



# VEGANUARY DOSIER DE PRENSA 2026

VEGANUARY 

# SOBRE VEGANUARY

## ¡TE DAMOS LA BIENVENIDA!

Desde hace más de una década, Veganuary inspira y acompaña a las personas para probar el veganismo en enero y más allá.

Desde que lanzamos por primera vez la campaña en Reino Unido en 2014, millones de personas de prácticamente todos los países del mundo han probado el veganismo con nuestro apoyo.

Veganuary está enfocado en animar, inspirar y orientar a los participantes en el reto, proporcionándoles toda la información y el apoyo práctico que necesitan para que probar el veganismo sea fácil, agradable y sencillo durante todo el mes.

Para participar, sólo hace falta inscribirse en <https://veganuary.com/es-es/inscribete/> A partir del 1 de enero, todas las personas registradas reciben diversos contenidos e información a través

del correo electrónico. También disfrutan de un grupo de apoyo en Facebook, así como de una página web llena de recursos útiles como un kit de inicio, menús o deliciosas recetas. Pero Veganuary va más allá, también apoyamos a las marcas, fabricantes y restaurantes que desean ampliar su oferta *plant-based*.

Miles de empresas participaron en Veganuary durante el año pasado y se lanzaron más de 1.480 nuevos productos y menús veganos.

Desde 2023 Veganuary está también presente en España, sumándose así a Reino Unido, Alemania, Estados Unidos, Latinoamérica y la India. Por otra parte, gracias a organizaciones colaboradoras, la campaña Veganuary llega además a Italia, Francia, Suiza, Singapur, Australia y Sudáfrica.

## VEGANUARY 2025 EN NÚMEROS



### MILLONES DE PERSONAS

Desde el lanzamiento de la campaña por primera vez en Reino Unido en 2014, millones de personas han participado en el movimiento.



### 98%

El 98% de las personas participantes recomendarían Veganuary a un amigo



### 12.286

Nuestra campaña de 2025 recibió más de 12.286 menciones en medios de comunicación



### 102 MILLONES

Llegamos a más de 102 millones de personas a través de nuestros canales internacionales en las redes sociales



### 1.480

Más de 1.480 nuevos productos veganos se lanzaron al mercado de forma global en enero con motivo de la campaña



### 25,8 MILLONES

En 2025, más de 25,8 millones de personas se apoyaron en nuestros recursos gratuitos: boletines, redes sociales, podcast y Youtube.

# EL IMPACTO DE VEGANUARY

**POR CADA MILLÓN  
DE PARTICIPANTES  
QUE ADOPTAN UNA  
ALIMENTACIÓN VEGANA  
DURANTE 31 DÍAS, LOS  
IMPACTOS POSITIVOS  
SON ENORMES**

Basado en cálculos extrapolados de  
Poore & Nemecek (2018) Science

[science.sciencemag.org/content/360/6392/987/](https://science.sciencemag.org/content/360/6392/987/)



6.2 MILLONES  
DE LITROS  
DE AGUA



405 TONELADAS  
DE PO<sub>4</sub><sup>3-</sup> eq  
(EUTROFIZACIÓN)

lo mismo que 1.645  
toneladas métricas de  
aguas residuales salvadas  
de las vías fluviales



