

# **Qué es el veganismo**

Texto original:

**Promoviendo el veganismo**

[pveganismo@gmail.com](mailto:pveganismo@gmail.com)

Editado por:

**ochodoscuatro ediciones**

[ochodoscuatroediciones.org](http://ochodoscuatroediciones.org)

Más información en:

**[acabemosconelespecismo.com](http://acabemosconelespecismo.com)**

Todos los beneficios de este libelo irán destinados a la difusión de las ideas antiespecistas. Queda terminantemente recomendada la reproducción total o parcial de este texto únicamente para el debate y la difusión no comercial.

**Nota sobre el lenguaje:**

Para la reedición de este texto hemos decidido no ceñirnos al uso del masculino como neutro, así que hemos alternado indiscriminadamente masculino y femenino. Nos parece importante encontrar y desarrollar poco a poco formas de expresarnos más inclusivas que las que nos dictan desde las instituciones, siendo conscientes de que ello exige cierto esfuerzo por parte tanto de quienes escriben como de quienes leen, pero con la convicción de que este pequeño esfuerzo merece la pena.

# Índice

El término “veganismo” .....	5
Redefinición del veganismo .....	7
Derechos de los animales .....	9
El principio ético de igualdad .....	12
Especismo .....	13
¿Las veganas se preocupan más por erradicar el sufrimiento animal que el humano? .....	14
Amantes de los animales .....	16
Bienestarismo vs. Abolicionismo .....	17
¿Los veganos son extremistas y/o radicales? .....	18
¿Las plantas sufren?.....	21
Diferencia con el ecologismo .....	24
¿Si el león se come a la gacela por qué no vamos a comernos nosotras al cerdo? .....	26
Consumo de huevos .....	28
Consumo de leche.....	32
Dificultades de ser vegano .....	34
El problema de la presión .....	37



## **El término “veganismo”**

Los británicos Donald Watson y Elsie Shrigley fueron quienes acuñaron el término “vegano”. Ambos seguían una forma de vida en la que evitaban explotar o dañar a los animales. Esto implicaba no comer animales, pero también eran conscientes del sufrimiento que producía el consumo de huevos y de leche. Tampoco se vestían con ellos ni los utilizaban como medios de transporte, entretenimiento, etc.

Aunque ni Watson ni Shrigley fueron las primeras veganas, sí que sintieron la necesidad de disponer de un término que se identificase con las inquietudes de aquellas vegetarianas que lo eran por motivos éticos, frente a aquellas que lo eran por motivos de salud o que consumían huevos, leche y otros productos de origen animal. El motivo por el que decidieron crear el término “vegan” no debe ser entendido como un afán por destacar, sino que estas dos personas fueron conscientes de que emplear un mismo término

para designar a personas con intereses y formas de vida diferentes creaba confusión.

Así, en 1944 Donald Watson y Elsie Shrigley acuñaron el término “veganismo”. Watson lo definió de este modo: “El veganismo es una filosofía de vida que excluye todas las formas de explotación y crueldad hacia el reino animal e incluye una reverencia a la vida. En la práctica se aplica siguiendo una dieta vegetariana pura y anima al uso de alternativas para todas las materias derivadas parcial o totalmente de animales”.

El propio Watson deja patente que la motivación del veganismo no es la ecología o la salud, sino el reconocimiento de los animales como sujetos morales. Explica que al igual que en determinadas sociedades no se tuvieron en consideración los intereses de determinados grupos humanos y fueron esclavizados, en nuestra sociedad occidental se comete una injusticia similar con los animales.

“Nuestra civilización actual está basada en la explotación de animales, de la misma manera que las civilizaciones del

pasado estuvieron fundadas en la explotación de esclavos, y creemos que el destino espiritual del ser humano conducirá a que en el futuro contemplaremos con horror el hecho de que el hombre se alimentó de productos hechos con los cuerpos de otros animales”.

Donald Watson, *The Vegan News*,  
nº1, 1944.

## **Redefinición del veganismo**

A pesar de que Watson explicase que el veganismo consiste en no consumir productos de origen animal, muchos veganos entienden que la preocupación real de Watson y el resto de veganos es no causar sufrimiento a los animales. Es decir, Watson y Shrigley eran conscientes de que al consumir huevos o leche también se perjudica a los animales, aunque no se les mate directamente, y por eso no lo hacían.

