum momento você já parou para pensar quais são os alimentos mais consumidos no Brasil? Pelo fato de o café ser uma bebida tão amada pelos brasileiros, além de ser a segunda mais consumida no mundo (perdendo só para a água), será que ele estaria nessa lista? Claro que sim! E está na liderança, seguido pelo feijão, o arroz e outras duas bebidas: sucos e refrigerantes.

O consumo per capita do café ao dia na pesquisa de Análise do Consumo Alimentar Pessoal no país chegou a 163,2 gramas, número próximo ao do feijão, com 142,2 gramas, e ao do arroz, com 131,4 gramas. Os dados são da última pesquisa realizada sobre o tema pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), que fez o levantamento em parceria com o Ministério da Saúde e contou com a análise de consumidores de 10 anos de idade ou mais por sexo, faixa etária, renda familiar mensal e zona de moradia (urbana ou rural).



O feijão e o arroz, combinação frequente no prato dos brasileiros, são mais consumidos nos domicílios dos moradores com menor rendimento familiar. Já as casas com renda maior têm as frutas em primeiro lugar. Os outros alimentos destacados e consumidos com frequência são: carne bovina, hortaliças, cerveja, industrializados, milho, farinha de mandioca, pão e peixes.

Japão desponta na compra de cafés especiais brasileiros



Há quase 25 anos o Japão compra e consome o café brasileiro. No entanto, nos últimos três anos, o país aumentou seu interesse pelos nossos cafés a ponto de se tornar um de seus maiores clientes, figurando entre as cinco nações que mais importam café do Brasil, atrás apenas dos Estados Unidos, da Alemanha, da Itália e da Bélgica.

O principal motivo é que os japoneses passaram a ser grandes especialistas

em cafés especiais, que possuem atributos diferenciados, como altas pontuações em concursos internacionais.

Maior produtor e exportador mundial e com tradição secular no cultivo do produto, o Brasil vem investindo cada vez mais nos grãos especiais. A previsão dos empresários brasileiros deste segmento é de que o mercado japonês importe quase US\$ 50 milhões nos próximos 12 meses.



Torrados pela 1ª Campêa Brasileira de Torra

Desperte seu paladar!

Explore os sabores da Mantiqueira de Minas

Cafés especiais produzidos artesanalmente e com técnicas da cafeicultura regenerativa. Disponíveis in natura e torrado, nas embalagens de 250g, 500g, Lata e Cápsulas.



www.zanellicoffee.com

zanellicoffee



Estado do Espírito Santo reduz alíquota do conilon



Boa notícia para os produtores de conilon do segundo estado que mais produz cafés no Brasil. O Governador capixaba, Renato Casagrande, assinou, no dia 6 de novembro, o Projeto de Lei que reduz a alíquota do Imposto sobre Circulação de Mercadorias e Prestação de Serviços (ICMS) na comercialização de café conilon, de 12% para 7%, mesmo patamar do imposto recolhido para o café arábica. O texto foi encaminhado para apreciação da Assembleia Legislativa do Espírito Santo.

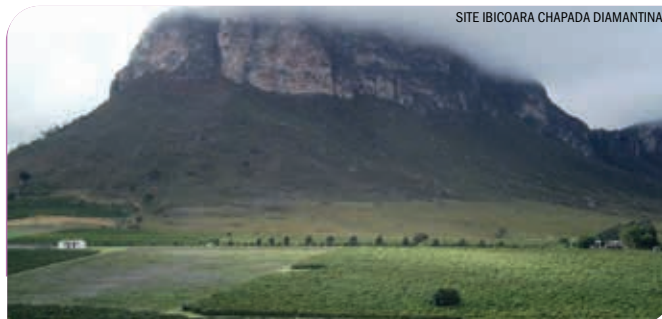
A redução na alíquota incidirá na comercialização do conilon produzido no estado para as regiões Norte, Nordeste ou Centro-Oeste do país, e visa trazer mais competitividade ao setor cafeeiro capixaba. O Espírito Santo é o maior produtor de café conilon do Brasil, responsável por aproximadamente 70% da produção nacional e com aproximadamente 50 mil propriedades dedicadas a essa cultura, de acordo

com a Secretaria de Estado de Agricultura, Abastecimento, Aquicultura e Pesca.

“Queríamos fazer justiça. Vamos ganhar em competitividade, iremos vender mais, gerando mais renda e empregos. Esse setor é muito importante para o nosso desenvolvimento”, disse o Governador Renato Casagrande. “Com a redução dos custos de produção, os cafeicultores capixabas poderão aumentar suas margens de lucro, investindo mais em tecnologia, qualidade e sustentabilidade”, avaliou o Secretário de Estado da Agricultura, Enio Bergoli.

Luiz Carlos Bastianello, Presidente da Cooperativa Agrária dos Cafeicultores de São Gabriel (Cooabriel), maior cooperativa de café conilon do Brasil, declarou que essa equiparação de alíquota do café conilon é uma reparação histórica: “Como produtores, vamos fazer a nossa parte para que a cafeicultura capixaba continue crescendo”.

Chapada Diamantina é a mais nova Denominação de Origem para cafés



O INPI (Instituto Nacional de Propriedade Industrial) reconheceu, no mês de outubro, uma nova Indicação Geográfica (IG) para cafés. Com 24 municípios – entre eles, o já premiado Piauí –, a Chapada Diamantina é a primeira Denominação de Origem (DO) para cafés da Bahia e a sexta de cafés do Brasil.

A obtenção de uma Indicação Geográfica resulta de um trabalho intenso, longo e complexo. O pedido para o reconhecimento da região foi feito em dezembro de 2022 pela Aliança dos Cafeicultores da Chapada Diamantina. Uma Denominação de Origem reconhece e valoriza cafés de qualidade singular, com forte vínculo com seu território. Com a conquista, os cafeicultores da Chapada passam a ganhar um certificado oficial que atesta

a procedência e a autenticidade do produto, o que confere a eles melhores condições de negociação e uma identidade própria nos mercados nacional e internacional.

Entre os fatores naturais e humanos que singularizam o café baiano estão a altitude (acima de 850 metros), a colheita quase 100% manual, a orientação de sol nas encostas das montanhas onde os cafés são cultivados e as técnicas tradicionais de secagem em terreiros. Essas características, por sua vez, resultam combinadas em um perfil quimicamente diferenciado, com altos teores de ácidos orgânicos e clorogênicos, proporcionando uma bebida encorpada, adocicada, com acidez cítrica, notas de nozes e chocolate e final prolongado.

Produção mundial de café deve atingir 176,2 milhões de sacas em 2024-2025



A produção global de café para o período de outubro de 2024 a setembro de 2025 está projetada em 176,2 milhões de sacas, de acordo com estimativas recentes. O Brasil, maior produtor mundial, deve responder por 31% desse volume, seguido pelo Vietnã, com 16,5%, e pela Colômbia, com 7%.

O destaque vai para a produção de cafés arábica, que, se confirmada, deve

alcançar 99,9 milhões de sacas – um crescimento de 4,2% em relação à safra anterior (2023-2024). Já a produção global de canéfora está estimada em 76,4 milhões de sacas, o que representa um aumento de 4% na comparação com o ciclo anterior. Com esses números, o arábica representará cerca de 56,7% da produção mundial, enquanto o canéfora, 43,3%.

No ranking dos maiores produtores, Brasil, Vietnã e Colômbia mantêm sua posição de liderança, sendo responsáveis por 54,5% da safra global prevista.

Os dados foram extraídos do Sumário Executivo do Café de outubro deste ano, divulgado mensalmente pela Secretaria de Política Agrícola (SPA), do Ministério da Agricultura e Pecuária (Mapa). O documento completo pode ser acessado no Observatório do Café, coordenado pela Embrapa Café. A Organização Internacional do Café (OIC) considera o período de outubro a setembro como o ano-cafeeiro.

Brasil marca presença no maior evento mundial do café

Alguns países escandinavos (localizados mais ao norte da Europa) se destacam por serem os maiores consumidores per capita de cafés no mundo: Finlândia (12 kg por ano), seguido por Noruega, Islândia e Dinamarca. E foi justamente na Dinamarca que aconteceu o maior evento mundial do café. Entre os dias 27 e 29 de junho deste ano foi realizado em Copenhague, capital do país, o World of Coffee, um encontro anual que reúne os principais países produtores de café, especialistas, torrefadores, exportadores, importadores e baristas de renome internacional, que competem no Campeonato Mundial de Baristas.

Com uma agenda repleta de atividades, palestras, competições e degustações, o World of Coffee oferece uma plataforma única para troca de conhecimentos, networking e exposição dos melhores cafés do mundo. O Brasil participou ativamente por meio da BSCA (Associação Brasileira de Cafés Especiais) e de outras 13 regiões do país com Indicação Geográfica (IG), além de



ser representado por produtores, profissionais e competidores.

