nieuws

Overgewicht niet altijd ongezond

nieuws

Volgens recent onderzoek hebben mensen met overgewicht geen hoger, maar een lager sterfterisico dan personen met een normale Body Mass Index. Dat schrijft het weekblad De Huisarts. Uit verschillende recente studies blijkt dat mensen met een BMI tussen 25 en 30, wat volgende de huidige inzichten gelijkstaat met overgewicht, een lagere mortaliteit vertonen dan personen met een normale score.

4 SEPTEMBER 2008 – LAATST BIJGEWERKT OM 14 SEPTEMBER 2020 14:05

Volgens recent onderzoek hebben mensen met overgewicht geen hoger, maar een lager sterfterisico dan personen met een normale Body Mass Index. Dat schrijft het weekblad De Huisarts. Uit verschillende recente studies blijkt dat mensen met een BMI tussen 25 en 30, wat volgende de huidige inzichten gelijkstaat met overgewicht, een lagere mortaliteit vertonen dan personen met een normale score.

In 2004 schreven auteurs van de Amerikaanse Centers for Disease Control and Prevention (CDC) dat overgewicht en zwaarlijvigheid even veel overlijdens veroorzaakten als roken. In 2005 wees een andere groep van de CDC op de noodzaak om deze conclusie te nuanceren: overgewicht veroorzaakt een afname van de sterfte ten opzichte van een normaal lichaamsgewicht.

Het grotere aantal doden bij mensen met een hogere BMI komt volledig op rekening van ernstige zwaarlijvigheid. Daarbij gaat het dus om een BMI-score de hoger is dan 35. Een 'normaal' lichaamsgewicht bij mensen tussen 25 en 60 jaar die nooit hebben gerookt, geeft zelfs een 50 procent groter overlijdensrisico dan licht overgewicht.

Volgens de onderzoekers beschermt overgewicht tegen sterfte bij infecties. Het zou ook een beschermend effect hebben bij onder meer heupfracturen, wat kan worden verklaard door een stevigere botstructuur en een schokdempende werking van het vetweefsel. Bovendien gaat een toegenomen BMI gepaard met een lagere kans op zelfdoding.(KS)

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