



Koks koketteren met producten van het land. Waar blijven boeren met het verhaal over vitamines in hun product?

Foto ANP

## De boer en tuinder hoeven geen stethoscoop om hun nek

Als het versterken van de gezondheid een maatschappelijke prioriteit is, waar blijven boeren en tuinders dan met hun verhaal dat ze daaraan bijdragen? Dat vraagt Ton Duffhues zich af. Hij schrijft over de boer als dokter van de toekomst.

DOOR TON DUFFHUES

Vanmiddag heb ik mijn wekelijkse pakket groenten opgehaald, rechtstreeks van de boer. Aan de buitenkant oogt het als een fraai gekleurd geheel van bijzondere vormen: boerenkool, bietjes, uien, andijvie, spruitjes, seldertij. Aan de binnenkant gaat een rijk assortiment verscholen aan vitamines, koolhydraten en andere gezonde voedingsstoffen. Al schrijvend realiseer ik me dat mijn kennis hierover beperkt is. Ik vraag me af of mijn boer meer informatie kan geven?

"Je levensmiddelen zullen je geneesmiddelen zijn", schreef Hildegard von Bingen al in de 12e eeuw. De kennis over de levenskracht en geneeskracht van bepaalde levensmiddelen is al eeuwenoud. Die kennis is niet wetenschappelijk bewezen maar gebaseerd op eeuwenoude ervaringen en intuïties. In onze westerse cultuur zijn we die traditionele wijsheid over de relatie tussen voeding en gezondheid grotendeels verloren. Vraag ik mijn dokter om eetadvies bij darmklachten, dan staat hij met de mond vol tanden. Zelfs de darm- en maagspecialist is zo ver doorgeschoten in zijn specialisme dat hij nauwelijks

weet heeft van de werking en betekenis van voeding.

In zijn ziekenhuis is de keuken weggesmaard: er is nu roomservice die op verzoek magnetron maaltijden levert en vitaminedrankjes in de aanbieding heeft. "An apple a day keeps the doctor away." Nee, helaas, appels zijn er niet, geeft zo'n gedoe met schillen!

"Boer is de dokter van de toekomst", is de kop boven een artikel in een agrarisch weekblad van een paar jaar geleden over de relatie tussen bodemleven, voedsel en gezondheid. De kern van dit verhaal is dat niet langer de voedingswaarde maar de gezondheidswaarde van voedsel de boventoon moet gaan voeren. Die gezondheidswaarde van zowel plantaardig als dierlijk voedsel zou beginnen in de kwaliteit

van de bodem en de bodemvruchtbaarheid. Als dit in orde is, zijn er geen supplementen en additieven nodig om de weerstand van mens en dier te verhogen.

Vanuit het besef dat veel ziektes van mens en dier gerelateerd zijn aan slechte voeding, groeit gelukkig bij immunologen, celbiologen, moleculaire artsen en andere medische specialisten de wetenschappelijke belangstelling voor de samenhang tussen voedsel en gezondheid.

Er is berekend dat de kosten van de aan voedsel gerelateerde gezondheidszorg alleen al in Nederland meer dan 7 miljard euro bedragen. Dat is exclusief de enorme omzet van voedingsmiddelen die bij drogisten hoog opgestapeld staan. Op het keuzemenu van de moderne consument staat een paprika of een pil, een glas melk of een poeder, een stukje vlees of een eiwitpreparaat. Ondertussen hebben we de treurige term 'real food' verzonnen om die consument bij zinnen te brengen en te verleiden tot de aankoop van kwaliteitsproducten uit de regio.

De medische wetenschap slaagt er vrij makkelijk in om nieuwe vindingen met veel ophef in de publiciteit te krijgen. Koks en restaurateurs koketteren in hun publieke kooklessen en recepten steeds vaker met 'eerlijke' producten van het land, vandaag nog gekocht bij de boer. Maar waar blijven de boeren en tuinders met hun verhaal?

Als het versterken van de gezondheid een maatschappelijke prioriteit is, dan getuigt het van boerenwijdsheid als producenten van voedsel bij de bewerking van de bodem, het kweken van planten en het houden van dieren voorrang geven aan de gezondheidswaarden. Het is zowel een maatschappelijke als agrarische prioriteit om op het vlak van voeding en gezondheid nieuwe verbanden te leggen, oude en nieuwe kennis over de samenhang en werking van bodem, plant en dier te combineren. De boer als dokter van de toekomst draagt geen stethoscoop om zijn nek, wel straalt hij aan alle kanten uit dat hij door zijn duurzaam geteelde voedsel bijdraagt aan de gezondheid van mens en dier.

└ Ton Duffhues is coördinator Landbouw en Samenleving bij de ZLTO (met Anselm Grün en Hein Pieper schreef hij het boek *Boerenwijsheid - Inspiratiebron voor een duurzame samenleving*)

**'Als voedsel in orde is, is er geen supplement nodig'**