

PERSONALIDADES QUE LLEVAN UNA ALIMENTACIÓN VEGANA – Steph Davis

STEPH DAVIS

Alpinista, escaladora, saltadora de base y voladora en traje aéreo.

(Alimentación vegana)

Una de las mujeres líderes en la escalada mundial.

Ha completado las rutas más difíciles del mundo:

La primera mujer en alcanzar la cima del Fitzroy Range en la Patagonia.

La segunda en escalada libre de El Capitán (Parque Nacional de Yosemite) en un solo día.

La primera mujer en escalar libre del The Diamond en Long Peak Colorado.

La primera mujer en llegar a la cima del Torre Eger en el hielo patagónico América del Sur.

“Comencé la alimentación vegana porque noté que me sentía mejor y rendía mejor.

Un par de años después me hice consciente de la industria alimenticia y lo que sucede con los animales cada día en nuestra sociedad para obtener un ahorro en la producción de carne, huevo y lácteos.

Productos que incluso no benefician a la í que continuaré comiendo de esta forma para mantener mi dinero fuera del sistema que perpetúa el abuso y la crueldad.” -Steph Davis.

“He sido vegana desde hace 10 años, y no hay nada en mi vida que no haya mejorado como resultado, desde la escalada, hasta el tener una mejor mentalidad y un mejor ser espiritual.

Nadie dice que debes convertirte en un vegano “perfecto” de la noche a la mañana, pero por qué no comenzar haciendo pequeños

cambios en a alimentación. Estamos aquí por un corto periodo de tiempo, y al final, vivir una vida bien intencionada y compasiva parece ser lo que verdaderamente importa, el único objetivo real al que yo aspiro.”

-Steph Davis.

fuentes

Steph Davis FACEBOOK

Steph Davis TWITTER

Steph Davis PINTEREST

Steph Davis VIMEO

Universidades se inscriben a programa vegano...

Más de una docena de universidades se inscriben en un programa para aumentar las opciones de comida vegana.

Nestlé Professional, en colaboración con la Universidad de Massachusetts Amherst y el chef ganador del Premio James Beard, Michel Nischan, creó el programa Purpose-Driven Plant-Based Incubator que busca ofrecer alimentos a base de ingredientes vegetales en las escuelas, en un inicio, aunque se proyecta para incursionar en el sistema alimentario de Estados Unidos en general. Esto en razón, principalmente, de las implicaciones medioambientales del consumo de productos de origen animal, buscando incentivar la elección de productos de origen vegetal en los estudiantes y los empleados de las universidades, minimizando así la huella de carbono de la población. Al día de hoy, 12 universidades participan en el programa y se estima que, de acuerdo a las investigaciones

hechas por Nestlé Professional, la generación Z exige cada vez más opciones alimenticias de origen vegetal. Se espera que el número de universidades aumente en un futuro cercano.

PERSONALIDADES QUE LLEVAN UNA ALIMENTACIÓN VEGANA – Dr. Neal Barnard

Barnard, (Doctor en medicina)

(vegano desde hace 30 años)

Fundador del Physicians Committee for Responsible Medicine, el cual promueve la dieta vegana con 5000 doctores miembros.

Profesor de medicina en la escuela de medicina de la Universidad George Washington.

El ha realizado varios estudios investigando el efecto de la alimentación en la diabetes, el peso corporal y el dolor crónico.

Ha publicado más de 70 artículos científicos y 17 libros entre los que se incluyen Power Foods for the Brain, 21-Day Weight Loss Kickstart y el best-seller 's Program for Reversing Diabetes.

El alienta a poner freno al uso de pruebas en animales de laboratorio, haciendo una transición más segura a través de una ciencia más humana por medio de la información y la toma de consciencia.

Es un activista en favor de la protección a los animales.

Barnard, (Doctor en medicina)

(vegano desde hace 30 años)

Fundador del Physicians Committee for Responsible Medicine, el

cual promueve la dieta vegana con 5000 doctores miembros.
Profesor de medicina en la escuela de medicina de la
Universidad George Washington.