Sin embargo, existen productos que no son de origen animal e implican el sufrimiento o la explotación de animales. Un ejemplo podría ser el de un campo en el que se emplea a una mula para arar la tierra.

Esa mula sería un animal al que se le trata como si de maquinaria agrícola se tratase, sin tener en cuenta sus intereses, tan solo su fuerza de trabajo y los beneficios que produce. Es decir, la esencia del veganismo no es el no consumir productos de origen animal, sino el no causar sufrimiento a los animales, y tratarlos como seres que sienten y que tienen interés en no ser explotadas, no ser tratadas como objetos al servicio de las humanas.

Esta visión del veganismo como una actitud respetuosa con los animales nos permite entender que no sólo se tiene en cuenta la alimentación, sino cualquier otra conducta que pudiese dañar a un animal. De este modo, una persona que no se alimenta a base de productos derivados de la explotación animal, pero sí compra prendas de cuero, experimenta con animales, se entretiene maltratando a su perro o yendo a cazar no se podría decir de ella que es vegana.

Por último, es necesario matizar que cuando se dice que las veganas rechazan causar sufri-



miento a los animales se sobreentiende que no lo hacen sin tener en cuenta sus intereses. Se podría dar el caso de un animal herido que necesita asistencia veterinaria, es posible que durante la operación o la sutura el animal se estrese o sufra de otro modo, pero se trataría de un mal menor que beneficiaría a ese animal en cuestión. Es decir, a ese animal no se le hace sufrir gratuitamente para que un humano se beneficie, sino por el propio interés del animal. Evidentemente el veganismo no se opone a ese sufrimiento.

## **Derechos de los animales**

Cuando se habla de derechos de los animales no se hace referencia a la acepción jurídica o legislativa del término “derechos”, sino que se hace en un sentido moral. En esa misma línea, quienes reivindican que sean respetados los derechos de los animales son conscientes de que para ello es imprescindible que la sociedad cambie la visión

que tiene de ellos y que comprenda que los animales merecen respeto. No se trata de un cambio legislativo. A continuación, se explica por qué los animales tienen derechos.

Para que a alguien se le reconozca un derecho es necesario que tenga interés en tal derecho. Con los animales sucede exactamente lo mismo, a los animales se les debe reconocer unos derechos concordantes con sus intereses. Esto quiere decir que quienes reclaman los derechos de los animales no están pidiendo que se les conceda derecho al voto. Los animales no tienen ningún interés en votar y, por consiguiente, ninguna defensora de los derechos de los animales demandaría que se reconociese tal “derecho”. Si bien es cierto que quienes se oponen a reconocer los derechos de los animales con frecuencia recurren a argucias de este tipo: difunden la idea de que los derechos de los animales consisten en llevar a los animales a las urnas o disparates similares.

La mayoría de los animales disponen de un sistema nervioso que les permite tener sensacio-

nes. Dentro de esas sensaciones están aquellas que podríamos llamar agradables (como el placer) y las desagradables (dolor, estrés, miedo, etc.). Como es lógico, los animales tienen interés en tener sensaciones agradables y evitar las desagradables. Desean disfrutar de la vida y, por supuesto, no sufrir; tampoco quieren que se les mate. En consonancia con tales intereses se les deben reconocer una serie de derechos. Gary Francione destaca tres derechos básicos de los animales: el derecho a la libertad, el derecho a la vida, y el derecho a que no se les cause sufrimiento. Francione resume estos tres derechos en uno sólo: el derecho a no ser tratado como propiedad (como si los animales fuesen recursos para beneficio de los humanos). La noción de que los animales son seres con sentimientos, que no están en este mundo para servirnos a los humanos y que desean disfrutar de sus vidas es una idea comúnmente aceptada desde una perspectiva vegana.

