



Los animales tienen la capacidad de sufrir y disfrutar; por tanto, sus intereses han de ser tenidos en cuenta.



El veganismo es un modo de vida respetuoso con todos los animales.

**SER VEGANO**

SÍGUENOS EN: [www.servegano.org](http://www.servegano.org)  
[twitter.com/servegano](https://twitter.com/servegano)  
[facebook.com/servegano](https://facebook.com/servegano)

## ESPECISMO

### ¿Qué es el especismo?

Es un modo de discriminación basado en la especie (similar a como la raza lo es en el racismo o el sexo en el sexismo).

### ¿Cuándo se da?

Cuando hacemos valer los intereses de un individuo por encima de los de otro, teniendo como referencia únicamente la diferencia de especie.

### Intereses básicos

Los intereses básicos de todo animal son el disfrutar y el no sentir dolor. Por eso los llamamos seres sintientes.

### Consideración de intereses

La diferencia de especie es un criterio arbitrario puesto que, ni todos los individuos de una especie tienen las mismas capacidades, ni éstas tienen por qué ser relevantes.

### Valores morales

Nuestra moral nos dice que está mal alimentarse o experimentar con un humano. ¿Por qué? Porque le causaríamos dolor y le privaríamos de disfrutar.

### Ser consecuentes con nuestra moral

Todos los animales con sistema nervioso son capaces de sentir dolor y de disfrutar por lo que no existe justificación ética para el especismo.

### Derechos para los animales

Para salvaguardar sus intereses básicos, los animales han de tener derecho a su propia vida y a su integridad física y psíquica.

### Estilo de vida ético

Como consecuencia de todo lo anterior, no podemos justificar el uso de animales para satisfacer nuestros intereses. Hemos de adoptar el veganismo como forma de vida.

## VEGANISMO

### ¿Qué es el veganismo?

Es el rechazo del uso de animales, ya sea para alimentación, vestimenta, ocio, etc. Un vegano no consume ningún alimento de origen animal (carnes, pescados, lácteos, huevos, miel, etc), ni usa animales para vestirse (cuero, lana, seda, etc), no los utiliza como forma de ocio (tauromaquia, circos con animales, cacerías, zoológicos, acuarios...) y además se opone a su uso en experimentación científica.

### Justicia

El veganismo no surge de un sentimiento de amor o compasión hacia el resto de los animales, al igual que el rechazo al racismo no nace del amor hacia otras razas. Surge movido por la justicia, valor en el que se asienta nuestra sociedad.

## EXPLOTACIÓN ANIMAL

### ¿Qué es la explotación animal?

Entendemos por explotación animal el uso que hacemos de los animales al utilizarlos para nuestros fines.

### Animales como recursos

Dentro de la explotación animal, los animales son tratados como simples recursos o materias primas. Su empleo siempre va destinado a obtener el mayor beneficio para quien realiza la explotación.

### Esclavitud

Los animales son esclavos al servicio del negocio y de sus dueños. Su vida vale tanto como el beneficio que les puedan generar.

### Objetivos

Existen 4 campos fundamentales para los que son explotados los animales: obtención de alimento, de vestimenta, para ocio y para experimentación. Por volumen, la alimentación ocupa el primer lugar.

### Cifras

En España, anualmente, son sacrificados 800 millones de animales para alimentación (más un millón de toneladas de peces). Más de un millón son usados en experimentos. Treinta mil toros son criados para la tauromaquia y casi 200.000 perros y gatos son abandonados.

### Consecuencias

Cualquier explotación supone las mismas consecuencias: privación de libertad; limitación o anulación total de la oportunidad de disfrutar; incremento sustancial de sufrimiento; acortamiento de la vida. Todos los animales usados como recursos pasan por las mismas 4 fases: violación, mutilación, tortura y asesinato.

### Violación

Las hembras no eligen cuando engendrar o el macho con quien hacerlo; son inseminadas artificialmente o forzadas a copular. Muchas veces tampoco lo elige el macho, sino que se le extrae el semen.

### Mutilación

A los pollos y gallinas se les corta el pico (zona muy sensible); a cerdos, ovejas, perros, etc. la cola; a los cerdos también se les arrancan los testículos y colmillos; a perros usados en experimentación las cuerdas vocales; etc etc.

### Tortura

En la ganadería, los animales se encuentran en espacios tan pequeños que no pueden ni girarse, como es el caso de las cerdas; las gallinas apenas tienen una superficie mayor que la de un folio; etc. En zoológicos y acuarios, los animales enloquecen por el confinamiento. Animales para la venta como mascotas son expuestos en jaulas de cristal para luego, una gran mayoría, acabar abandonados.

### Asesinato

Finalmente, cuando el animal deja de ser rentable o, por el contrario, su cuerpo alcanza el mayor beneficio para el explotador, es asesinado. En la ganadería se recurre al desangrado, colgándose al animal de las patas y rebanándole el cuello.

# SER VEGANO

## ¿Es posible ser vegano?

Sí, el veganismo es un estilo de vida apto para toda la población y en cualquier fase de la vida. La explotación animal no es necesaria.