“La típica rebanada de queso es 70% grasa, está a un paso de la vaselina. Es uno de los alimentos más insalubres que se pueden comer. Pero los comercios han aprendido que la gente lo pide, así que se lo agregan a todo.”

– Dr. Neal Barnard

fuentes

VegetarianosHOY | Dr. Neal Barnard, exponente en medicina vegana – VegetarianosHOY

La Industria Basada en Plantas va en crecimiento...

La industria plant-based: su estado actual y los retos que enfrentará en 2023

“Según Valuates Reports, el mercado de proteínas a base de plantas crecerá a 10 mil 330 millones de dólares para 2027.” La industria de los productos de origen vegetal ha estado creciendo desde 2019 y tuvo su apogeo en 2020, gracias a que las personas se preocupan cada vez más por cambiar sus hábitos alimenticios en razón de salud y de responsabilidad medioambiental. Así, la industria alimenticia busca satisfacer

la creciente demanda de estos productos, por lo que es un nicho de gran oportunidad para la innovación, ya que la industria se enfrenta a los retos de hacer estos productos más accesibles en cuestión de costos y disponibilidad, así como la cuestión del sabor y el procesamiento eficiente de los mismos.

FUENTES:

¿Cuál es el escenario del plant-based para 2023? ()

PERSONALIDADES QUE LLEVAN UNA ALIMENTACIÓN VEGANA – Moby, Richard Melville

MOBY

(Richard Melville Hall)

Compositor de música electrónica, estadounidense.

Ha vendido más de 20 millones de álbumes.

Merecedor de:

1 Disco de diamante

20 Discos de platino

16 Discos de oro

1 disco de plata

La razón por la que primero me volví vegetariano, es simple: Amaba y sigo amando a los animales y no quiero estar involucrado en nada que contribuya para su sufrimiento.

En un inicio dejé de comer carne roja y pollo, después pescado. Más tarde pensé, “No quiero contribuir al sufrimiento animal, pero por los lácteos de las vacas y el huevo de las gallinas en la industria, es que están en condiciones miserables, así que, por qué sigo consumiendo lácteos y

huevo?”

Así que en 1987 dejé de consumir productos de origen animal y me volví vegano. Para así poder vivir y alimentarme de acuerdo a mi creencia que los animales tienen sus propias vidas y que no quiero ser parte de su sufrimiento.

-Moby

fuentes

Página web oficial:

Moby Facebook:

Restaurante Vegano Little Pine (propiedad de Moby)

V

¿¿Carne vegana de pasto??

Nuevo proyecto tiene como objetivo hacer carne vegana directamente a partir de proteínas de hierba.

Dos empresas neerlandesas, Schouten Europe y Grassa, se unen para investigar la posibilidad de producir proteína a partir de pasto, partiendo de la base de que las vacas consumen (idealmente) el pasto y de él toman la proteína que luego consume el humano de la carne del animal. Así, se busca, por un lado, evitar el eslabón de consumir la carne bovina y lograr obtener la proteína necesaria directamente del pasto, mientras que por el otro se logre una alternativa nutrimental a la soya, lo que impulsaría la producción y consumo local neerlandés y europeo, sin mencionar el avance para la dieta vegana en general.

FUENTES:

PERSONALIDADES QUE LLEVAN UNA ALIMENTACIÓN VEGANA – Fiona Oakes

FIONA OAKES

Maratonista inglesa conocida como la “Maratonista Extrema.”
Vegana desde los 6 años de edad.

Ganadora de varios maratones entre los que se incluyen:

1er Lugar Maratón Santa Claus en Finlandia 2010 (nuevo record)

1er Lugar Maratón Ruska Finlandia 2010 (nuevo record)

1er Lugar Maratón del Polo Norte 2013 (nuevo record)

En 2014 corrió 7 maratones en 7 días consecutivos siendo la ganadora.

Ha obtenido el récord mundial Guinness por sus marcas en tiempo.

fuentes

Fiona Oakes, vegan marathon runner | Great Vegan Athletes | Vegans Thriving. Elite Vegan Athletes

Fiona Oakes, la corredora vegana, sin rótula y poseedora de varios récords, en uno de sus desafíos más extremos: el maratón des Sables | TN

¿Sabías que hay una app para buscar pareja vegana?