## **El principio ético de igualdad**

El principio ético de igualdad apunta que ante dos individuos que tienen el mismo interés, dicho interés será valorado por igual para ambos individuos, independientemente de características irrelevantes: si un hombre y una mujer tienen el mismo interés, por ejemplo, en sentirse queridos, el interés de cada uno de ellos será valorado de la misma manera sin prestar atención al sexo al que pertenezcan. Este principio se aplica también a individuos de distintas razas, por ejemplo, el interés en no ser matado es igual independientemente de que el sujeto sea de origen africano o asiático, y por lo tanto es igual de injusto matar a uno u otro.

Quienes creen en los derechos de los animales aplican ese mismo principio a individuos de distintas especies: por ejemplo, debido a que un animal tiene tanto interés en no ser víctima de tortura como una humana, es tan injusto causar sufrimiento a una como lo es provocárselo a otra.

Por tanto, la raza, el sexo, la especie, la inteli-

gencia o la orientación sexual son rasgos irrelevantes de un individuo y, según el principio ético de igualdad, deben ser tratados como tales a la hora de valorar sus intereses.

## **Especismo**

El especismo surge de no aplicar el principio de igualdad, o sea de llevar a cabo una discriminación moral arbitraria. Se trata de valorar más los intereses de un individuo en función de la especie a la que pertenece. El término especismo es equivalente al de racismo (discriminar a un individuo en función de la raza a la que pertenece) o al sexismo (discriminar a un individuo en función de su sexo).

La forma más común de especismo es el antropocentrismo: considerar que las humanas y sus intereses son más importantes que los del resto de los animales. Pero hay otras formas de especismo: creer que los intereses de un perro son más importantes que los de una gallina sería otra de ellas.

La misantropía consiste en valorar menos a las humanas y a sus intereses que al resto de animales. Quienes se oponen a la práctica de la discriminación especista (los antiespecistas) están en contra del antropocentrismo, la misantropía o cualquier otra forma de especismo. Señalar que desde el veganismo se valoran más a los animales que a los humanos es otra de las estrategias que emplean quienes se oponen a que se reconozcan los derechos de los animales; pero tal afirmación no se ajusta en absoluto a la realidad.

### **¿Las veganas se preocupan más por erradicar el sufrimiento animal que el humano?**

Es muy común que a los veganos se les eche en cara que se preocupen más por el sufrimiento de los animales que por el sufrimiento de los humanos. Lo que sucede en realidad es lo contrario. Quienes hacen esta acusación consideran que los intereses de las humanas y sus problemas deberían

recibir una atención especial, mientras que las veganas se dan cuenta de que la especie a la que pertenece un individuo es irrelevante a la hora de valorar sus intereses. El hecho de que los veganos apliquen el principio ético de igualdad entre humanos y animales causa un impacto en muchas de las personas que han sido educadas según los valores antropocentristas predominantes en nuestra sociedad, y es habitual que esto les incite a sentirse ofendidos con los veganos.

Al aplicar el principio ético de igualdad, a la hora de decidir cuál de dos individuos ayudar se tendrán en cuenta las necesidades de cada una de ellas, y nunca la especie de la que forman parte, igual que una antirracista no tendría en cuenta la raza. Por ejemplo, si andando por el campo una vegana se cruza con una perra con la pata rota y una niña que se ha roto una uña, ayudará a la perra antes que a la niña, porque el sufrimiento que padece la primera es mayor que el que padece la segunda. Pero eso no quiere decir que le dé más

importancia a la perra que a la niña. Solo que es consciente de que la situación en la que se encuentra la perra es más trágica y necesita una ayuda más urgente. Si fuese la niña la que tiene la pierna rota, ayudaría a ésta.

Es importante resaltar que una enorme proporción de los activistas que luchan por que se reconozcan los derechos de los animales también están implicados en otros movimientos que persiguen la justicia social (la abolición del racismo, sexismo, homofobia, imperialismo, etc.), lo cual demuestra que las acusaciones a las que son sometidos los veganos de anteponer a los animales frente a los humanos son completamente infundadas.

### **Amantes de los animales**

Ser vegana no equivale a amar a los animales, sino a respetarlos, así como a reconocer que tienen una serie de derechos básicos y , de manera ideal, a aplicar el principio ético de igualdad.



Quienes se oponen al racismo no sienten una especial simpatía hacia personas de otras razas, de la misma manera que quienes se oponen al especismo no necesariamente tienen por qué sentir simpatía hacia individuos de otras especies.

