

## 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