

Oudste mens ter wereld onthult geheim voor lang leven



[Trui Engels](#) Redactrice Knack.be

30/11/16 om 10:22 - Bijgewerkt om 10:40

Slechts weinigen op deze wereld kunnen zeggen dat hun leven over drie eeuwen loopt. De 117-jarige Italiaanse Emma Morano weet waaraan dat ligt.



Emma Morano © YouTube

Met haar 117 is de Italiaanse Emma Morano de oudste persoon van de wereld. Ze zag Italië evolueren van een monarchie naar een republiek met bijna 70 regeringen in zeven decennia en ze overleefde twee wereldoorlogen.

Morano komt uit een gezin van acht kinderen en werd geboren op 29 november 1899 in het kleine plaatsje Civiasco in Piëmont. Op aanraden van haar dokter verhuisde ze naar Verbania aan de westkant van het Lago Maggiore, waar ze als fabrieksarbeidster werkte.

Haar geheim om het zo lang uit te houden? Morano twijfelt er niet over: haar levenselixir bestaat uit rauwe eieren, waarvan ze er sinds haar tienerjaren op doktersadvies elke dag drie (nu slechts twee meer) van eet. Dat betekent dat Morano in haar leven zo'n 100.000 eieren heeft verorberd.

'Ik wilde niet gedomineerd worden'

Ook is Morano, die nog steeds alleen in haar appartement woont, ervan overtuigd dat ze haar lang leven te danken heeft aan haar vrijgezellenbestaan. In 1938 stapte ze uit een ongelukkig huwelijk, waarin ze door haar man mishandeld werd, na de dood van haar zoontje. In die tijd was het

ongebruikelijk om uit elkaar te gaan. Scheiden werd in Italië bovendien pas in 1970 gelegaliseerd. Daarna kwamen er nog heel wat mannen op haar pad, maar een partner wilde ze niet meer. 'Ik wilde niet door iemand gedomineerd worden.'

Voor u zich in de eieren gooit en uw echtgenoot aan de deur zet, waarschuwen gerontologen dat er geen geheim bestaat voor een lang leven. 'Praat met 100 eeuwelingen en je krijgt 100 verschillende verhalen', zegt Valter D. Longo, de directeur van het Longevity Institute aan de University of Southern California. Voeding is een belangrijke factor voor een lang leven, maar ook de genen. 'Wanneer je verschillende mensen in de familie hebt die een hoge leeftijd hebben bereikt, is de kans groot dat ook jij oud zal worden', aldus Longo.

Een zus van Emma Morano werd net geen 100, een andere zus stierf op 102-jarige leeftijd.

Volgens de Amerikaanse groep voor gerontologisch onderzoek GRG (Gerontology Research Group) zijn vandaag 45 vrouwen en twee mannen 110 jaar of ouder. Na Morano is de Jamaicaanse Violet Brown, geboren op 10 maart 1900, de oudste.

[Geheimen van vrouwen geboren in de jaren 1800 \(en die nog steeds in leven zijn\)](#)