### **Bienestarismo vs. Abolicionismo**

Las críticas hacia determinadas formas de maltrato animal cada vez están más generalizadas en la sociedad. Se hacen constantes reformas en lo referente a los modos de matar a los animales en los mataderos, el tamaño de las jaulas en las que están encerradas las gallinas ponedoras, etc. Estos cambios en la normativa de bienestar animal son los perseguidos por las bienestaristas. Ellas no persiguen que se deje de explotar a los animales, sino que se haga de una forma diferente.

El veganismo, por el contrario, se fundamenta en el deseo de erradicar (abolir) la explotación animal, independientemente de cómo se explote a

los animales o cómo se les mate. Así, por ejemplo, un vegano no comería carne aunque se le garantizase que aquel cerdo tuvo la oportunidad de pasear por el campo y se procuró reducir al máximo su sufrimiento en el matadero.

No lo haría porque reconoce el derecho del cerdo a vivir y a disfrutar de la vida y a no ser tratado como una propiedad nuestra. Matar a un animal implica la vulneración de ese derecho, al margen del método empleado para hacerlo.

### **¿Los veganos son extremistas y/o radicales?**

No es extraño que en un debate quien se siente incapaz de responder a una argumentación insulte a la otra persona o se limite a catalogarla de extremista y radical.

Tal comportamiento refleja que quien lo lleva a cabo no tiene la intención de aprender nada nuevo durante el debate y compartir sus conocimientos, sino de imponer su postura. Cuando se perca-

ta de que hay razones éticas y lógicas para adoptar una forma de vida vegana en lugar de cuestionar ideas previas que pudiesen ser equivocadas, opta por menospreciar los argumentos que se le exponen, pero sin dar razones para ello, simplemente diciendo que son ideas “extremistas” o “radicales”.

Sería conveniente que la gente se diese cuenta de que las veganas en un principio no lo eran, y que fue la capacidad de mantener una mentalidad abierta al diálogo y a cuestionarse las ideas y conductas propias lo que les empujó a cambiar sus hábitos y costumbres. Por consiguiente, no tiene sentido percibir sus argumentos como ataques, ya que las propias veganas han vivido esa misma situación anteriormente. Adoptar el veganismo no supone atacar a quien no lo es, ni tener un sentimiento de superioridad. En realidad, precisamente el no sentirse superiores es lo que empuja a muchas a hacerse veganas.

Por otra parte, si dibujásemos una línea en la que en un extremo situásemos a aquellas personas

que son especialmente crueles con los animales y en el otro extremo a quienes procuran no causarles sufrimiento alguno, es evidente que las veganas ocuparían el segundo extremo de la línea. Entre ambos extremos estarían situadas el resto de personas según el sufrimiento que provocasen a otros animales. Si entendemos el término “extremista” en ese sentido, las veganas se podrían considerar como tales, ya que son personas que procuran respetar a los animales y reducir su sufrimiento. Pero no hay motivo para insultarles por ello.

En lo referente al término “radical”, también suele ser empleado como arma arrojadiza cuando no se tiene la capacidad de contraargumentar la postura respetuosa con los derechos de los animales. Etimológicamente proviene del latín ‘radix’(raíz). Si entendemos por radical a una persona que, al intentar solucionar un problema se centra en la raíz del mismo, y no en sus aspectos superficiales, se podría decir que los veganos son radicales. Ellos son conscientes de que el problema de la re-

lación de los humanos con los animales es que los primeros no tienen en cuenta sus intereses, ni les reconocen sus correspondientes derechos. Así, evitan modificar la forma en la que los animales son explotados o matados, sino que pretenden solucionar el problema de raíz y para ello se proponen mostrar a la sociedad que los animales merecen ser respetados y no ser considerados como propiedad al servicio de los humanos.

### **¿Las plantas sufren?**

Las plantas carecen de sistema nervioso o cualquier otro aparato equivalente que les permita tener sensaciones. Sin sensaciones de ningún tipo tampoco tienen intereses y, por consiguiente, no se les pueden reconocer derechos.

