nieuws

BMI vs. vet: "Meer mensen obees dan gedacht"

nieuws

Miljoenen mensen van middelbare leeftijd krijgen de diagnose obesitas niet, hoewel ze wel obees zijn. Dat blijkt uit een Italiaanse studie die woensdag werd voorgesteld op 'the European Congress on Obesity'. De studie focust op lichaamsvet in plaats van gebruik te maken van de 'body mass index' (BMI). Een lagere BMI-grens voor obesitas zou volgens de onderzoekers de oplossing kunnen zijn.

16 MEI 2024

Lees meer over:
gezondheid



Van de 4.800 Italiaanse volwassenen tussen de 40 en 80 jaar die werden onderzocht, was 40 procent van de mannen en 41 procent van de vrouwen volgens de gewoonlijke BMI-criteria obees. Toen de onderzoekers echter bij hun classificatie rekening hielden met het lichaamsvet van de deelnemers, nam dat aantal toe: 64 procent van de vrouwen bleek obesitas te hebben, voor de mannen was dat 71 procent. Veel mens en glippen dus door de mazen van het net.

Het berekenen van de BMI van patiënten is nochtans de standaardmethode om obesitas vast te stellen. Die wordt berekend door het gewicht (in kg) van een individu te delen door de lengte (in meter) in het kwadraat. Een BMI van 18,5 tot 24,9 wordt beschouwd als een normaal gewicht, tussen 25 en 29,9 spreekt men overgewicht en vanaf 30 is er sprake van obesitas.

De studie geleid door de Tor Vergata universiteit in Rome suggereert echter dat deze criteria voor individuen boven de 40 niet volstaan. Vanaf de leeftijd van 30 jaar neemt de spiermassa in een lichaam af met ongeveer 5 procent per tien jaar. Lichaamsvet neemt daarentegen toe. BMI neemt deze veranderingen volgens de studie weinig waar. "Als we de WHO-norm blijven gebruiken voor het screenen op obesitas, zullen we veel volwassenen van middelbare leeftijd en ouder die een risico lopen op ziekten die verband houden met obesitas mislopen, waaronder diabetes type 2, hartaandoeningen en sommige vormen van kanker," zei professor en co-auteur Antonino De Lorenzo.

Nieuwe BMI-grens?

Daarom suggereren de onderzoekers dat de BMI-grens zou moeten verlaagd worden naar 27. Uit hun analyse bleek dit het meest accurate criterium om obesitas te herkennen. De onderzoekers geven echter zelf aan dat er bijkomende studies moeten komen om de resultaten te bevestigen. Ze hielden namelijk geen rekening met de diëten en beweeggewoonten van de deelnemers. Bovendien onderzocht de studie slechts de inwoners van één regio in Italië.

Professor Roman Vangoitsenhoven van het UZ Leuven vindt het geen goed idee om het criterium naar beneden te halen: "Op dit moment heeft 20 procent van de volwassenen in België een BMI hoger dan 30", zegt hij. "Als dat criterium wordt verlaagd, zouden

meer mensen de diagnose krijgen. Dat is volgens mij geen goed idee."
Hij voegt daaraan toe dat een BMI 30 alleen niet voldoende is om obesitas vast te stellen, maar dat er tot nu toe niets zo duidelijk en gemakkelijk is als BMI (uit studies blijkt dat blanke personen vanaf BMI 30 gezondheidsproblemen ondervinden). Het is dan ook te vroeg volgens hem om een ander standpunt in te nemen.

Bron: Belga

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/viltnieuws.bsky.social

---

© 2026 VILT vzw, all rights reserved |
Privacy policy
Copyright
Cookie Policy
Cookie instellingen aanpassen

Crafted by Brigada