A Ásia foi o grande destaque ganhando a maioria das competições. O Brasil concorreu em três dos quatro campeonatos, mas não chegou nas finais. Mas valeu muito todo o movimento e toda a experiência de Daniel Munari (Coffee in Good Spirits), da Royalty Quality Coffee, de Curitiba (PR); Jota de Paula (Latte Art), do Jardim do Café, em São José dos Campos (SP); e Pedro dos Anjos (torrefação), do Mokado Lab de Cafés, de Brasília (DF).



Mudanças climáticas estão impactando diretamente

Nos últimos anos, os efeitos das mudanças climáticas se tornaram visíveis e cada vez mais extremos, evidenciados por secas prolongadas, inundações devastadoras e ondas de calor intensas. Esse fenômeno não só gera desastres naturais, mas também expõe uma falha global na consciência ambiental, em que a ação humana se revela insuficiente para preservar o planeta. Neste ano, o Brasil presenciou dois eventos climáticos severos que servem como alarmes urgentes para a necessidade de uma nova postura ecológica e política.

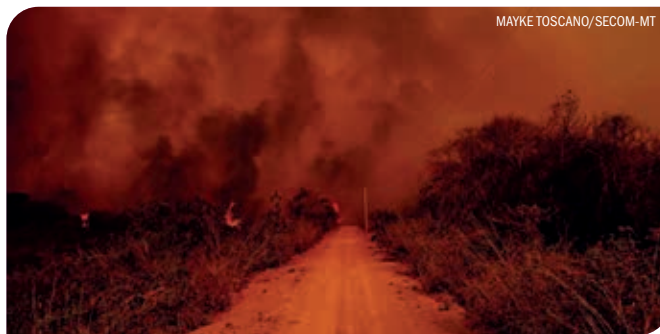
Em maio, o estado do Rio Grande do Sul enfrentou uma das piores enchentes de sua história, resultando em destruição massiva, populações desabrigadas e uma paisagem desoladora. Nos meses seguintes, entre agosto e setembro, o país viu o oposto: secas severas e queimadas que afetaram quase todos os biomas, acompanhadas por temperaturas anormalmente altas ao longo de praticamente todo o ano. Esses eventos sequenciais reforçam a urgência de

estratégias de mitigação para lidar com um cenário climático cada vez mais instável e ameaçador.

Essas mudanças, embora alarmantes, são apenas a superfície de uma crise que traz riscos profundos para a economia, a segurança alimentar e a vida social, sobretudo nas áreas mais vulneráveis. Por isso, governos e sociedade precisam atuar em conjunto, reduzindo emissões de gases de efeito estufa e promovendo adaptações para enfrentar as consequências desse "novo normal" climático.

DESAFIOS DA CAFEICULTURA

O café, um dos produtos mais importantes do agronegócio brasileiro, encontra-se sob ameaça diante dessas mudanças. Com condições climáticas cada vez mais severas e instáveis, a produção no país enfrenta dificuldades que afetam a qualidade e a continuidade da colheita. Secas intensas, veranicos — períodos secos no verão — e chuvas torrenciais prejudicam o desenvolvimento das plantas e exigem que os produtores se adaptem rapidamente.



MAYKE TOSCANO/SECOM-MT

“Tivemos mais de 170 dias sem chuva em algumas regiões cafeeiras. Esse cenário é extremamente prejudicial e impacta diretamente o desenvolvimento das plantas, causando estresse hídrico e até a morte de algumas lavouras”, explica Eduardo Chagas Matavelli, engenheiro agrônomo e consultor da Plataforma Global do Café.

Ele destaca que essas condições adversas vão além das mudanças sazonais, forçando os cafeicultores a adotar novas práticas agrícolas. “Não é preciso ser um climatologista para perceber o impacto das mudanças climáticas na

vida dos cafeicultores. Ora enfrentamos geadas, ora secas intensas, ora chuvas em excesso — tudo isso afeta a dinâmica natural e obriga o produtor a se adaptar”, reforça Eduardo. O especialista sugere alternativas viáveis, como a plantação de variedades tolerantes a pragas e doenças, a utilização de plantas de cobertura para atrair “amigos naturais” das pragas e o manejo do solo para reduzir a temperatura e melhorar sua estrutura.

O meteorologista do Climatempo, Ruibran dos Reis, confirma a presença das alterações climáticas desde a década de 1980, com um crescimento contínuo e

Nossa expertise! Sua Marca, seu Café!

O serviço do **Grupo Jurerê** pode transformar esse sonho em realidade! Nosso objetivo é **tornar sua marca referência em sabor, qualidade e autenticidade**, oferecendo blends exclusivos, produzidos cuidadosamente para entregar um **produto de excelente qualidade**.



Se interessou pelo o que podemos fazer por você?

Entre em contato conosco!

Acesse o Qr Code e faça seu orçamento



cada vez mais extremas e a vida do cafeicultor



MÁRCIO PINTO

alarmante. “Estamos tendo um aumento muito significativo de dióxido de carbono, óxido nítrico e metano, que são os principais gases que influenciam essas alterações, ou seja, são gases responsáveis pelo efeito estufa, e a retenção de calor acaba causando impactos. De várias formas, os cafeicultores são afetados; o calor intenso pode desidratar as plantas facilmente, mesmo durante o outono, a primavera e o início do verão, causando estresse nelas. Neste ano, muitas plantas morreram. Não tivemos estações definidas, como outono e inverno; tivemos praticamente um verão o ano inteiro”, relata.

Ruibran ressalta também o problema da falta de chuvas e das secas que se intensificam: “Muitas regiões cafeeiras ficaram sem chuva por mais de 170 dias. Isso é extremamente prejudicial. Essas secas prolongadas estão se tomando frequentes. Mesmo durante o período chuvoso, pode ocorrer o fenômeno que chamamos de veranico, uma sequência de dias sem chuva, que normalmente acontece em janeiro, quando o grão de café está no período de crescimento e precisa de umidade”. Ele conclui afirmando que o aquecimento global, as queimadas, o estresse hídrico e o déficit de precipitação tendem a aumentar, exigindo o desenvolvimento de novas variedades de café, mais resistentes a temperaturas elevadas.

RESILIÊNCIA NO CULTIVO

Luiz Paulo Dias Pereira Filho, sócio-fundador da Carmo Coffees, acrescenta que o cultivo de café hoje é, mais do que nunca, uma prática de constante aprendizado e resiliência: “A produção de café passa a exigir uma atualização diária, com adaptações constantes. O que torna o café especial são as pessoas que, dia após

dia, dedicam-se ao manejo das lavouras e à inovação para enfrentar o imprevisível. Se fosse fácil, todos estariam nesse projeto”. Esse cenário demanda também um sistema de trabalho adaptável, no qual os processos são constantemente aprimorados e o manejo é adequado para enfrentar as variações extremas do clima.

Para Marco Moraes, professor da UniAcademia em Juiz de Fora, uma das soluções está no desenvolvimento de um sistema de manejo agroflorestal. “Esse assunto é delicado e sem muitas respostas. Todos estão preocupados. Uma coisa é você falar, teoricamente, que haverá mais mudanças climáticas e que o tempo vai cobrar caro pelas interferências do homem; outra é viver a mudança. É preciso trabalhar na precaução, antevendo o problema, mas o que estamos fazendo? Literalmente, apagamos incêndio”, afirma. Ele sugere a utilização de técnicas de agrofloresta, mas ressalta que devem ser evitadas espécies que não são nativas para cada região. “Tudo isso envolve várias pessoas, dentre elas estudiosos buscando

soluções e o produtor, que conhece a realidade do seu local”, conclui.

SUSTENTABILIDADE

Thales Fernandes, secretário de Agricultura, Pecuária e Abastecimento de Minas Gerais, defende que o sucesso do setor cafeeiro depende do investimento em tecnologias e práticas sustentáveis. “Nosso café tem qualidade e é produzido com sustentabilidade. Os números recordes nas exportações e a abertura de grandes mercados, como a China, são provas de que investir em tecnologia, inovações, assistência técnica e equilíbrio com o meio ambiente dá resultados”, declara.

Com o aquecimento global pressionando o setor agrícola, a busca por alternativas sustentáveis e adaptativas se torna essencial para a sobrevivência do café brasileiro no mercado. Enquanto a sociedade e os cafeicultores se preparam para enfrentar um futuro incerto, a paixão pela qualidade e o cuidado no cultivo mantêm-se como a força motriz da produção de cafés especiais no Brasil.

RURALMAC
ROASTERS

WWW.RURALMAC.COM.BR

RURAL_MAC

(33) 9 9926 0698

PARA OS EXIGENTES

PRECISÃO E TECNOLOGIA QUE TRANSFORMAM O BOM EM EXTRAORDINÁRIO

CAFÉ CANINDÉ

2º LUGAR

@caninderobusta

cafecaninde@gmail.com

Sac: (69) 98427-1708

ROBUSTAS AMAZÔNICOS



O café é uma das bebidas mais consumidas no mundo! E o Grupo Utam tem uma linha de produtos que atende a todos os paladares.

Há mais de 55 anos, o Grupo Utam possui uma linha completa de produtos para atender a todos os paladares. São grãos especiais, torrados e moídos, cappuccinos e espressos em cápsulas para você viver uma experiência completa. E agora, também conta com o lançamento da linha Utam Multi, multi bebidas para as suas multi versões de estilo. Sabor e praticidade para você ter mais tempo para o que gostoso na vida!