Es común cometer el error de pensar que cualquier ser vivo tiene sensaciones. Algunas plantas pueden efectuar ciertos movimientos o giros, como los girasoles o determinadas plantas carnívo-

ras; algunas plantas crecen más en aquellas zonas donde más iluminación reciben, y el sistema reticular de otras plantas crece más en aquellas zonas donde suele haber una acumulación de agua. Estos fenómenos biológicos se explican por lo que se conoce como nastias y tropismos, pero nunca por una capacidad sensitiva de las plantas. Carecen de órganos sensoriales receptores de estímulos, de órganos locomotores para el desplazamiento y de un sistema nervioso capaz de producir respuestas.

Hay varios motivos que demuestran que las plantas no tienen sensaciones y, por tanto, tampoco intereses ni derechos. El de la ausencia de sistema nervioso central es sólo uno de ellos. Otro es que sería completamente desadaptativo: los seres vivos, generación tras generación, desarrollan órganos y mecanismos que les permitan adaptarse al entorno en el que viven. Si un órgano no facilita esta tarea desaparece progresivamente. El hecho de que las plantas tuviesen un mecanismo que les permitiese sentir dolor no supondría beneficio alguno

ya que las plantas, al contrario que los animales, no pueden escapar ni evitar la fuente de dolor.

Se dan casos de personas que, empeñadas en que no se reconozcan los derechos de los animales, llegan no sólo a la afirmación de que las plantas sienten, sino que añaden que los animales no. Obviamente esto es algo absurdo por completo. Cualquier persona con unos conocimientos mínimos de biología puede explicar los órganos receptores y transmisores que permiten a los animales sentir. Además, se conoce lo suficientemente bien la anatomía de las plantas como para afirmar con total certeza que carecen de órganos receptores o de cualquier mecanismo equivalente. Que las plantas no sienten es un hecho que además ha sido demostrado científicamente.

Además de su sistema nervioso y de resultar adaptativo, una prueba evidente de que los animales sienten es que expresan el dolor. Si a un perro se le pisa responde quejándose, igual que lo hace una humana; además cualquiera que haya

convivido con un perro comprende también sus expresiones de alegría. Negar tales sensaciones de los perros u otros animales es completamente absurdo e ilógico.

El que los veganos rechacen comer animales pero acepten comer plantas no es una elección arbitraria, sino que está motivado por razones científicas y morales.

Frecuentemente cuando se dice que las plantas sufren se trata de un intento de ridiculizar el veganismo, una pretensión desesperada de encontrar contradicciones en él. También es cierto que puede deberse a una falta de conocimientos básicos de biología (como el desconocer lo que son las nastias y los tropismos).

## **Diferencia con el ecologismo**

El ecologismo es un movimiento que pretende preservar los ecosistemas y su biodiversidad (conservacionismo). Valora de manera diferente a



los individuos que conforman cada ecosistema en función del papel que juegan en él. Esto suele estar relacionado con el número de individuos de cada especie en un ecosistema particular: si hay cien cabras montesas y sólo tres lobos, los ecologistas darán más valor a los intereses de los lobos que los de las cabras montesas. No aplican el principio de igualdad y hacen distinciones en base a la especie.

Llama la atención que esta forma de valorar a un individuo en función de la cantidad de miembros que forman parte de su especie no es aplicada a las humanas. Si esto ocurriese las ecologistas valorarían menos a una humana que a un buitre negro, por ejemplo.

Los ecologistas valoran más la vida e intereses de un lince en peligro de extinción que los de una gata doméstica, mientras que quienes creen en los derechos de los animales no lo hacen. Consideran que los intereses de ambos individuos deben ser tenidos en cuenta por igual. De la misma manera que alguien que se oponga al racismo no valora

más los intereses de una persona por pertenecer a una raza/ tribu de la que sólo quedan vivos unos pocos individuos.

### **¿Si el león se come a la gacela por qué no vamos a comernos nosotras al cerdo?**

A diferencia del león, la mayoría de los humanos a partir de cierta edad tenemos capacidad de razonamiento moral, lo que nos permite distinguir entre lo que está bien y lo que está mal. No podemos demandarle a un león que fundamente su comportamiento en una base moral, como tampoco podemos llevar a cabo conductas no guiadas por la moral escudándonos en que el león no lo hace.