La 'app' de ligar para veganos y vegetarianos.

En Reino Unido se desarrolló una app para citas dirigido al público vegano específicamente, esto en razón de atender a la creciente necesidad de congeniar y relacionarse con personas que compartan el mismo estilo de vida y visión ética hacia el trato a los animales. Así, si bien el fundador de la misma afirma no tener la intención de excluir, el objetivo primordial, por voz de algunos de usuarios de la app entrevistados, es relajarse en el sentido de poder compartir una relación sentimental o una amistad sin tener de por medio la necesidad de explicar o defender su forma de comer y de vivir. Actualmente la aplicación se encuentra disponible en inglés, pero se anuncia su próxima traducción al español para facilitar la participación de los veganos españoles o hispanoparlantes en general. Su disponibilidad en México no se menciona, pero es probable que no lo esté, por el momento.

Fecha de la noticia: 29 enero 2023

FUENTES:

La 'app' de ligar para veganos y vegetarianos que no quieren salir con 'carnacas': "Me hacen sentir como si yo fuera un problema" | ICON | EL PAÍS ()

PERSONALIDADES QUE LLEVARON UNA ALIMENTACIÓN VEGETARIANA – Albert Einstein

Albert Einstein (1879-1955)

(vegetariano)

Físico alemán nacionalizado estadounidense, considerado como el científico más conocido y popular del siglo XX.

Dedujo la famosa ecuación $E=mc^2$.

Sentaría las bases para el estudio de la mecánica cuántica.

Premio nobel de física en 1921.

En sus últimos años trabajó por integrar en una misma teoría la fuerza gravitatoria y la electromagnética.

Este año 2016 se comprueba una más de las teorías de Albert Einstein, detectándose así las ondas gravitacionales.

“Nada beneficiará a la salud humana e incrementará las probabilidades de supervivencia de la vida sobre la Tierra como la evolución hacia una dieta vegetariana.”

En una nota similar declaró:

“Nuestra tarea debe ser ampliar nuestro círculo de compasión, para así incluir a todas las criaturas vivientes y a la naturaleza entera en su belleza”.

Y, el día en que se volvió vegetariano, Einstein escribió en su diario: “De modo que estoy viviendo sin grasas, sin carne, sin pescado, pero me siento muy bien así.

Siempre me ha parecido que el hombre no nació para ser carnívoro”.

fuentes

· Que tienen en común Einstein, Newton, DaVinci, Tesla, Edison
– AlgoEstáCambiando ()

Historia del Vegetarianismo – Albert Einstein (1879-1955) ()

POLÍTICO MEXICANO INVITA TAMALES VEGANOS A EMBAJADORES...

Marcelo Ebrard invita tamales veganos a embajadores: El político los compró los tamales en una tamalería gourmet.

Como es bien sabido, el pasado 2 de febrero fue el Día de la Candelaria, lo que implica que aquellos que sacaron su muñequito en la rosca deben invitar los tamales. Tal fue el caso del canciller de México, Marcelo Ebrard, quien invitó tamales a 65 embajadores del mundo. El punto a destacar es que dichos tamales fueron oaxaqueños de mole completamente veganos, y lo mejor es que son accesibles para todos, pues los compró en un negocio llamado Tentación de Maíz, que si bien no es exclusivamente vegano cuenta con una amplia variedad de tamales veganos hechos a base de aceite de oliva y de coco, nada de manteca de cerdo, como son el de champiñón en salsa verde o el de arándanos con nuez. Tienen sucursales en las colonias Nueva Santa María, Narvarte y Clavería.

Todos **los tamales repartidos fueron veganos**, lo cual implica que no tienen manteca de cerdo ni ningún ingrediente de origen animal como carne o queso. Esta tendencia ha aumentado en las tamalerías debido a los cambios en los hábitos de consumo, ya que incluso por restricciones de salud las personas buscan esta opción.

FUENTES:

Marcelo Ebrard invita tamales veganos a embajadores: Esta es la tamalería gourmet donde los compró – Ciudadanos por México
()