Trago muitas memórias afetivas da infância e lembro que adorava quando minha avó coava café. Tanto é que, ainda hoje, ao tomar café da manhã com meus filhos, muitas das vezes, tomo o cafezinho coado na garrafa.

Andressa
Suita



Grupo
utam



Vandola: a arte do café em peça exclusiva

Em nossas edições anteriores, falamos sobre os principais métodos de extração de cafés utilizados pelos brasileiros. Chegou a vez da Vandola, que, apesar de ter suas origens na Costa Rica, é um método produzido a mão por uma ceramista de Belo Horizonte.

Para chegar ao modelo brasileiro, passamos por um estudo meticuloso para acertar as medidas e as elevações e obter um café coado aprovado pelos mais exigentes baristas e profissionais do segmento. Por isso, foram realizadas muitas pesquisas e testes no Atelier Zora Paiva até chegar a um resultado que otimizasse a qualidade da bebida.

Desenvolvida pela ceramista Zora Paiva, essa obra de arte vem obtendo aceitação positiva, inclusive nos eventos de Degustação de Cafés Especiais do *Café e Motivação*. As pessoas ficam curiosas e admiradas. “A Vandola Zora Paiva foi pensada, estudada e medida para chegar a um modelo e uma proporção específica. Em nenhum momento foi feita uma cópia do que já se usou na Costa Rica. É um modelo diferente e adaptado para nossos cafés. Uma outra ideia que tivemos foi que o método se aproximasse e lembrasse os tradicionais bules das avós, reforçando a tradição mineira e seu charme”, explica Zora Paiva.

DIFERENCIAIS

Mas o que faz o método Vandola extrair um bom e equilibrado café? Um dos principais segredos são as elevações internas, cuidadosamente projetadas para garantir que o filtro de papel não fique em contato direto com as paredes do equipamento. Essas elevações desempenham um papel crucial ao criar um espaço entre o filtro e a cerâmica, permitindo que a água passe pelo pó de café na velocidade ideal. Isso assegura uma extração uniforme e equilibrada, resultando em um café bastante doce e saboroso.

O barista Cristiano Moreira ajudou no desenvolvimento do atual protótipo da Vandola em um processo que envolveu diversas etapas de experimentação e

ajuste, considerando fatores como o fluxo de água, a temperatura e a interação entre o material cerâmico e o café.

“O que acho legal na Vandola é que, além de você ter um coador de café, tem também um objeto histórico, uma parte da história da América. A extração consiste em aumentar o fluxo na passagem da água no café, diferente das tradicionais, em que o filtro cola totalmente nas paredes do objeto. Neste, fizemos sulcos internos em sua base, que melhoram a extração. O fato de ser de cerâmica mantém o aquecimento durante e depois da extração”, avalia Cristiano. A mesma água usada para esquentar o filtro já aquece o equipamento antes de iniciar a extração.

ANÁLISE

Para o barista Gabriel Guimarães, da Unique Cafés, o método combina simplicidade e sabor, proporcionando uma extração que destaca a doçura e a acidez dos grãos. “O formato lembra um pouco o da Chemex, e sua singularidade vem da tradição e do uso de filtros de pano, muito comuns na Costa Rica. O design da Vandola permite que os óleos e sabores naturais do café se destaquem, resultando em uma bebida com uma textura rica e um sabor cheio”, observa.

Ele completa dizendo que a tradição é valiosa, mas inovações também são bem-vindas: “A Vandola que recebi da artesã Zora Paiva se destaca por apresentar frisos



ARQUIVO PESSOAL

que facilitam a percolação e uma pequena válvula (um furo discreto), que alivia a pressão interna. Isso resulta em uma extração mais fluida e controlada. Além disso, esse modelo pode ser usado com filtros de papel, como os da V60 e Chemex, tornando o processo mais prático e acessível. O resultado é um café incrível, que vale cada esforço”.

Detalhes muito importantes: feita de materiais naturais, como a cerâmica, a Vandola é uma opção ecológica, destacando-se pela produção artesanal. Cada unidade é feita à mão, o que faz com que cada equipamento seja único e exclusivo para quem o adquire, o que aumenta ainda mais o seu charme especial. Como destacou Gabriel Guimarães, “cada xícara serve como um abraço caloroso do café”. Usar a Vandola é como voltar no tempo e apreciar um café com uma conexão mais íntima ao processo. **Mais informações:** (31) 98697-5959 ou @vandolazorapaiva



BARISTA

FAZENDA DOS

TACHOS

DESDE 1780

SPECIALTY COFFEE
SINGLE ORIGIN

Há 15 anos produzindo
cafés especiais

Grãos selecionados de raro sabor
Varginha-MG

(35) 99989-0303
@fazendadostachos
www.fazendadostachos.com.br

EMFOCADA

**A LOJA
PARA QUEM
AMA CAFÉ!**

**CAFÉS ESPECIAIS
MÉTODOS DE EXTRAÇÃO
KITS, CANECAS, QUADROS,
LIVROS E MUITO MAIS!**

(31) **98342-2277**

@cafeemotivacao

www.cafeemotivacao.com.br/loja

Desafios diversificados para sustentar a ex

O Brasil é mundialmente reconhecido como um dos maiores produtores e exportadores de café, um legado que atravessa séculos e evolui a cada nova safra. Desde as primeiras plantações no século XVIII até o status de líder mundial, o país consolidou uma expertise incomparável, responsável por abastecer as mais diversas xícaras ao redor do planeta. No entanto, a indústria cafeeira brasileira não é mais a mesma. De olho nas novas demandas do mercado, que vão desde práticas mais sustentáveis até o crescente interesse pelos cafés de especialidade, os produtores brasileiros se adaptaram, modernizaram suas técnicas e passaram a investir em grãos de alta qualidade. Além de adotarem práticas de cultivo que respeitam o meio ambiente e valorizam o produto nacional. Hoje, o Brasil atravessa uma fase de transição importante, buscando equilibrar sua posição de gigante produtor em larga escala com o desejo de se destacar entre os melhores cafés de qualidade. Em meio a esse cenário, em que questões como mudanças climáticas, inovação tecnológica e sustentabilidade têm grande peso, uma nova era para o café brasileiro começa a aparecer. Esse panorama nos convida a refletir: para onde caminha o café brasileiro diante de todo esse cenário? Como o país, com suas vastas plantações e pequenos produtores, molda o futuro de uma bebida que é símbolo de nossa cultura e um dos nossos principais produtos de exportação?

Para a Presidente da BSCA (Associação Brasileira de Cafés Especiais), Carmem Lúcia Chaves de Brito, conhecida por todos como Ucha, a cafeicultura no Brasil vive um momento singular. "Vem acontecendo uma mobilização do setor produtivo. Primeiro de conexão e integração. Toda a cadeia se unindo em prol da cafeicultura brasileira. Também temos a inovação e a tecnologia a nosso favor, o que faz com que busquemos uma forma de sermos ainda



ARQUIVO FAZENDA SANTIAGO

mais eficientes, com muita consciência ambiental, social e econômica", afirma.

MERCADO

Nos últimos anos, o mercado de café brasileiro passou por transformações notáveis. Tradicionalmente conhecido por sua produção em larga escala, o Brasil começou a priorizar também a qualidade, de olho em um mercado global cada vez mais exigente. Cafés especiais e microlotes se destacam, com produtores investindo em processos de colheita seletiva, fermentação controlada e métodos de torra que valorizam as particularidades de cada região. Esse movimento atrai um novo perfil de consumidor, mais consciente e disposto a pagar por grãos de alto padrão. Assim, marcas nacionais de cafés especiais cresceram, consolidando o Brasil não apenas como grande produtor, mas também como referência em qualidade.

"O mercado interno de café mudou muito nesses últimos 30 anos e a produção também. Sendo assim, acredito que cada vez mais vamos segmentar o mercado, buscar novos cultivares, novos processos, novas formas de oferecer esse café para o consumidor. Este por sua vez está disposto a conhecer e quer a diversidade. Ele não quer apenas uma cafeteria, uma marca, um método, mas sim

experimentar o que há de diferente", avalia Sérgio Parreiras Pereira, pesquisador do IAC Campinas (Instituto Agrônomico) e mediador da Rede Social do Café.

Outro ponto relevante foi a adoção de práticas mais sustentáveis, impulsionadas tanto pela demanda internacional quanto por questões ambientais. Desde a certificação de fazendas até o investimento em tecnologias para reduzir o uso de água e produtos químicos, a sustentabilidade tornou-se uma marca importante da nova era do café brasileiro. Essa adaptação não só agrega valor ao produto, como também reforça o compromisso do setor com práticas ecológicas que respeitam o meio ambiente e garantem as melhores condições de trabalho para as comunidades produtoras.