Es importante darse cuenta de que justificar el comportamiento según la premisa de que un animal también lo lleva a cabo es sumamente peligroso, por las implicaciones que esto podría tener. Los animales, por no razonar moralmente, llevan a cabo comportamientos que los humanos conside-

rarían reprobables. El león, por ejemplo, cuando quiere copular con una hembra mata a sus cachorros antes, si sabe que él no es el padre.

Conviene aclarar que disponer de la capacidad de razonar según unos principios morales no sitúa a ningún individuo por encima de otro que no la tiene. Una adulta no merece más consideración que una niña.

Los derechos no dependen de las capacidades que tiene alguien, sino de sus intereses. Esto mismo debe ser aplicado a otros animales. La capacidad de razonar de una adulta desde un punto de vista moral no la hace superior a un león que no puede hacerlo. Por el contrario, la capacidad de discernir entre lo que está bien y lo que está mal implica el deber de comportarse según lo que está bien, y no en función de la opción que le aportará mayores beneficios. Conlleva necesariamente a aplicar la “Regla de Oro”: portarse con las demás como nos gustaría que las demás se portasen con nosotras. Dicha regla es aplicable a los otros animales.

Los humanos somos animales omnívoros. Esto no quiere decir que necesitemos comer de todo, como habitualmente se afirma. Sino que nuestro sistema digestivo está preparado para absorber nutrientes de una amplia variedad de alimentos, lo que nos da la oportunidad de poder elegir, y tener en cuenta aspectos morales en esas decisiones.

Desde el veganismo se aplica el principio ético de igualdad y se valora más el interés de la cerda en vivir que el propio en degustar un trozo de jamón, ya que el primero es un interés vital y el segundo podría ser catalogado como un capricho. Causar daño a un animal, en este caso a una cerda, es algo que se puede evitar simplemente eligiendo un plato de origen vegetal. Al disminuir la demanda de jamón, la cría de cerdas y su consiguiente sufrimiento descenderán de forma directamente proporcional.

## **Consumo de huevos**

Una de las dudas más habituales que se pregunta la gente cuando oye hablar del veganismo es por qué no comen huevos o leche si “no se les mata”. La respuesta no es “los veganos no comen huevos o leche porque no comen productos de origen animal”, como se ha visto en la redefinición del término veganismo, sino porque al comer estos productos de origen animal se está causando sufrimiento a los animales y se procura que esto no suceda. Para causar sufrimiento a alguien no es imprescindible matarle, como se explicará a continuación.

Las granjas de la industria del huevo disponen de varias naves en las que se mantienen decenas de miles de gallinas encerradas en jaulas de batería, jaulas diminutas que comparten con otras compañeras presas. Se picotean entre ellas permanentemente, se hacen heridas por el rozamiento con los hierros de sus jaulas, son víctimas de parásitos, infecciones, etc.

Un reducido número de gallinas ponedoras vive en granjas de ganadería extensiva. Las gallinas son animales jerárquicos y sociales y para colocarse en la jerarquía establecen una “competición” agresiva entre ellas. Una vez que cada gallina conoce el lugar que ocupa en la jerarquía y sus compañeras también saben en qué puesto está, dejan de picotearla y ella deja de picotear a las demás. En las granjas extensivas la cantidad de gallinas que permanecen en cada recinto es de tal magnitud que las gallinas no pueden memorizar a los cientos de gallinas con las que conviven, por lo que los ataques entre ellas son permanentes. La solución de la industria es amputarles el pico, mutilándolas de por vida.

No obstante, aunque las heridas por picotazos de sus compañeras se reducen, el estrés que padecen las gallinas permanece inalterado. Pero lo verdaderamente importante es que en las granjas, sean del tipo que sean, las gallinas son consideradas propiedad, sus intereses son minusvalorados y

no se aplica el principio ético de igualdad. Ese es el motivo por el cual desde el veganismo se rechazan las granjas intensivas y las extensivas.

No hay que olvidar que la noción de que comer huevos no implica matar animales es una idea del todo errónea. Cada dos años aproximadamente las gallinas ponedoras disminuyen su producción de huevos, lo que hace que el propietario de la empresa obtenga menos beneficios (no olvidemos que las gallinas son tratadas como recursos para obtener beneficios).

