Nuevos Libros

Food Composition and Nutrition Tables
Die Zusammensetzung der Lebensmittel.
Nährwerttabellen
La composition des aliments. Tableaux des valeurs nutritives

Editada por Deutsche Forschungsanstalt für Lebensmittelchemie, Garching near Munich. Compilación de Heimo Scherz y Friedrich Senser. 5ta Edición revisada y ampliada. 22 x 30 cm, tapa dura 1092 pags. 1994.

Este útil ejemplar que entrega el valor nutricional de unos 750 alimentos, se ofrece en una llamativa presentación con tapas duras impresas a cuatro colores, cuyo título: «**Tablas de Composición de Alimentos**» se despliega en la primera portada en 3 idiomas, inglés, alemán y francés. Acostumbrados a las Tablas de Composición de Alimentos latinoamericanas, de no menos excelencia, fácil lectura pero más bien delgadas, éste volumen de casi 1.100 páginas, resulta fascinante.

El texto escrito de la Tabla se encuentra en inglés, alemán y en francés: Prefacio de las anteriores ediciones. Introducción. Estructura de las Tablas. Consideraciones Generales. Comentarios sobre nutrientes individuales. Comentarios sobre productos alimenticios. Glosario de los constituyentes de los alimentos. Glosario de la Tabla. Cada alimento se identifica en alemán, inglés y francés seguido cuando es necesario, de una aclaratoria en los mismos idiomas. Es de destacar que los constituyentes analizados se indican sólo en inglés. Los productos que integran la Tabla se distribuyen en los siguientes Grupos y Sub-grupos: Leche. Productos lácteos (excepto quesos). Quesos. Huevos y sus productos - Grasas y aceites animales. Grasas y aceites vegetales. Margarinas - Carnes, Carnes y visceras de animales sacrificados (carnero, ternera, res, cerdo, caballo, cabra y conejo). Productos cárnicos (excepto salchichas y pastas de hígado). Carne de caza. Aves. - Pescados de mar. Pescados de agua dulce. Crustáceos y moluscos. Productos de pescado - Cereales. Cereales y harinas. Panes y bollos. Pastelería. Tortas. Almidones. Vegetales. Raíces, tubérculos y sus productos. - Hojas, tallos y flores y sus productos. - Vegetales, frutas y sus productos. Bayas y sus productos. Frutas salvajes. Frutas exóticas. Nueces. - Jugos, néctares y concentrados de frutas y bayas. - Mermeladas y jaleas de frutas y bayas. - Miel, azúcares y edulcorantes. - Helados - Bebidas alcohólicas. - Bebidas no alcohólicas. - Cacao - Café y té. - Levaduras. - Saborizantes. - Mayonesa. - Apéndice I. (Aminoácidos libres en frutas y jugos de frutas). - Apéndice II (Carotenoides sin actividad de vitamina A en alimentos). - Indice. En la Introducción se explica la conformación de las Tablas, simbología empleada, unidades y valores energéticos. Siguen comentarios para la interpretación de las cifras analíticas correspondientes a carbohidratos y ácidos orgánicos disponibles, fibra dietética, elementos trazas, vitaminas, carbohidratos individuales. (monosacáridos, oligosacáridos, polisacáridos y alcoholes), ácidos fenólicos, monoaminas aromáticas y heterociclicas, esteroles, purinas y fosfolípidos.

Cada producto alimenticio informa sobre el aporte energético en Calorías y en Kilojoulios por 100 g de parte comestible, proveniente de las proteínas, grasas y carbohidratos, seguido del porcentaje de desecho. A continuación el valor promedio de los constituyentes con sus valores mínimos y máximos seguido de la Densidad de Nutrientes para cada uno de ellos, expresada en sus respectivas unidades por Megajoulios. De los minerales y oligoelementos tanto en mg como en mcg, se informa sobre el contenido de Na, K, Mg, Mn, B, Se, Zn, Fe, Ni, Cr entre otros, para la mayoría de los renglones. En cuanto a vitaminas, la vitamina A se detalla en equivalentes de retinol, carotenoides totales, betacarotenos, alfacarotenos, criptoxantina, según el caso. Los aminoácidos se indican en g o mg por 100 g de parte comestible. El Apéndice I ilustra sobre el valor promedio con su variación, de 21 aminoácidos libres en 13 frutas y el Apéndice II informa del contenido en mcg/ 100 g de parte comestible, de 11 pigmentos carotenoides sin actividad de vitamina A en algunos cereales y sus productos y en diversos vegetales y verduras. Finaliza el índice en los 3 idiomas citados al comienzo.

Pese a la ingente cantidad de información ofrecida, la proteína aislada de soya, la guanábana. (*Anona muricata*) y el mamón (*Melicocca bijuga*) no pudimos encontrarlos. De igual manera, para las próximas ediciones sugerimos incorporar el onoto (*Bixa orellana*), el clavel de muerto (*Tagetes spp.*) y la chiriguata (*Hibiscus sabdariffa* L.), por su contenido en pigmentos carotenoides y tal vez incluirlos en le Apéndice II. Dada la diversidad de renglones presentados, creemos de utilidad incluir un Indice de Nombres Científicos. No obstante estas observaciones menores, se trata de una obra de particular utilidad para todos en el campo de la composición de alimentos. Pensamos que puede ser de especial valor como texto de orientación dentro del Proyecto Latin Foods que se adelanta coordinadamente en la región.

José Félix Chávez Pérez.