OTIMISMO E PREOCUPAÇÃO

Para Silvio Leite, mestre em classificação e degustação de café, e também produtor e exportador, o Brasil tem capacidade de suprir o mundo com a bebida por uma série de fatores. Mas a grande pergunta é: isso é possível? "Sim, desde que valha a pena economicamente, pois o café demanda muita mão de obra, que está cada vez mais escassa. Consequentemente, haverá mais mecanização e os preços de venda

deverão valer a pena. Se o mercado não oferecer retorno financeiro, novas plantações estarão mais voltadas para outras culturas menos dispendiosas, laborosas e com menos volume de mão de obra. Mas estou otimista em relação ao futuro dos cafés especiais, pois está havendo maior reconhecimento com a descoberta contínua de mais produtores com grãos de qualidade nos diferentes territórios do Brasil", avalia.

O Diretor da Espresso&CO, co-founder da Café Editora e um dos organizadores da SIC e do São Paulo Coffee Festival, Caio Alonso Fontes, reforça dizendo que o Brasil vem assumindo uma liderança que sempre foi dele, mas que tudo isso gera grandes responsabilidades: "O país tem o papel de ser muito parceiro, principalmente dos países produtores, nessa continuidade e no desenvolvimento sustentável da produção e na adoção de melhores práticas. Temos que ajudar todos a crescerem e não ser aquele líder que vira as costas. O Brasil tem uma capacidade absurda de produzir conhecimento e tecnologia no agro, e nos cafés ainda mais, com uma vasta área de produção que nos dá realidades diferentes e nos torna criativos para assumirmos esse papel".

Já Edgard Bressani, exportador, Q-grader, cafeólogo e autor do livro "Guia do Barista - Da Origem do Café ao Espresso Perfeito", demonstra preocupação. "O futuro do café no Brasil enfrenta desafios significativos para atender ao crescimento da demanda. "Em meu livro coloquei esta frase: 'Se crescermos 2% ao ano, precisaremos ter dobrado a produção mundial até 2050'. Hoje produzimos ao redor de 170 milhões de sacas, mas não basta produzir. Esta linha de crescimento precisa caminhar junto com a linha de qualidade, caso contrário haverá uma disputa por cafés melhores. Todos os novos negócios que visito estão buscando cafés de qualidade, sem exceção", pondera.

O MÉTODO DE EXTRAÇÃO QUE
VEM ENCANTANDO O BRASIL

A MAIS PURA ARTE NO PREPARO DO CAFÉ

31 98697-5959 | @VANDOLAZORAPAIVA | @ATELIERZORAPAIVA | BELO HORIZONTE-MG



ZORAPAIVA

Excelência e a hegemonia do café brasileiro

CONSUMO

Nos últimos anos, o consumo de café no Brasil tem mostrado um crescimento constante e resiliente, com o país mantendo-se como o segundo maior consumidor mundial da bebida, mas praticamente junto dos Estados Unidos. O brasileiro, tradicionalmente fiel ao café como parte do seu dia a dia, vem experimentando uma diversificação no modo de consumo, impulsionada pela ascensão de cafeterias, cafés especiais e novas formas de preparo. Esse interesse crescente por produtos de maior qualidade e técnicas diferenciadas reflete um consumidor mais informado e exigente, que valoriza a experiência e o sabor tanto quanto o hábito cultural da bebida.

Globalmente, o café também tem experimentado uma expansão notável, especialmente em mercados emergentes. Na Ásia, por exemplo, países como China, Japão e Coreia do Sul, antes das mais esperadas ocasiões ao consumo de chá, têm adotado o café como parte do cotidiano, especialmente



GUILHERME OLIVEIRA

entre as gerações mais jovens e urbanas. Esse novo cenário tem impactado diretamente o mercado de exportação, beneficiando grandes produtores como o Brasil. Já nos Estados Unidos e na Europa, regiões de consumo consolidadas, o crescimento se reflete no aumento do interesse por cafés de alta qualidade e sustentáveis.

PRODUTIVIDADE PARA O FUTURO

A produtividade do café no Brasil passa por avanços nos últimos anos, sustentada por investimentos em tecnologia e práticas agrícolas modernas. O país aposta em melhorias genéticas dos cafeeiros e em técnicas de manejo que aumentam a resistência das plantas às políticas e às mudanças climáticas.

Esses fatores possibilitaram não apenas um aumento na quantidade de café, como também uma maior uniformidade e qualidade dos grãos, o que eleva a competitividade do café brasileiro nos mercados internacionais.

“Temos que persistir para seguir em frente e fazer melhor. Este é o Brasil que precisamos mostrar para o mundo. Tem muita gente com receio de o Brasil estar sozinho nesse mercado do café, pois os outros países não conseguirão acompanhar. Contudo, queremos dizer que somos muito bons, sim, mas também somos parceiros. Portanto, eles podem confiar naquilo que o Brasil vai apresentar”, afirma Vanúzia Nogueira, Diretora-Executiva da Organização Internacional do Café (OIC).

As perspectivas para o futuro da produtividade cafeeira no Brasil são promissoras, e igualmente desafiadoras, e vão exigir muitas adequações. Em longo prazo, espera-se que a indústria cafeeira brasileira se torne mais diversificada, com uma produção orientada tanto pela quantidade quanto pela qualidade e sustentabilidade, garantindo a relevância do Brasil como líder mundial no setor.

KOAR um jeito brasileiro de coar café



O Koar de Cerâmica é um método de extração de café desenvolvido no Brasil, produzido em cerâmica vitrificada. Cada peça é feita artesanalmente e passa por um processo de queima a altas temperaturas, resultando em um acabamento vitrificado e resistente. O design inclui 16 sulcos oblíquos que ajudam na extração do café, proporcionando uma bebida mais encorpada e com agradável acidez.

Quanto aos cinco anos da KOAR CAFÉ DO BRASIL, celebrar essa data é um marco importante. Reflete conquistas, desafios superados e crescimento contínuo. É uma oportunidade para agradecer clientes, colaboradores e parceiros que contribuíram para o sucesso da empresa. Comemorar cinco anos é celebrar a força coletiva e o compromisso com a qualidade e inovação.

 81 98408.2777  koar_cafe

O Café que conta uma história de Tradição e Sabor

A arte de cultivar
O MELHOR CAFÉ
com amor e dedicação
DESDE 1920



(16) 99958-9400
@cafeanancias
cafeanancias.com.br



CAFÉ ANANIAS
ORIGEM CONTROLADA

Profissionais revelam medidas para intensificar o mercado e o marketing do café no Brasil



“Temos que persistir e fazer o melhor. Somos bons no que diz respeito ao café, mas também somos parceiros, e o mercado internacional pode confiar no que o Brasil vai apresentar. Os mais jovens estão muito antenados com inovação e tecnologia e precisamos disso não apenas no café, mas para toda a produção de alimentos para o mundo, e isso se faz com todas essas cabeças pensantes juntas.”
Vanúzia Nogueira, Diretora Executiva da Organização Internacional do Café (OIC)



“O Brasil tem muito a entregar em termos de nuances sensoriais, diversidade, pluralidade, consistência, sabores diversos. Temos quantidade, qualidade, consistência, sustentabilidade. O mundo vai entender que o Brasil é parceiro e vai dar a mão. Porém, vai chegar sendo o Brasil que ele é com toda a vocação desse agro nosso que é potente, pujante, inovador, inteligente.”
Carmem Lúcia C. de Brito (Ucha), Presidente da BSCA



“O Brasil produz quase 40% de todo café do mundo, representa 16% do comércio global do produto enquanto *commodity*, mas fica com menos de 3% do faturamento total, considerando o consumo dentro e fora do lar. Estão demonstrados os desafios que o país tem como determinante na produção. Nossas lavouras seguem preparadas, atendendo a todas as novas regulamentações da EUDR, e a indústria começa a encontrar caminhos para a exportação.”
Pavel Cardoso, Presidente da Associação Brasileira da Indústria de Café (ABIC)



“Minha visão é positiva e bastante otimista. A cultura do café é promissora, e o mundo caminha de forma inteligente para aprender mais sobre esse meio. Que a BSCA continue desempenhando essa atividade de liderança e apresentação dos cafés especiais para o Brasil e o mundo para que tenhamos cada vez mais reconhecimento e valorização do nosso produto.”
Silvio Leite, Exportador e mestre em classificação e degustação de café



“Somos reconhecidos em todo mundo como um país produtor de cafés de altíssima qualidade. Produzimos bem, temos mecanismos, mas precisamos melhorar o nosso marketing e ter mais orgulho do que produzimos. E ter coragem de ‘pedir preço’, mostrar que nosso café tem que ser bem remunerado. Temos que ter em mente aonde queremos chegar para obter ainda mais reconhecimento e valorização.”
Luiz Paulo Dias Pereira Filho, Co-fundador da Carmo Coffees



“O Brasil tem uma imensa capacidade de produzir conhecimento e tecnologia no segmento de cafés de qualidade, e temos que atuar e conduzir essa liderança de uma maneira aberta e inclusiva para que o mundo não tenha receio de uma centralização. O consumidor tem que ser conquistado e educado. Existe um mercado cada vez mais organizado para gerar experiências.”
Caio Alonso Fontes, Co-founder da Café Editora e um dos organizadores da Semana Internacional do Café