Es en ese momento en el que todo el “lote” de gallinas es sustituido por otro más joven. Las gallinas “viejas” son matadas y sus cuerpos son empleados para hacer con ellos piensos con los que alimentar a otros animales o pastillas para sopa.

El nuevo “lote” de gallinas proviene de una empresa dedicada a la reproducción, incubación de huevos y cría de pollos hasta convertirse en gallinas ponedoras. Lo que poca gente se pregunta es qué ocurre con aquellos pollos que, por ser machos, no

servirán a la industria del huevo. Como los gallos no ponen huevos, tan pronto como nacen los pollitos se separan a las hembras de los machos, y todos los machos son matados inmediatamente en una trituradora. Mientras, los pollos hembra son criadas hasta que están preparadas para poner huevos y ocupar una jaula de batería o ser confinadas en una granja extensiva, hasta que dos años después disminuyan su productividad y sean matadas.

### **Consumo de leche**

Igual que sucede en el caso de los pollitos macho, también los terneros macho son matados poco tiempo después de nacer, generalmente en los siguientes días o semanas. Una granja perteneciente a la industria láctea no mantendrá a los terneros machos con vida, puesto que cuando sean adultos no producirán leche, por consiguiente, no generarán beneficios a la empresa. Antiguamente se dejaba con vida a algún macho para que fuese el semental,



pero en la actualidad la inseminación de las vacas es artificial, y las muestras de semen provienen de industrias especialmente dedicadas a ello, las más premiadas se sitúan en EEUU o Canadá.

Como les sucede a las gallinas que disminuyen la productividad, aquellas vacas que ya tienen aproximadamente seis años producirán menos leche y la granja las destinará al matadero. Finalmente serán empleadas para hacer piensos, pastillas para sopa, cuero, etc.

Un aspecto importante de la industria láctea que mucha gente no tiene en cuenta es que los terneros son animales mamíferos. Eso quiere decir que las crías (los terneros) maman la leche de sus madres. Sin embargo, en las granjas de la industria láctea tan pronto como nacen los terneros son separados de sus madres con el objetivo de minimizar la leche que consumen. Esto causa un enorme estrés tanto a la madre como a su cría, y ambos se llaman mutuamente durante días intentando sin éxito obtener respuesta.

La vaca, como cualquier otro mamífero, produce leche desde los días previos a dar a luz a su cría y durante los meses posteriores coincidiendo con la época de destete -situación que no se produce puesto el ternero le fue arrebatado justo al nacer-. Poco a poco su producción de leche irá decreciendo progresivamente.

Llegado a un nivel determinado, esta producción es escasa, por lo que el granjero insemina de nuevo a la vaca para que quede embarazada y dé a luz una nueva cría. Así se repetirá el ciclo: la vaca producirá leche, el ternero será separado, la leche será succionada de la ubre de la madre y pocos meses más adelante volverá a ser inseminada.

La leche que beben las humanas es la que produjeron las vacas para sus crías. Tanto las vacas como los terneros machos terminan en el matadero, y todos ellos son vistos como propiedad por parte del granjero (tanto en granjas intensivas como extensivas). Teniendo todo esto en cuenta es evidente el motivo por el que los veganos no beben leche ni toman sus derivados.

## **Dificultades de ser vegano**

Desde pequeñas se nos ha enseñado a pensar que los animales están en este mundo a nuestra entera disposición. Pertenece a la especie humana, que es superior a todas las demás. Nadie nos explica el motivo por el que las humanas estamos por encima de otros animales, y pocas se lo preguntan. Cuando surge esa cuestión pueden darse diversas respuestas, pero todas ellas carecen de fundamento lógico y, de este modo, son susceptibles de ser refutadas con facilidad. “Somos capaces de razonar”, dicen algunas. La mayoría de los etólogos responden que muchos animales también razonan y también emplean herramientas. Además, hay humanos que por haber sufrido trastornos degenerativos del sistema nervioso muy graves carecen de esa capacidad, como también la de utilizar lenguaje, y no por ello son inferiores a nosotros. Desde el veganismo se añade que la capacidad intelectual de un individuo no le confiere ningún estatus superior, y que los derechos van en consonancia con los intereses, no con la inteligencia.

