

De toolkit voor de implementatie van de CBO-richtlijn Perioperatief voedingsbeleid is te downloaden op de website van de NVD: [www.nvdietist.nl](http://www.nvdietist.nl) > landelijke netwerken > CHIODAZ.

opgenomen naar de externe prestatie-indicatoren van de stuurgroep Zichtbare Zorg Ziekenhuizen<sup>4</sup> (zie kader). “Dit is voor zover ik weet de eerste keer dat er een set prestatie-indicatoren wordt ontwikkeld, direct voortkomend uit een CBO-richtlijn”, zegt Van Kemenade. “Wanneer deze prestatie-indicatoren operationeel worden, kan dit ook een moment zijn om in ziekenhuis de discussie rondom het perioperatieve voedingsbeleid te starten. Zo kun je kansen creëren om in je instelling aan de slag te gaan met implementeren. De indicatoren moeten nog besproken worden in de stuurgroepvergadering van september 2009 en zijn op dit moment (eind augustus) nog niet vastgesteld.”

Majorie Former

## Literatuur/internet

- 1 Former M. Ontwikkeling van de CBO richtlijn Perioperatief voedingsbeleid, *Voeding & Visie* 2007; 21 (2): 4-6.
- 2 [www.cbo.nl](http://www.cbo.nl) Richtlijn Perioperatief voedingsbeleid, te downloaden.
- 3 Presentatie Peri-operatieve richtlijn & indicatoren door dr. H.E.M. Kerkkamp en mw. G. Ligthart-Melis tijdens congres ‘Ondervoeding niet te missen’ op 9 juni 2008 in Ede. [www.stuurgroepondervoeding.nl](http://www.stuurgroepondervoeding.nl);
- 4 [www.zichtbarezorg.nl/page/Ziekenhuizen/Kwaliteitsindicatoren/Indicatoren-alfabetisch/Perioperatieve-voeding](http://www.zichtbarezorg.nl/page/Ziekenhuizen/Kwaliteitsindicatoren/Indicatoren-alfabetisch/Perioperatieve-voeding)

Aan dit artikel is een e-learningmodule gekoppeld. Ga naar de website [online-e-learning.nl](http://online-e-learning.nl) om uw vakkennis te testen en accreditatiepunten te behalen.



## Calorieën, de enige eenvoudige toverformule

Matigheid en variatie zijn de toverwoorden voor een goede gezonde voeding. Toverwoorden zijn helaas alleen herkenbaar voor degenen die de toverformule uitspreken. Vraag tovenaars naar uitleg van de formule en er wordt een stortvloed van begrippen en bezweringsen over de vrager uitgestort die hem doen vermoeden nooit

achter de ware betekenis hiervan te zullen komen, laat staan de hieruit voortvloeiende adviezen te kunnen opvolgen.

Hoe kunnen we de boodschap simpel houden in ‘vetzuchtland’? De calorie kan hier uitkomst bieden. Als iedere volwassene zich houdt aan de hem/haar geadviseerde hoeveelheid calorieën per dag of per week, dan is al veel van dit gewichtige probleem opgelost, zowel letterlijk als figuurlijk. Maar eten ze dan wel voldoende groente, fruit en vette vis en gebruiken ze wel de goede oliën en vetten en drinken ze dan wel voldoende, en dan bedoel ik niet frisdrank?

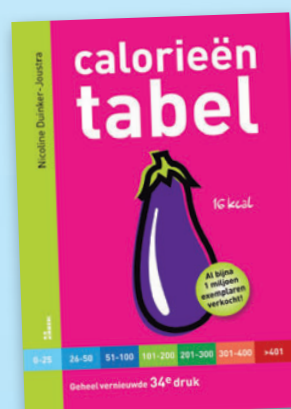
De ‘tovenaars’ realiseren zich niet welk een gigantisch probleem deze be(z)weringen bij hun cliënten oproepen om nog rustig kunnen te slapen. Immers het advies is toch duidelijk uitgelegd? En door deze overtuiging komt het dat dit sprookje niet goed afloopt. De boodschap is veel te complex en onduidelijk. Daarom pleit ik ervoor om op de oude vertrouwde calorie terug te vallen. Eerst afvallen door meer te bewegen en minder calorieën te consumeren. Laat ze eerst de euforie van het gewichtsverlies ervaren en kom dan pas met eenvoudige richtlijnen en bouw dat langzaam verder uit.

Zevenendertig jaar geleden ben ik begonnen met de Calorieëntabel, calorieën per portie. Toen heel nieuw. Er is nog steeds vraag naar. Mensen willen calorieën kunnen opzoeken en zelf hun keuzes maken en hun eigen variatie bepalen.

Matigheid, variatie en calorieën zijn de basisbegrippen voor een goede voeding. Het lijkt zo eenvoudig, maar het blijft nog knap lastig uit te leggen en op te volgen.

Nicoline Duinker, diëtist

Auteur van de *Calorieëntabel* (vernieuwde 34<sup>ste</sup> druk), *Kijk op calorieën en joules* en *Kijk op koolhydraten*, uitgeverij Inmerc.



## Mail & Win!

Uitgeverij Inmerc stelt tien gratis exemplaren van de Calorieëntabel beschikbaar. Stuur vóór 15 december een e-mail met uw naam en adres naar [m.former@academicjournals.nl](mailto:m.former@academicjournals.nl) en maak kans op dit informatieve boekje.