“Se crescermos 2% ao ano, precisaremos ter dobrado a produção mundial até 2050 para atender à demanda que está por vir. Hoje produzimos cerca de 170 milhões de sacas, mas não basta produzir. Essa linha de crescimento precisar caminhar junto com a de qualidade, caso contrário haverá uma disputa por cafés melhores. Todos os novos negócios que visito estão buscando cafés de qualidade.”
Edgard Bressani, Exportador, Q-grader e cafeólogo



“Cada vez mais vamos segmentar o mercado, buscar novos cultivares, novos processos, novas formas de oferecer esse café para o consumidor. Este por sua vez está disposto a conhecer e quer a diversidade. Cada um de nós que fala sobre produção e consumo precisa informar o consumidor e fazer com que ele, cada vez mais, queira beber bons cafés.”
Sérgio Parreiras Pereira, Pesquisador do IAC (Instituto Agrônomico) Campinas e mediador da Rede Social do Café



“O futuro do consumo de cafés no mundo está cada vez mais promissor. O Brasil já é gigante, mas com mais foco na qualidade e intensificando a divulgação e a propaganda do nosso café, podemos conquistar ainda mais espaço no cenário mundial, especialmente em mercados emergentes como a China, onde o café vem ganhando espaço. Além disso, o mercado interno brasileiro tem se transformado de forma impressionante.”
Alberto Martins, Produtor e torrefador



“O café brasileiro tem um futuro muito promissor, pois existe um crescimento global da demanda, em especial nos países asiáticos, e somos nós que supriremos esse mercado. Superaremos os desafios climáticos com as práticas regenerativas e novas variedades que nos trarão maior resiliência. Nosso desafio está muito mais em evoluir o nosso marketing, e estamos trabalhando para isso.”
Juliano Tarabal, Diretor Executivo da Federação dos Cafeicultores do Cerrado Mineiro

REVISTA CAFÉ E MOTIVAÇÃO

Um novo brinde a cada edição

☎ (31) 98342-2277 ☎ (31) 99991-0125

Faça sua assinatura por apenas

R\$ 115,00

VALOR ÚNICO

4 edições
4 cafés e 4 mimos (uma por trimestre)

ACESSE:
www.cafeemotivacao.com.br/assinatura





Desvendando o corpo do café

O corpo do café é um dos aspectos mais intrigantes e complexos de se entender na degustação. Trata-se da sensação tátil que a bebida gera na boca, como se fosse o "peso" do líquido sobre a língua, devido à presença de alguns colóides e açúcares em sua composição. Essa característica é mais facilmente percebida quando se compara o café a outras bebidas: enquanto a água tem uma sensação leve, quase sem corpo, o leite integral ou o iogurte oferecem uma experiência mais densa e avulhada. No mundo do café, essa mesma variação acontece, e ela é fortemente influenciada por fatores como o método de torra, o processo pós-colheita e o tipo de grão.

A barista e mestre de torra, Amanda Ramos, explica que a sensação de peso é dada pela presença de sólidos solúveis e óleos naturais, resultantes do processo de extração: "Por exemplo, um café preparado em uma prensa francesa tende a ser mais encorpado e cheio devido à presença de óleos essenciais que não são filtrados, enquanto o preparo em métodos como o V60, com filtro de papel, retém esses óleos, resultando em um corpo mais leve".

Para realmente perceber o corpo, o protocolo da Specialty Coffee Association (SCA) recomenda experimentar a bebida a



cerca de 70° C, mais ou menos de oito a 10 minutos após a infusão, para capturar melhor essa característica. Em seguida, a dica é pressionar a bebida, com a língua, contra o palato. Isso ajuda a identificar o teor de peso e entender se ele é mais leve, semelhante à água, ou mais denso, como a textura de um iogurte. Esses atributos são avaliados aspirando o café para o interior da boca de modo que cubra a maior área possível, especialmente da língua e do palato superior.

Como descreve o produtor e torrefador, Alberto Martins, essa avaliação pode se tornar uma experiência pessoal e prazerosa. Ele sugere aos entusiastas que experimentem dar uma nota ao corpo de cada café que consomem, numerando de 0 a 5, criando um registro que, com o tempo, ajuda a reconhecer e apreciar os diferentes

níveis de corpo na bebida. "O importante é captar a essência do corpo do café e, acima de tudo, descobrir qual estilo mais agrada ao paladar de cada um. Além do exemplo de comparar água e iogurte, tem também diferenças entre o leite integral (mais rico e encorpado) e o desnatado (mais leve) e tem diferença também de peso na boca de um café tradicional e um especial. São experiências e sensações bem distintas", orienta.

INFLUÊNCIAS DA TORRA E DO PROCESSAMENTO

A torra é um dos fatores determinantes do corpo do café. Quando o grão verde passa por esse processo, compostos como galactomananas e arabinogalactanas sofrem reações químicas

(despolimerização, desramificação, desidratação, isomerização e polimerização) que alteram sua estrutura, impactando diretamente a densidade da bebida. Curiosamente, a intensidade do corpo segue uma curva que atinge o pico na torra média e diminui com torras claras e escuras. Uma torra média, segundo Amanda, é ideal para preservar um equilíbrio entre leveza e viscosidade, enquanto as mais escuras, embora possam ser densas, tendem a suavizar o corpo geral do café.

Além da torra, o processo pós-colheita também influencia o corpo. Grãos que passam pelo processo natural, em que secam com a casca, geram uma bebida mais encorpada, devido à concentração de açúcares e óleos na superfície do grão. Já os cafés lavados, que passam por um processo de limpeza, tendem a resultar em uma bebida mais leve e suave.

Para realmente apreciar um café, é importante entender e valorizar essas nuances. Alberto afirma que o corpo deve ser uma descoberta pessoal: "É o caminho que leva cada consumidor a encontrar o estilo de café que mais combina com seu gosto". Afinal, o corpo é o que confere ao café a capacidade de preencher a boca de maneira única.



STRATTO® LAB

O TORRADOR 100% BRASILEIRO,
COMPACTO E COM BAIXO
CONSUMO DE ENERGIA,
DESENVOLVIDO POR QUEM
SABE FAZER TORRADORES
REALMENTE EXCEPCIONAIS.

Torrador ideal para amostras de café, com software de torra incorporado para modular potência, fluxo de ar e rotação do cilindro, compatível com Artisan e Cropster.



www.carmomaq.com.br

(19) 3651 6500

@carmomaq



CARMOMAQ
Exceptional Roasters

Compromisso com a Qualidade!

Importância da pré-infusão no preparo do café

Para começar, é importante falar-mos da extração, maneira dominante de preparo de café, que significa remover substâncias ou componentes de uma matriz, seja ela sólida, líquida ou gasosa. Esse procedimento é realizado por meio de técnicas específicas, que separam e purificam os compostos desejados. Lembrando, antes de mais nada, que o cafezinho que você bebe é composto 98% por água.

No momento de iniciar a extração, a pré-infusão tem importância vital para se obter uma xícara rica em nuances e potência. A grande maioria dos brasileiros não se atentam a isso para fazer seu café. Com a chegada dos cafés de especialidade e dos mais diversos métodos de preparo, técnicas foram aprimoradas, justamente para extrair as melhores propriedades dos compostos do café. E também para mostrar que há uma maneira melhor do que jogar a água rapidamente toda de uma vez num coador de pano ou num método clássico da Melitta.

Então, vamos lá! Pré-infusão nada mais é do que a primeira jogada de água quente, o processo de saturar o café moído e umedecer todas as partículas que se quebram e absorvem a água como uma esponja, desencadeando uma série de reações que resultam no sabor e no aroma que amamos. No momento em que o café se hidrata, o pó incha, libera suas substâncias e se livra do dióxido de carbono, que cria o blooming (pequenas bolhas de ar), um processo bonito de se ver e que mostra claramente – e poeticamente falando – o café respirando. Quanto mais novo, mais liberação de gás e mais bolhas.

Caso não seja feita a pré-infusão, podem ser formados grumos ou “pelotas” de pó ainda secos, fazendo com que a água que é despejada em seguida não faça a extração nas mesmas condições em todo o sistema.

A barista, mestre de torra e especialista em cafés especiais, Amanda Ramos, explica como é feito e reforça a importância da pré-infusão, por ser uma técnica que prepara a extração do que há de melhor no café. “A água é um solvente natural, e em contato com o grão moído desprende as primeiras notas aromáticas, o famoso cheirinho de café recém-passado. Para fazer a pré-infusão, é necessário derramar, uniformemente, cerca de 60 ml de água para cobrir todo o pó. Isso funciona como um comando de ativação ao café, extraindo o que há de essencial e quando se cai a



primeira nota de acidez responsável pelo sabor”, acrescenta.

BENEFÍCIOS

Por ser o prelúdio que determina o poder das demais ações, a pré-infusão tem o poder de intensificar o sabor, é o ponto inicial para “encorpar” o café, cria uma extração homogênea e nela se tiram as primeiras notas sensoriais do café. “Uma pré-infusão leva 30 segundos para elaborar todo o contexto do que vem a seguir, no caso mais dois ou três ‘ataques’ (jogadas de água) que vão determinar doçura e corpo para ser finalizado com equilíbrio e agradabilidade”, completa Amanda.