## ¿Es difícil?

Ser vegano requiere un primer periodo de adaptación que puede entrañar cierta dificultad, dependiendo de la dependencia que cada uno tenga a la explotación animal. Sin embargo, una vez superado este primer escollo, la vida transcurrirá con absoluta normalidad.

## ¿Qué hay que hacer?

Dejar de consumir productos de origen animal. En la alimentación: carnes, pescado, fiambres, huevos, productos lácteos, etc. En la vestimenta: pieles, cuero, lana, etc. En el ocio: no asistir a zoológicos, acuarios, circos con animales, etc; tampoco comprarlos.

## Actitud

Para afrontar los cambios que supone ser vegano debemos tener una actitud positiva y fuerte, que no nos haga olvidar que lo que perseguimos es lo justo y ético; y que no nos autoengañe para rendirnos ante los problemas que surjan y haga que lo justifiquemos.

# RECHAZO

## Hay que comer de todo

La ADA, la asociación de nutricionistas más numerosa e importante del mundo, afirma que las dietas veganas son nutricionalmente sanas para cualquier etapa de la vida. Los alimentos vegetales tienen todos los alimentos que necesitamos (incluidas abundantes proteínas). El dicho del título es más una frase hecha que algo con validez científica.

## Los humanos somos superiores

En primer lugar hay que decir que el hecho de ser superior en algo, como pudiera ser la inteligencia, no tiene relación con someter a otro individuo a tu voluntad. Pero es que sucede que no todos los humanos son superiores: bebés, muchos discapacitados psíquicos o ciertos ancianos, etc. tienen capacidades menores. Si creemos que ellos tienen que tener consideración moral y el resto de animales no, estaremos utilizando el especismo como discriminación no racional.

## Sí a la explotación, no al maltrato

Cualquier negocio busca dar un producto y obtener un beneficio a cambio, gastando lo menos posible. Lo mismo sucede con la explotación animal. No puede haber consideración moral hacia los animales si los estás utilizando para lucrarte. Además, no explotamos a los humanos, luego sería especista hacerlo con el resto de animales.

## Muerte no presente

Algunos productos de origen animal no se identifican con maltrato al no presentar cadáveres. Pero que no los veamos no significa que no existan. Para dar leche las vacas tienen que parir, siendo sacrificados los terneros; para los huevos, son los machos por no ser rentables; etc.

# BENEFICIOS

## Animales

Obviamente, los mayores beneficiados al hacernos veganos son los animales a los que dejamos de explotar. Es el motivo que nos lleva a hacernos veganos y vivir de un modo ético. Pero además existen unos beneficios tanto para nosotros mismos como para el conjunto del planeta muy interesantes.

## Medio ambiente

La producción ganadera es muy contaminante y desperdicia muchísimos recursos por cuanto primero se cultivan vegetales con los que luego alimentar animales. Con el veganismo nosotros consumimos dichos vegetales y, además, en menor cantidad.

## Contaminación

La ganadería es responsable del 18% de los gases que provocan el efecto invernadero. Además, los residuos de los orines y defecaciones contaminan los terrenos adyacentes a las granjas.

## Hábitats

Los animales explotados en la ganadería necesitan una gran cantidad de alimentos vegetales. Hoy en día la selva amazónica se está destruyendo para estos cultivos. Un 33% de la superficie de cultivo se destina a alimentar animales, y un 26% de la mundial se dedica al pastoreo. Todo ese espacio se sustrae de hábitats naturales que desaparecen.

## Agua

Otra consecuencia de lo ya comentado es el sobreconsumo de agua. Por ejemplo, se necesitan 15.000 litros para 1 kg de carne, pero solo 1.500 para uno de trigo.

## Océanos

Los océanos están perdiendo, a pasos agigantados, los peces que los poblaban. Los caladeros mundiales son cada vez menores y más pequeños. Tampoco hay que olvidar que peces de acuicultura son alimentados con otros peces pescados en alta mar.

## Salud

El consumo de alimentos de origen animal o una baja ingesta de vegetales está directamente relacionado con enfermedades cardiovasculares o algunos tipos de cánceres, así como la obesidad, diabetes, osteoporosis, etc.

## Enfermedades

La transmisión de enfermedades por zoonosis, como la toxoplasmosis, salmonela, etc es un riesgo al consumir alimentos de origen animal. Igualmente, enfermedades como la denominada de las "vacas locas" o la temida gripe aviar son consecuencias de la explotación animal.

## Social

El desperdicio de recursos al que hacíamos mención tiene como consecuencia que alimentos que podrían destinarse a acabar con el hambre en el mundo lo hagan para alimentar animales explotados.

# WWW.SERVEGANO.ORG

El veganismo es el único método efectivo para acabar con el maltrato animal y conseguir un mundo justo para todos.



Ser vegano está al alcance de cualquiera; la explotación animal no es necesaria.

Encontrarás información ampliada en nuestra web, así como las fuentes de los datos que hemos utilizado.

# SER VEGANO