

Boekbespreking

De ontdekkers van onze voeding

Een biochemische geschiedenis van Hippocrates tot functionele voeding

Paul Balduck

Uitgeverij Aspect - Soesterberg, 2016,

ISBN 978-94-615-3933-5, 132 pag., € 15,95



De auteur is een biochemicus, die zijn hele loopbaan in de voedingssector gewerkt heeft, en vele ervaringen opdeed in de kwaliteitsborging, voedselveiligheid, wetgeving, productontwikkeling, distributie en voorlichting. Hij is tevens stichtend lid en ex-voorzitter van de sectie Voeding en voorzitter van de sectie Historiek van de KVCV – Koninklijke Vlaamse Chemische Vereniging.

Aan deze uitgave zijn jaren schrijf- en onderzoekwerk besteed: een levenswerk.

Het boek is, na een korte behandeling van noodzakelijke basisbegrippen, opgebouwd uit drie delen:

1. De ontdekkers van ons voedsel
2. De ontdekkers van onze voeding
3. De ontdekkers van onze voedingsregels

In deel 1 treedt de ontwikkelingsgeschiedenis van de vier voedselcategorieën naar voren: de eiwitten, de koolhydraten, de vetten en de hulpstoffen (vitaminen, mineralen, enzymen).

In deel 2 komen het spijsverteringsstelsel, het intermediair metabolisme van proteïnen, vetten en koolhydraten en het energetisch metabolisme uitgebreid aan bod.

In deel 3 omvat de voedingsleer door de eeuwen heen, de historische ontwikkeling van het begrip voedingswaarde, de diëten gemotiveerd (medische redenen, cosmetische redenen, ideologische redenen, ecologische redenen) en sluit af met de realisaties van de voedingsindustrie: vetvervangers, suikervervangers, proteïnevervangers, suppletie.

Het geheel is voorzien van talrijke zwart-witillustraties en wordt afgesloten met aanbevolen lectuur, acht tabellen en schema's en een uitgebreid personen- en trefwoordenregister.

Dit boek is zeker niet bedoeld om in één adem uit lezen, maar is een ideaal naslagwerk voor al wie in voeding geïnteresseerd is: de voedingsdeskundige, de arts, de leraar en de student, de onderzoeker, de consulent en de kritische consument....

Misschien enkele suggesties voor een eventuele tweede editie : het consequent aanhouden van de juiste spelling (enzym i.p.v. enzyme, ook in samenstellingen (vb. acetylcoenzym A); elektrolyse en elektrolyten met k). Over J.B. Van Helmont (pag. 22): *“Hij kent nog niet de rol van luchtzuurstof!”* Bedoeld wordt ‘de rol van koolstofdioxide’. Op pagina 68 is er sprake van het ‘zuurstofion’ i.p.v. het oxide-ion.

Dit waardevol boek verdient zeker een plaats op de boekenplank van iedereen die met voeding te maken heeft, dus van iedereen.

Jean Van de Weerd

23 juli 2016