INFUSÃO

E a infusão? O que é? Está relacionada ou é sinônimo de chá? Nada disso. Digamos que todo chá é uma infusão, mas nem toda infusão é apenas de chá. Infusão é quando alguma substância (folhas, sementes, cascas, pó) fica por algum tempo em contato com um líquido (que não precisa necessariamente ser quente) para extrair propriedades dela. No caso do café, a infusão é quando o pó fica em suspensão na água quente. As infusões podem ser curtas ou longas, dependendo de quanto das características sensoriais se quer obter para a preparação da bebida.

A própria descoberta do café como bebida aconteceu, por acaso, pela técnica da infusão. Se você não conhece a história completa do café no mundo, leia a 12ª edição da revista *Café e Motivação*.

que, apesar do nome bonito, nada mais é do que a perda do potencial de extração da água que está em contato com o chá (no nosso exemplo). No café em infusão isso também acontece. Por isso é importante mexer o café no início e na metade do seu tempo de extração, já que no início da infusão ele tende a subir (a depender do frescor da torra, claro) e ficar em contato apenas com a água que está na parte superior do recipiente. Com o tempo, essa água de cima perde poder de extrair os sabores e a água de baixo, que mal encostou no café, foi mal aproveitada. Mexer na metade do tempo ajuda o café a ter contato com essa água de baixo e ser melhor extraído, resultando em uma bebida mais homogênea e equilibrada na sua xícara”.

Quando você tem cafés de qualidade e investe em métodos de preparo que trabalham melhor com toda a extração por diversas características do equipamento, acaba criando rituais em casa. E a pré-infusão faz parte desse agradável ritual em busca de uma xícara aromática, encorpada e equilibrada, cheia da doçura natural do fruto café.

O barista e produtor de conteúdo digital, Gabriel Barros, faz uma alusão ao chá e dá a seguinte dica: “Já parou pra pensar por que as pessoas ficam balançando o sachê do chá na xícara? Isso é necessário por conta de um fenômeno chamado ‘gradiente de concentração’,

Greta Coffees
Cafés Especiais

Experiência Sensorial em Cada Gole

> Acesse Já <

Aproveite 15% de desconto na sua primeira compra com o cupom: WELCOME

Transforme seu café em um ritual único e sofisticado. A Greta traz a você cafés especiais que despertam os sentidos e elevam o seu momento.

Site: gretacoffees.com.br | Instagram: @greta_coffees

“Oscar” do café premia grãos 90+

O Cup of Excellence (CoE), que ocorre há 25 anos em vários países, é considerado, se não o principal, um dos principais concursos de qualidade para cafés especiais no Brasil e no mundo. É realizado, no Brasil, pela BSCA (Associação Brasileira de Cafés Especiais) em parceria com a Agência Brasileira de Promoção de Exportações e Investimentos (ApexBrasil) e a Alliance for Coffee Excellence (ACE).

Na edição deste ano, que recebeu mais de 700 amostras, os produtores de Minas Gerais dominaram as primeiras colocações com cafés surpreendentes. Foram dois do Cerrado e um da Mantiqueira. Entre os cinco melhores das três categorias, apenas dois não são mineiros.

No total, 13 cafés receberam o título de “Presidencial”, ou seja, tiveram

pontuação acima de 90 pontos. O café mais bem classificado foi o de Marcelo Assis Nogueira, da empresa Bioma Caffé, de Campos Altos (Cerrado), na categoria Experimental, que alcançou – nada mais nada menos – 93,23 pontos na escala SCA. Essa categoria estreou no ano passado para avaliar cafés que passaram por algum processo de fermentação induzida, com ou sem adição de leveduras comerciais

O campeão da categoria Via Seca, ou natural, em que o café recém-colhido (que pode ser lavado ou não) é totalmente seco com casca em terceiro ou secador, com 92,32 pontos, foi Ronaldo da Silva, do Sítio Santa Luzia, do município de Cristina, na Mantiqueira de Minas.

Já na categoria Via Úmida, com pontuação de 91,93, o grande vencedor



Café produzido na M&F Coffee (Campos Altos-MG), pela Bioma Café, foi o campeão com a maior pontuação: 93,14 pontos.

foi Vitor Marcelo Queiroz Barbosa, da Fazenda Sobro e Bonito de Cima, de Coromandel, também no Cerrado Mineiro. Participam dessa categoria cafés cerejas descascados ou despolidos e desmucilados.

QUALIDADE E LEILÃO

O resultado foi divulgado no dia 2 de novembro em Franca, no interior paulista. Para chegar a esses resultados houve uma degustação às cegas no dia anterior, por 25 provadores de 11 países, liderados pelo mexicano Jesus Alvares.

Dionathan de Almeida, campeão mundial da Cup Taster – maior competição de provadores de café do mundo, que aconteceu em abril deste ano –, se surpreendeu com os resultados. “Tivemos excelentes cafés no ano passado e neste a qualidade impressionou ainda mais, o que mostra que os produtores brasileiros estão melhorando os processamentos e buscando novas variedades e conhecimentos”, avaliou.

Os oito melhores cafés da categoria Experimental e os 10 da Via Seca e da Via Úmida serão leiloados no dia 10 de dezembro.

CATEGORIA ESPECIAL

NOTA	PRODUTOR	FAZENDA	CIDADE/REGIÃO
93,14	Bioma Café	M&F Coffee	Campos Altos/Cerrado Mineiro
91,00	Carmem P. Meirelles	Santa Rita do Xicão	São Gonçalo do Sapucaí/Mantiqueira
90,5	Fabiano Ferreira da Silva	Queixadas	Campos Altos/Cerrado

CATEGORIA VIA SECA

NOTA	PRODUTOR	FAZENDA	CIDADE/REGIÃO
92,32	Ronaldo da Silva	Sítio Santa Luzia	Cristina/Mantiqueira
91,89	Fazenda Sertãozinho	Rainha	São Sebastião da Gramma/Região Vulcânica
91,57	Ipanema Agrícola	Rio Verde	Conceição do Rio Verde/Mantiqueira

CATEGORIA VIA ÚMIDA

NOTA	PRODUTOR	FAZENDA	CIDADE/REGIÃO
91,93	Vitor Marcelo Barbosa	Sobro e Bonito de Cima	Coromandel/Cerrado
90,89	Flávio Ferreira da Silva	Olhos D'Água	Campos Altos/Cerrado
90,21	Erclei José de Oliveira	Sítio Pedro Varinha	Manhuaçu/Matas de Minas



ORIGINAL BRAZILIAN COFFEE

Marca de café especial arábica “Made in Brazil” direto do produtor de café da Alta Mogiana/SP

Instagram: @cafe_abc | Telefone: (11) 9 4294-6225

EMPRESA



FRETE GRÁTIS



www.cafeemotivacao.com.br/clube

UM BOX REPLETO DE SABOR E AROMAS PARA VOCÊ!

Clube de Assinatura de cafés especiais

ASSINE HOJE MESMO!

Telefone: (31) 98342-2277 | Telefone: (31) 99991-0125

Facebook: @cafeemotivacao | Instagram: @clubedecafeespecial

Festival de Cafés Especiais promove produtos de Dom Viçoso



Foi realizado o 3º Festival de Café Especial de Dom Viçoso e Região, entre os dias 13 e 15 de setembro, e conferimos de perto como anda a produção nesta região, bem rica em cafés de qualidade, premiações e pontuação recorde, como nas cidades de Carmo de Minas e Cristina, que inclusive teve um dos cafés campeões do *Cup of Excellence* deste ano.

Com pouco mais de 3.500 habitantes, localizada entre Carmo de Minas e São Lourenço, a cidade de Dom Viçoso movimentou moradores, comerciantes e vários cafeicultores durante o evento. O ponto alto foi o concurso de café, que premiou os melhores produtores. Os 10 primeiros colocados foram todos vendidos em um leilão com especialistas e compradores. Os organizadores têm como objetivo tornar o evento referência na região, educar sobre o processo e a importância do cultivo do café e ainda fortalecer o senso de comunidade.

Esta edição do festival teve o patrocínio da Cemig, por meio da Lei Estadual de Incentivo à Cultura de Minas Gerais, e o apoio da Associação de Produtores Rurais de Dom Viçoso (APRU-DV), Minas Criativa, Sebrae e Sicredi. A revista *Café e Motivação* foi convidada para acompanhar tudo de perto e participou de uma programação com café da manhã em uma das fazendas mais premiadas da região, onde trocamos muitas ideias

e participamos de um *cupping* com os 10 melhores cafés do concurso.

Para Alan Fraga, idealizador do evento e assessor de comunicação da Prefeitura de Dom Viçoso, o café desempenha um papel crucial tanto na economia quanto na cultura da cidade, promovendo-a como um centro de excelência na produção de cafés finos, atraindo turistas e investidores, o que fortalece o comércio local e gera oportunidades econômicas para os produtores e os comerciantes da região.

