

Nog steeds in leven als de pensioenpot al leeg is: Nederlanders onderschatten hoe oud ze worden

De meeste Nederlanders onderschatten hoe oud ze zullen worden. Vooral hoogopgeleide vrouwen hebben een veel hogere levensverwachting dan ze zelf denken. Twee hoogleraren economie en demografie waarschuwen voor mogelijke financiële gevolgen.



Vooraf vrouwen - hier gefotografeerd bij de Libelle Zomerweek - hebben een veel hogere levensverwachting dan ze zelf denken. Bron Marcel van den Bergh / de Volkskrant

Dit artikel is geschreven door **Belt Gepubliceerd** op 13 januari 2026, 05:00

Het onderschatten van de levensverwachting vormt een financieel risico voor mensen die zelf moeten sparen voor hun pensioen, waarschuwen de onderzoekers. Zo bouwen zzp'ers vaak niet genoeg pensioen op. 'Voor hen is het heel belangrijk om een goed beeld te hebben van hoe oud ze zullen worden', zegt Harry van Dalen, hoogleraar economie aan de Universiteit Tilburg.

'Als je weet dat je ouder wordt, ben je er ook van bewust dat je meer geld nodig hebt voor de periode dat je niet meer werkt', zegt Van Dalen. 'Dat is al helemaal belangrijk voor zelfstandigen en mensen met een pensioengat.'

De meeste mensen onderschatten de kans dat ze 90 jaar oud zullen worden, blijkt uit onderzoek van Van Dalen en Kène Henkens – beiden verbonden aan het demografisch onderzoeksinstituut Nidi – dat werd gepubliceerd in [economenblad ESB](#).

Opleidingsniveau

De wetenschappers vroegen een representatieve groep van 2.377 mensen hoe oud ze dachten te worden. Vervolgens vergeleken ze per deelnemer de ingeschatte kans om 90 jaar of ouder te worden met een prognose van het Centraal Bureau voor de Statistiek (CBS), waarin ook de invloed van opleidingsniveau en leeftijdsgroep werden meegenomen.

Die factoren spelen bij de prognose van het CBS een belangrijke rol, maar als Nederlanders zelf moeten inschatten hoe oud ze worden, wegen ze die amper mee. Zo worden jonge, hoogopgeleide vrouwen volgens het CBS waarschijnlijk het oudst, met een kans van ruim 70 procent om 90 jaar of ouder te worden. Zelf denken deze vrouwen gemiddeld nog geen 40 procent kans te hebben om een 90-jarige te worden.

Ook jonge mannen onderschatten hun levensverwachting behoorlijk. Van Dalen vindt het niet gek dat jongeren geen goed beeld hebben van hoe oud ze zullen worden. 'Pensioen heeft geen hoge prioriteit en mensen nemen wat ze nu om zich heen zien als een richtlijn voor de toekomst.'

In 2024 was de gemiddelde levensverwachting 82 jaar. Volgens Van Dalen denken veel mensen daardoor dat hun eigen levensverwachting op een vergelijkbare leeftijd ligt. Ze houden er geen rekening mee dat komende generaties steeds ouder zullen worden.

Volgens Van Dale kan bij vrouwen ook meespelen dat zij minder nadenken over hun pensioen dan mannen. 'Als je je met je pensioen bezig houdt, word je gedwongen om over de lange termijn na te denken', zegt Van Dale. 'Nu is het nog zo dat de financiële zaken meestal bij de man liggen.'

Pensioenfondsen

Voor een realistisch beeld van de oude dag is het kortom belangrijk om een goed beeld te hebben van de eigen levensverwachting. Voor werknemers zijn de gevolgen van een verkeerde gok wel veel minder groot, omdat de meeste pensioenzaken via de werkgever worden geregeld.

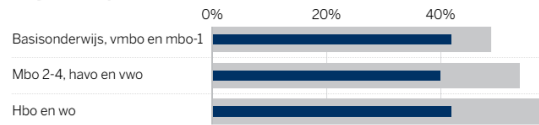
Van Dalen: 'Godzijdank hebben we pensioenfondsen die deelnemers van een levenslang pensioen voorzien, maar het is voor de groep zzp'ers wel heel belangrijk om goed in te schatten hoe oud ze kunnen worden.'

BIJ MANNEN VOORAL ONDERSCHATTING OP JONGERE LEEFTIJD

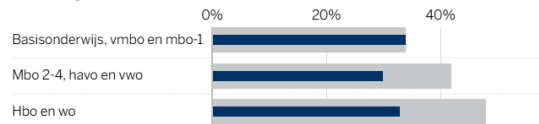
Kans voor mannen om leeftijd van 90 jaar te bereiken, per leeftijdsgroep en hoogst behaalde diploma, in procenten

■ CBS-prognose ■ Eigen inschatting

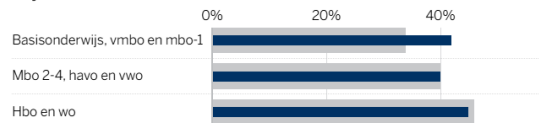
Jonger dan 45 jaar



45 tot 66 jaar



66 jaar of ouder



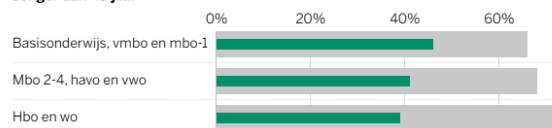
© de Volkskrant. Bron: ESB

VRIJWEL ALLE VROUWEN ONDERSCHATTEN HUN LEVENSVRWACHTING

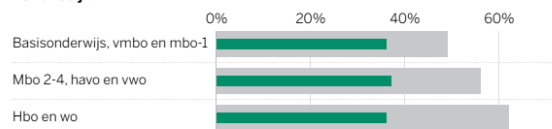
Kans voor vrouwen om leeftijd van 90 jaar te bereiken, per leeftijdsgroep en hoogst behaalde diploma, in procenten

■ CBS-prognose ■ Eigen inschatting

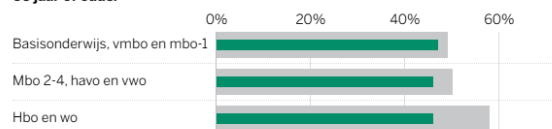
Jonger dan 45 jaar



45 tot 66 jaar



66 jaar of ouder



© de Volkskrant. Bron: ESB