

## El desafío latinoamericano que participó Nicole Neumann celebra las más de 25 mil inscripciones

La campaña #VeggieChallenge, que ha contado con la participación de rostros como Nicole Neumann, Nacha Guevara y Leo Montero, invita a llevar una alimentación basada en vegetales por 30 días, y ya suma más de 25.000 inscritos.



El desafío #VeggieChallenge organizado por Fundación Vegetarianos Hoy, comenzó en mayo de 2019 con el objetivo de ofrecer una asesoría completa y gratuita para las personas interesadas en probar una alimentación basada en vegetales (vegana o vegetariana) durante 30 días. Desde entonces ya son más de 25.000 inscritos de habla hispana que han sido partícipes y por diversas razones, como lo son la compasión por los animales, mejorar la propia salud, interés en reducir el impacto ambiental o curiosidad por probar algo diferente.

Durante los primeros tres días de lanzamiento de la campaña superaron los 1.000 inscritos, y hoy suma participantes de toda Latinoamérica, concentrando una mayor cantidad Argentina, Chile, Colombia y México. En Argentina puntualmente, el desafío ha contado con el apoyo de diversas celebridades, tales como la modelo Nicole Neumann, las actrices Nacha Guevara, Marcela Kloosterboer y Jimena Varon, el actor y conductor Leo Montero, quien comenta “Algunos me preguntan, ‘¿es difícil ser vegano?’ yo les respondo, ‘es realmente difícil ser animal’. Debemos mirar y ver lo difícil que es soportar la humillación del humano. Hay que ponerse de verdad en el lugar del otro... Todos tenemos el mismo derecho a vivir”, finaliza.

**Agustina Inostroza**

Coordinadora en Argentina para la **Fundación Vegetarianos Hoy**  
agustina@vegetarianoshoy.org / +54 9 298 4688 609

Otras personalidades que han sido parte del *challenge* son la reconocida periodista Nancy Dure, la integrante de Eruca Sativa, Brenda Martin, la modelo Rebel Dignity, la cantante Virginia Da Cunha, entre otros

Además, este desafío invita a reflexionar en relación a las consecuencias e impacto que tiene la alimentación en el planeta. En este pequeño periodo de 30 días cada participante puede ahorrar 100.000 litros de agua, salvar 15 animales y dejar de emitir 420 kg de CO2. Según datos entregados por la ONU en el informe “La larga sombra del ganado”, el 18% de los gases de efecto invernadero, culpables del cambio climático, provienen de la industria ganadera. “Si buscamos lograr un equilibrio entre las necesidades económicas, alimentarias y ambientales de las generaciones presentes y futuras, es necesario promover una alimentación mucho más consciente” comenta Kerstin Reichmann, Jefa Cambio de Alimentación de Fundación Vegetarianos Hoy y Coordinadora de #VeggieChallenge.

La asesoría de #VeggieChallenge es sencilla pero completa, dando la posibilidad de ingresar a un grupo de apoyo virtual, donde realizar preguntas, compartir logros y contar con la asesoría de expertos y mentores voluntarios, dispuestos a acompañar en todo este proceso que dura 30 días. “Estamos convencidos que hacer un cambio de alimentación es mucho más sencillo cuando recibimos ayuda y asesoría completa... El objetivo no solo es informar a las personas y ayudarlas a realizar el cambio, sino que también hacer que cada participante se sienta acompañado durante el proceso, haciendo de este desafío su mayor virtud el apoyo de toda una comunidad”, finaliza Reichmann.

La clave para una nutrición saludable es mantener una alimentación equilibrada, razón por la que este desafío ayuda a reemplazar elementos básicos en la alimentación, aprender sobre qué hay realmente en los alimentos procesados, entre otros. Las inscripciones se realizan a través del portal [VeggieChallenge.org](http://VeggieChallenge.org). También pueden seguir en Instagram a Vegetarianos Hoy, y enterarse de las últimas actualizaciones y noticias del mundo veggie.

**Agustina Inostroza**

Coordinadora en Argentina para la **Fundación Vegetarianos Hoy**  
[agustina@vegetarianoshoy.org](mailto:agustina@vegetarianoshoy.org) / +54 9 298 4688 609