“Com um microclima muito particular e encravada entre um conjunto de montanhas, Dom Viçoso produz e se destaca, desde 2022, como um dos cafés mais premiados do Sul de Minas. Por isso, a APRU-DV convidou profissionais influentes do mercado de cafés especiais para uma imersão na realidade da cafeicultura local e provar os melhores cafés da cidade, classificados pela ABCD Café, além de conhecer nosso prato à base de café durante o almoço”, explicou.

Alan finaliza com a expectativa de que o nome de Dom Viçoso seja sempre lembrado por aqueles que buscam excelentes cafés e queiram viver experiências gastronômicas e sensoriais inesquecíveis. Parabéns aos produtores, que estão fazendo um belíssimo trabalho nesta que é uma das 25 cidades da Região da Mantiqueira de Minas.

Começou a Semana Internacional do Café 2024



A Semana Internacional do Café (SIC) sempre deixa os envolvidos ansiosos e cheios de expectativas, quando se aproxima da data. É o grande encontro das pequenas, médias e grandes empresas, associações e cooperativas com produtores, baristas, cafeterias, *coffee lovers* e outros vários profissionais e entusiastas. Entre os dias 20 e 22 de novembro, das 10h às 19h, Belo Horizonte sedia, na Expominas, a 12ª edição deste que é o maior, mais importante e mais completo evento do mercado cafeeiro do Brasil. O tema deste ano, conforme antecipamos na edição passada, é “Como o clima, a ciência e os novos consumidores estão moldando o futuro do café”. A expectativa é receber cerca de 20 mil participantes de 40 países e movimentar aproximadamente 60 milhões de reais em negócios.

Um dos principais objetivos da SIC é conectar e gerar oportunidades para toda a cadeia do café brasileiro no acesso a mercados, conhecimento e negócios, além de promover nacional e internacionalmente a nossa produção, mostrando o que há de mais inovador no setor, por meio de histórias, troca de conhecimento, conexões e oportunidades de negócios.

Durante três dias, a programação da SIC oferece conteúdo de ponta em forma de palestras, *workshops*, competições, pesquisas e degustações orientadas, e os visitantes podem ter acesso a 170 empresas expositoras cheias de novidades e tendências de mercados. Ainda será possível conferir premiações como o *Coffee of the Year (COY)* – em que os melhores cafés brasileiros, das espécies arábica e canéfora, serão conhecidos – e o Campeonato Brasileiro de Barista, cujo campeão irá representar o Brasil no campeonato mundial, em 2025.

Segundo Caio Alonso, Diretor da Espresso&CO e um dos realizadores do evento, participar da SIC é uma oportunidade única para se engajar em discussões relevantes em um ambiente fértil para a troca de conhecimentos, inovação e estabelecimento de parcerias estratégicas. “Um ponto de encontro indispensável para produtores, compradores, cooperativas, indústria, torrefadores, baristas e especialistas em café”. A SIC é uma realização Espresso&CO, Sistema Faeng Senar, Sebrae e Governo do Estado de Minas Gerais, com apoio institucional do Sistema Ocemg.

CURSOS DE BARISTA

- PRESENCIAL
- ESTRUTURA COMPLETA DE UMA CAFETERIA
- PRÁTICA EM EQUIPAMENTOS PROFISSIONAIS



INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES:

(11) 99954-7595

www.baressp.com/cursos





O café proporciona muitos benefícios, encontros e incríveis histórias pelo mundo. A bebida envolve doses de motivação e inspiração e ainda recarrega nossas “baterias” quando necessário. É amor em formato de grão. Por isso, criamos este espaço para dar voz às pessoas que são apaixonadas por café e que querem contar um pouco das suas histórias.

E você? Quer contar o que o café representa em sua vida? Basta enviar uma mensagem no WhatsApp (31) 98342-2277, com seu nome completo, profissão, cidade onde mora e uma foto sua com uma xícara ou caneca dessa preciosidade que faz a diferença em nossas vidas. Faça parte do nosso grupo especialmente cafeinado e beba sempre cafés de qualidade.



Carlos Custódio
Empresário
São Paulo-SP

“O café entrou em minha vida como o afeto silencioso do meu avô. Lembro-me do aroma que preenchia as manhãs da casa dos fundos, anunciando o início do seu dia – e o meu também, sem eu saber. Anos depois, na vida adulta, é o café que me desperta, traçando um elo entre passado e futuro, como se o presente fosse um fio tênue entre o que já vivi e o que ainda vou conquistar. É o café que me acorda para as possibilidades do dia, exatamente como fazia com meu avô. O ritual é a minha âncora em meio às mudanças. Com o tempo, fui descobrindo o mundo dos cafés especiais, e com eles, novos sabores, mas o aroma de memória permanece, como um abraço antigo em cada xícara.”



Maria Auxiliadora Sigrist
Supervisora Externa Facilities
Americana-SP

“O café sempre esteve presente de uma forma muito especial em minha vida. Na infância, ver meu pai ler jornal, sempre acompanhado de uma xícara de café, era o máximo! Há alguns anos, precisei ser transferida de estado por conta do trabalho e foi muito difícil ficar longe dos meus filhos e da minha família, que é muito unida e festeira. Jurei para mim que, quando retornasse, o simples fato de tomar café seria um brinde à vida. E desde então, de volta, todo dia nosso cafezinho é brindado, não importa quantas vezes tomamos. E, depois que começamos a frequentar eventos de degustação e fazer parte do Clube de Assinaturas de Cafés Especiais, os cafés e os produtos ficaram ainda mais saborosos.”



Giseli Siriani
Especialista em cafés especiais
Itabirito-MG

“Minha jornada com o café começou há 16 anos, quando me mudei para o exterior e passei a frequentar cafeterias, o que despertou em mim um grande interesse pela bebida. Desde então, tenho vivido intensamente nesse universo de descobertas. Em casa, construí um acervo com diferentes equipamentos e métodos de preparo. Há um ano, transformei essa paixão em trabalho. Realizo oficinas e eventos compartilhando meu conhecimento e conectando pessoas em torno de uma xícara de café especial! O café é o meu momento de aconchego, descanso e prazer. Ele representa encontros em que criamos conexões genuínas. Prepará-lo de diferentes maneiras torna cada xícara uma descoberta. O café conecta e reúne pessoas à mesa e cria momentos de união e aconchego.”



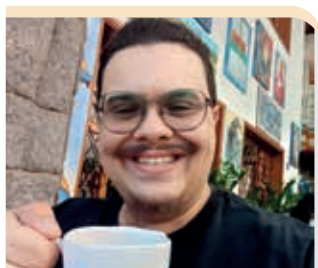
Yuri Samuel
Idealizador do Portal Santo Cafezinho
Belo Horizonte-MG

“Minha jornada com o café começou de maneira peculiar. Inicialmente, adotei o hábito aos 15 anos de idade, no meu primeiro emprego. Achava legal tomar café no trabalho. Contudo, quase precisei abrir mão devido a um diagnóstico de gastrite nervosa. Tendo sido orientado a reduzir ou interromper o consumo de café. Inconformado, resolvi estudar sobre o assunto. Descobri que o problema estava relacionado ao excesso de torra do café, e não à cafeína. Desde então, optei por cafés especiais, me aprofundi nos estudos e me tornei um entusiasta dedicado ao café. Hoje, em parceria com um grande amigo, fundei uma pequena empresa focada em difundir a cultura do café do solo até a xícara.”



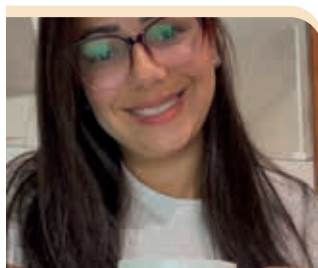
Marilflavia Ap. Piccin
Advogada, Barista e coffee lover
São Carlos-SP

“Desde criança estive perto do café. Após uma colheita na fazenda, eu recolhia o café que ficava embaixo da saia com um baldinho. Adorava esparramar os grãos que secavam no terreiro. Minha mãe o torrava em um torrador bolinha. Nenhuma técnica, 100% intuição. Consigo lembrar o aroma quando estava quase no ponto. O tempo passou e, depois de advogar por 23 anos, resolvi parar e buscar algo novo, que me trouxesse alegria. Fiz meu curso de barista no Museu do Café, em Santos, em 2019; e um outro, durante a pandemia, que despertou todos os meus sentidos e me apresentou o mundo dos cafés especiais. Hoje minha alegria é uma xícara de café, um método novo, um café exótico, um drink com café... Um caminho sem volta.”



João Venturelli
Barista
Andradas-MG

“Enquanto estudava gastronomia, conheci uma cafeteria e foi paixão à primeira vista, ou melhor, ao primeiro gole. Imediatamente, consegui um ‘bico’, trabalhando das 7h às 14h30 em um restaurante da família e das 14h30 às 18h15 em uma cafeteria. À noite, estudava gastronomia. Porém, durante a pandemia, perdemos o restaurante e, logo em seguida, a cafeteria. Sem perspectiva e sem poder concluir minha faculdade, comecei a trabalhar como garçom em eventos noturnos. Foi então que trabalhei no Andradas Café Festival, após fazer cursos no mundo do café. Desde então, nunca mais parei de participar de feiras. Escrevi um livro e passei a ministrar cursos. O café não só melhorou minha vida, mas também me salvou e me deu um novo rumo.”