La base fundamental de considerar a las humanas de alguna manera superiores al resto de animales es absolutamente arbitraria, no tiene ningún tipo de justificación, y su fundamento es idéntico al racismo o al sexismo.

El problema del veganismo no consiste en aprender a cocinar, acudir a cenas con las amigas y ni mucho menos en llevar una dieta saludable. La dificultad mayor con que se encuentran quienes quieren hacerse veganas y muchas de las que ya lo son es la de cuestionar todas esas ideas que se nos han inculcado desde que nacimos: en casa, en la escuela, a través de los medios de comunicación... Ese proceso intrapersonal de eliminar las concepciones especistas es, para muchas, largo y difícil.

Pero conforme se va avanzando, todo lo demás resulta mucho más fácil. Se deja de echar de menos el filete de ternera, porque ya no se piensa en él tanto como un plato de rico sabor, sino como en el cuerpo de un individuo que tenía interés en vivir, en mamar la leche de su madre y en crecer junto a ella.

Un animal con sentimientos cuyo derecho a la vida y a no ser tratado como propiedad ha sido vulnerado.

### **El problema de la presión**

Es comprensible que quienes descubren las injusticias a las que son sometidos los animales sientan el deseo de terminar a toda costa con ellas. No sólo adoptan el veganismo como forma de vida y el principio de igualdad como principio ético, sino que procuran que otras personas también lo hagan. Sin embargo, no todo el mundo tiene la misma predisposición para reconocer los derechos de los animales y hay personas que pueden sentirse presionadas según cómo se les planteen.

Es cierto que la mayoría de las veces tal presión no existe, sino que la persona no vegana puede sentirla de manera subjetiva. Se trataría de una sensación que va surgiendo a lo largo de una conversación en la que tras mostrar objeciones al

veganismo, un vegano le responde, argumenta y expone razonadamente sus ideas.

Sea real, o sea ficticia, es conveniente procurar que la gente no se sienta presionada.

Las consecuencias de que esto sucediese podrían ser dos: una, generar rechazo por parte de esa persona. Y dos, que se haga vegana empujada por ese sentimiento de presión que tiene (real o ficticio), y no porque verdaderamente haya tomado una decisión. Esto supondría que cuando dejase de sentir tal presión volviese a llevar una forma de vida que implicase causar sufrimiento a otros animales.

Las decisiones que tomamos a lo largo de nuestra vida las tenemos que tomar con plena conciencia, seguros de nosotros mismos y de lo que hacemos. No porque sentimos que una fuerza externa nos obliga a ello sino porque comprendemos que es la decisión más justa, la que debemos y queremos tomar.

“Nos hemos comido 824 millones de animales”, decía un titular. Sólo en el estado español, sólo en un año, 824 millones de individuos habían sido sacrificados para convertirse en comida. Esto sin contar los peces. Tampoco entraban en esta cifra los miles de animales muertos para hacer abrigos, mutilados para fabricar jerséis, utilizados en experimentación, encerrados en zoos y circos para nuestro entretenimiento, torturados y asesinados en las plazas de toros... No entraban aquellos que se crían para ser expuestos en escaparates y satisfacer nuestros caprichos, aquellos que son capturados en el océano al otro lado del mundo para adornar nuestras peceras, aquellos que son aplastados deliberadamente por un pie que los considera demasiado insignificantes para compartir el suelo.

(...) Por eso, el objetivo de esta editorial es sacar a la luz el problema de la explotación animal, así como extender las ideas antiespecistas y las diferentes experiencias de lucha al respecto. No pretendemos establecer un ideario cerrado, sino promover el debate y el aprendizaje continuos, así como la autocrítica, para que nunca más haya que empezar desde cero. Queremos dar un espacio de difusión a todas las herramientas teóricas y prácticas que puedan inspirarnos y ayudarnos a combatir esta injusticia y hacer crecer la lucha por la liberación animal.

Puedes descargar libremente el pdf de todos nuestros libros desde: [ochodoscuatroediciones.org](http://ochodoscuatroediciones.org)

