

# "Mannen met licht overgewicht leven het langst"

nieuws

Mannen met een licht overgewicht hebben meer kans om oud te worden dan slanke mannen. Tot die verrassende conclusie kwamen Israëlische onderzoekers. De wetenschappers onderzochten sinds 1963 meer dan 10.000 Israëlische mannen. De studie wees uit dat mannen met een Body Mass Index van 25 tot 27, oftewel een licht overgewicht, het langst leven.

🕒 5 JANUARI 2007 – LAATST BIJGEWERKT OM 14 SEPTEMBER 2020 13:58

□  
Mannen met een licht overgewicht hebben meer kans om oud te worden dan slanke mannen. Tot die verrassende conclusie kwamen Israëlische onderzoekers. De wetenschappers onderzochten sinds 1963 meer dan 10.000 Israëlische mannen.

De studie wees uit dat mannen met een Body Mass Index (BMI) van 25 tot 27, oftewel een licht overgewicht, het langst leven. Meer dan 48 procent van de mannen in deze groep werd ouder dan 80 jaar en 23 procent zelfs ouder dan 85 jaar. Ze werden daarmee ook iets ouder dan de mannen met een normaal gewicht (BMI tussen 20 en 25).

Voor mannen met een duidelijk overgewicht (BMI boven 27) of ondergewicht (BMI lager dan 20) zag de toekomst er minder rooskleurig uit. Dikke mannen met een BMI van meer dan 30 lopen volgens de onderzoekers immers nog altijd het grootste gezondheidsrisico.

Volgens professor Uri Goldburt van de universiteit van Tel Aviv kan de studie aantonen dat de grens voor overgewicht misschien herzien moet worden. "De paniecreactie dat er een epidemie van overgewicht heerst, is overdreven", aldus Goldburt. "Een lichte gewichtstoename op middelbare leeftijd is blijkbaar een natuurlijk proces".(GL)

**Bron:** Belga

**VILT vzw**

Bd Simon Bolivar 17

1000 Bruxelles

## Contact

M • [info@vilt.be](mailto: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](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](#)

Webdesign by [Who Owns The Zebra](#)