Alessandra da Silva Couto
Empreendedora na área de cafés especiais
Vitória-ES

“Pouco tempo depois de uma separação, descobri que estava grávida. O nascimento do meu filho foi marcado por um momento difícil: precisei passar por uma cirurgia de emergência, pois meu apêndice rompeu. Esse período, que coincidiu com a pandemia, foi realmente desafiador. No entanto, foi também quando encontrei amigas que, mesmo na dificuldade, me convidavam para uma cafeteria. Foi assim que a minha paixão pelo café começou. Passei a frequentar diversas cafeterias e a me aprofundar no preparo em casa. O café me resgatou e me proporcionou maneiras de me conectar com as pessoas, me trouxe muitas conexões e, por isso, sou profundamente grata a Deus por tudo o que vivi.”



Lira Ramirez
Biomédica
Campinas-SP

“Sou venezuelana e nasci na Cordilheira dos Andes, numa cidade pequena chamada La Grita, estado de Tachira, entre vales e montanhas, com clima frio e nublado, onde o café faz parte da vida de cada um dos que nascem ali. Por isso, o café representa para mim o despertar, um lindo amanhecer... e, em cada cheiro do café recém-coado, um dia novo, cheio de alegria, imaginando aquela serra nevada e me teletransportando a momentos únicos, acompanhada de um café, uma boa leitura, boas amizades com pessoas queridas. É aquela saudade cheia de gratidão a essa sensação única de tomar uma boa xícara de café!”

Além de prazeroso, o café tem uma série incontestável de benefícios

O café é um dos elementos mais estudados em todo o mundo, e muito se discute sobre seus reais benefícios, que realmente são diversos. Vamos começar com a parte mais técnica. Nosso café possui a seguinte constituição química: alcalóides, incluindo os alcalóides purínicos ou xantinas (cafeína, teobromina, teofilina, paraxantina); ácidos orgânicos (ácido clorogênico e ácidos cafeico, metilúrico, vanílico, hidroxibenzoico e ferrúlico); flavonóides (caempferol, quercetol 40%); diterpenos (cafestol, caveol); salicilatos (salicilato de metila); EDTA; ácido benzoico; derivados nicotínicos (trígonelina); óleos essenciais (ácido cinâmico, aldeído cinâmico); vitaminas (nicotinamida, ácido ascórbico, tiamina, riboflavina e caroteno); e minerais (cálcio, fósforo e ferro). Isso é só um resumo, pois são mais de 1.500 compostos.

Alguns desses compostos bioativos, como ácido clorogênico, ácido cafeico e kahweol, apresentam propriedades antioxidantes, que ajudam a combater os radicais livres, prevenindo envelhecimento precoce, câncer, depressão e diabetes. E ainda tem uma quantidade

significativa do composto mais conhecido, a cafeína, que estimula o sistema nervoso central, ajudando a melhorar o humor e a disposição física e mental. Não entraremos em detalhes. Para isso, você pode ler nossa clássica 11ª edição da revista, que abordou com detalhes o tema "a química do café".

Conversando com os mais diversos especialistas da área da saúde e do café, listaremos abaixo os benefícios mais comuns e enfatizados por todos. Mas, para que o café possa proporcionar esses benefícios para a saúde humana, é fundamental que, além de grãos saudáveis, bem colhidos, secos e armazenados, sua torra seja adequada.

INFORMAÇÕES IMPORTANTES

Uma pergunta recorrente é sobre a quantidade máxima de café recomendada por dia. Cada profissional vai dizer uma coisa, e a resposta pode variar ainda mais se este profissional conhecer as diferentes classificações de café. A resposta mais padrão é de 400 mg de cafeína por dia, o que equivale a



aproximadamente cinco a seis xícaras de 60 ml de café coado.

Mulheres grávidas, as que planejam engravidar e as que estejam amamentando e pessoas com pressão alta (hipertensas) devem consumir no máximo 200 mg de cafeína por dia. Já crianças a partir de 12 anos, 100 mg. Em geral, o café não é recomendado

para crianças menores de 12 anos, pessoas com refluxo, úlceras e gastrite, pelo fato de a cafeína irritar a mucosa do estômago. A bebida também deve ser evitada por pessoas que sofrem de insônia, ansiedade, zumbido e labirintite, pois pode piorar os sintomas.

Continua na página 20



KAFFEEWIT

Cafés Especiais

Mais que um café, uma experiência. Saboreie a excelência do café especial cultivado em 5 regiões únicas do Brasil. Cada grão, uma história.

A KAFFEEWIT é uma empresa familiar que nasceu com o propósito de **valorizar o Café Especial Brasileiro, o Produtor** e ressaltar a doçura natural da fruta madura do café em cada torra.

Embarque nessa jornada sensorial, acesse nosso site escaneando o QR Code e escolha a sua variedade favorita ainda hoje!

 (41) 98868-6870
www.kaffeewit.com.br
Siga nossas redes sociais e conheça mais!
  @KAFFEEWIT



USE O CUPOM MOTIVAÇÃO E GANHE 10% OFF NA SUA PRIMEIRA COMPRA!

11 BENEFÍCIOS DO CAFÉ



01



MELHORA CONCENTRAÇÃO E MEMÓRIA

Por ser rico em cafeína, o café ajuda a melhorar a memória e o estado de alerta, além de aumentar a capacidade de concentração e diminuir o sono. É importante reforçar que todos os benefícios podem variar de pessoa para pessoa. Nem todas sentem os benefícios da mesma maneira.

02



MELHORA O DESEMPENHO DAS ATIVIDADES FÍSICAS

A cafeína tem propriedades ergogênicas, que aumentam a produção de energia do organismo, diminuindo o cansaço e a dor durante os exercícios físicos, e melhorando o desempenho físico e mental.

03



AUXILIA NO EMAGRECIMENTO

O consumo de café favorece a perda de peso, pois a cafeína ajuda a controlar a fome temporariamente, contribuindo para a redução da ingestão de alimentos. Além disso, o café tem propriedades termogênicas, aumentando o gasto energético e a queima de gordura corporal. A ingestão de 300 mg de cafeína por dia estimula um gasto energético de aproximadamente 79 calorias.

04



PREVINE O DESENVOLVIMENTO DA DEPRESSÃO

Os polifenóis presentes em grandes quantidades no café combatem os radicais livres e diminuem inflamações nas células do sistema nervoso central, o que contribui para reduzir a ansiedade e melhorar o humor, prevenindo quadros de depressão. O consumo de café também pode estar associado com hábitos sociais de convívio, estimulando o contato com outras pessoas e favorecendo o bem-estar geral.

05



AJUDA A COMBATER DORES DE CABEÇA

O café possui propriedades anti-inflamatórias e analgésicas que ajudam a diminuir a dor de cabeça, incluindo a enxaqueca. No entanto, os efeitos da bebida variam de acordo com cada organismo. Por isso, é importante observar se a ingestão de café provoca dor de cabeça ou ajuda a melhorar o sintoma.

06



MELHORA A SAÚDE CARDIOVASCULAR

O café é rico em ácido clorogênico, ácido cafeico e kahweol, potentes antioxidantes e anti-inflamatórios que ajudam a combater os radicais livres, promovendo a saúde das artérias e melhorando a circulação sanguínea, além de prevenir doenças como infarto, pressão alta e derrame.

07



PREVINE O ENVELHECIMENTO PRECOCE

Por ter ótimas quantidades de compostos antioxidantes, como cafeína, ácido clorogênico e ácido cafeico, o café ajuda a proteger a pele contra a ação dos radicais livres, prevenindo a flacidez e o envelhecimento precoce.

08



PREVINE ALGUNS TIPOS DE CÂNCER

Além da cafeína, o café contém ácido clorogênico, ácido cafeico e kahweol, antioxidantes que protegem as células contra os danos provocados pelos radicais livres, impedindo o desenvolvimento de alguns tipos de câncer (mais especificamente de mama, fígado, cólon e endométrio) e diminuindo os níveis de estrogênio no organismo, um hormônio relacionado à doença.

09



PREVINE O DESENVOLVIMENTO DO DIABETES

O café é rico em antioxidantes que protegem as células do pâncreas e, por isso, melhoram a função do hormônio insulina, regulando os níveis de glicose no sangue e prevenindo o diabetes.

10



COMBATE A PRISÃO DE VENTRE

Por conter cafeína, o café aumenta a contração do estômago e do intestino, estimulando a eliminação das fezes e ajudando no combate à prisão de ventre. A versão solúvel ainda contém boas quantidades de magnésio, um mineral com propriedades laxantes, estimulando os movimentos intestinais.

11



PREVINE A DOENÇA DE PARKINSON

A cafeína protege as células do sistema nervoso central e estimula a liberação de dopamina, um neurotransmissor que, em baixas concentrações, aumenta o risco do desenvolvimento da doença de Parkinson. Por isso, alguns estudos comprovam que o consumo do café ajuda na prevenção desse mal.