

"Magere mensen eten meer tussendoortjes"

nieuws

Magere mensen eten meer snacks tussen de maaltijden dan zwaarlijvige personen. De oorzaak van zwaarlijvigheid blijkt te liggen bij de combinatie van tal van slechte leefgewoonten. Dat zijn opmerkelijke vaststellingen van een onderzoek dat ULB-professor René Patesson uitvoerde in opdracht van Fevia, de federatie van de voedingsindustrie.

🕒 24 NOVEMBER 2005 – LAATST BIJGEWERKT OM 4 APRIL 2020 14:31

Magere mensen eten meer snacks tussen de maaltijden dan zwaarlijvige personen. De oorzaak van zwaarlijvigheid blijkt te liggen bij de combinatie van tal van slechte leefgewoonten. Dat zijn opmerkelijke vaststellingen van een onderzoek dat ULB-professor René Patesson uitvoerde in opdracht van Fevia, de federatie van de voedingsindustrie.

Voor het onderzoek werden 600 gezinnen geïnterviewd over hun eet- en leefgewoonten. Omdat het om een eenmalige bevraging gaat, wil professor Patesson geen wetenschappelijke conclusies trekken. "Maar de resultaten sterken mij wel in de overtuiging dat er te snel een oorzakelijk verband gezocht wordt tussen voeding en zwaarlijvigheid. Al is onevenwichtige voeding wel een versterkende factor voor obesitas", aldus de professor.

Zo blijkt dat magere mensen meer snacks eten tussen de maaltijden. Dat gaat niet alleen om gezonde tussendoortjes, ook chips en chocoladerepen gaan er vlot in. Zwaarlijvige mensen consumeren minder chips, gefrituurde maaltijden, suikerwafels en gesuikerde dranken dan andere mensen. Ze hebben daarentegen sneller de neiging om het ontbijt over te slaan dan personen met licht overgewicht. Ze besteden wel opvallend meer tijd aan de bereiding en het nuttigen van hun andere maaltijden. Mensen met obesitas zijn veeleer levensgenieters dan fastfoodadepten, want slanke mensen blijken iets vaker een fastfoodrestaurant binnen te stappen dan zwaarlijvige mensen. Ook opmerkelijk is dat zwaarlijvige personen minder blijken te slapen, haast nooit meer dan acht uur per dag. Ze consumeren wel opmerkelijk meer alcohol dan magere mensen en doen minder aan sport.

VILT vzw

Bd Simon Bolivar 17
1000 Bruxelles

Contact

M • info@vilt.be

Volg ons op:

 screenreader.visit us on our facebook page: <https://www.facebook.com/vilt.nieuws/>

 screenreader.visit us on our linkedin page: <https://www.linkedin.com/company/vilt-vzw/>

 screenreader.visit us on our instagram page: <https://www.instagram.com/vilt.nieuws>

 screenreader.visit us on our x page: https://x.com/vilt_nieuws

 screenreader.visit us on our bluesky page:
<https://bsky.app/profile/viltnieuwbsky.social>

© 2026 VILT vzw, all rights reserved |

[Privacy policy](#)

[Copyright](#)

[Cookie Policy](#)

[Cookie instellingen aanpassen](#)

Webdesign by Who Owns The Zebra