

Vip vegani, ecco chi ha detto no a carne e cibi di provenienza animale

Autore: Danila

Data: 23 Agosto 2018



Essere vegani è una scelta: per molti è uno stile di vita, per altri un po' una moda. In ogni caso c'è tantissima gente che segue un regime alimentare privo di proteine animali e derivati, anche tra le celebrità. Oggi sono molti i **vip vegani**, personaggi famosi che hanno deciso di cambiare stile di vita ma soprattutto tipo di alimentazione. Che sia moda, etica o gusto, il rifiuto a carne e pesce è diffuso tra i very important people, in particolare tra i personaggi famosi che si battono per i diritti degli animali.

Difficilmente un **personaggio famoso vegano** non sostiene campagne di sensibilizzazione a favore degli animali. Molti infatti prestano la loro immagine ad associazioni che si battono contro l'utilizzo di pelli e pellicce; grazie al loro seguito riescono ad offrire a queste attività un enorme risalto, raggiungendo un pubblico molto vasto.

Cantanti vegani italiani

Tra i **cantanti vegani italiani** citiamo **Paola Maugeri**, la quale ha scritto libri ed aperto il **blog *Rock Me Vegan***. Molto conosciuta anche la posizione di **Red Ronnie**, il quale è da sempre un vegano convinto. Il cantautore ha inoltre dichiarato di aver lottato con i genitori per poter crescere le figlie con questo stile di alimentazione.

Altra **cantante vegana** è la bravissima **Anna Oxa**, che associa all'alimentazione, esercizi posturali e respiratori. Anche **Red Canzian**, dei Pooh, è divenuto vegano per motivi etici.

Calciatori vegani: quelli che non mangiano la carne

Tra le fila dei **calciatori vegani** troviamo **Dino Baggio**, ex calciatore divenuto poi allenatore. Secondo quanto ha dichiarato, ha cominciato a seguire questa dieta in seguito a problemi fisici verificatisi dopo l'addio al calcio. **Chris Smalling**, difensore del Manchester United, è diventato vegano per ottenere performance migliori. Anche **Lionel Messi** è vegano in seguito ad una dieta cominciata con un nutrizionista italiano. Sembrerebbe che il giovane calciatore abbia avuto problemi di digestione risolti con l'abbandono di determinati cibi.

Sportivi vegani famosi

Tra gli **sportivi vegani famosi** abbiamo **Dorina Vaccaroni**, medaglia d'oro alle Olimpiadi di scherma del 1992. Ha talmente tanta energia che dal 2000 ha cominciato anche a praticare il ciclismo a livello professionale! Le sorelle **Venus Williams** e **Serena Williams**, le regine del tennis, sono diventate vegane nel 2012, quando a Venus è stata diagnosticata la sindrome di Sjogren e hanno così deciso entrambe di eliminare tutti i derivati animali. **Carl Lewis**, pluripremiato con medaglie d'oro in occasione di varie Olimpiadi, è un convinto **atleta veg**.

Vip vegani italiani

Tra i **vip vegani italiani** abbiamo **Claudia Zannella**, attrice e moglie del regista Fausto Brizzi. La naturopata cerca di evidenziare i vantaggi di questa alimentazione senza però voler far paragoni con nessuno. **Silvia Bianco**, celebre **pornostar vegana**, ha prestato la sua immagine per la campagna **Vegan Ok Expo** del 2002. Determinata nella sua scelta, ha un account Instagram chiamato **Fast Veg Menù**, dove pubblica video ricette vegane. L'attrice **Daniela Poggi** è un'attrice **vegana crudista** convinta, oltre che uno dei simboli per le campagne di *Animal Equality*.

LEGGI ANCHE:

- [5 buoni motivi per diventare vegani](#)
- [Gwyneth Paltrow, ecco la sua linea di prodotti vegani](#)

Riferimento articolo: <https://www.donnaclick.it/gossip/vip-vegani-ecco-chi-ha-detto-no-a-carne-e-cibi-di-provenienza-animale/>

Generato il 24/05/2025