103.840 TONELADAS  
DE CO<sub>2</sub>EQ EVITADAS

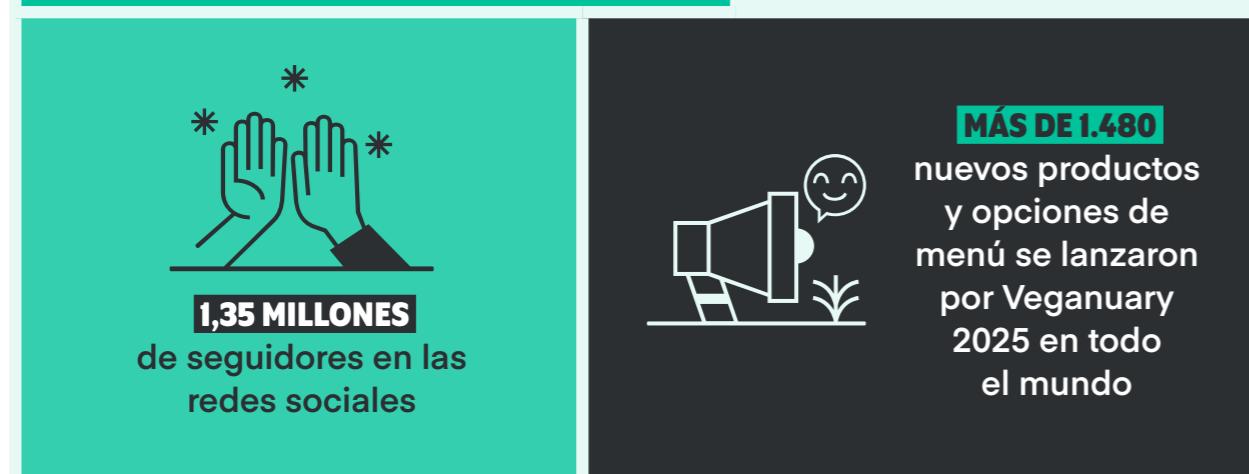
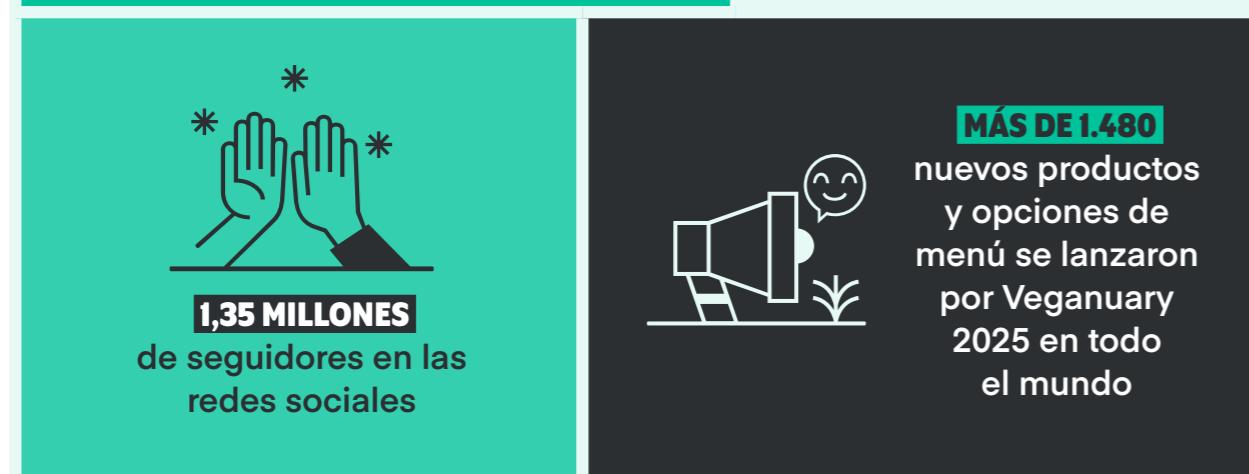


3.4 MILLONES DE ANIMALES  
QUE NO TENDRÁN UNA VIDA DE  
SUFRIMIENTO\*\*



\*\*Según la calculadora de  
The Vegan Society

# VEGANUARY 2025 EN NÚMEROS



# NUESTRO ALCANCE

Cada campaña, Veganuary logra una destacada atención mediática durante el mes de enero. En 2025, hubo más de 12.000 noticias en medios de comunicación sobre Veganuary en todo el mundo. Estos son solo algunos de los principales titulares que hemos logrado desde nuestro lanzamiento en España:

## EL ALCANCE DE VEGANUARY

- Personas en todo el mundo que probaron una alimentación vegana durante enero 2025:** **25,8 MILLONES**
- Noticias en medios de comunicación:** **12.286**
- Organizaciones que participaron en el Workplace Challenge a nivel global:** **228**
- Seguidores en las redes sociales:** **1,35 MILLONES**
- Boletines de acompañamiento enviados:** **12,8 MILLONES**
- Nuevos productos y opciones de menú:** **MÁS DE 1.480**

\*a Febrero de 2025

## ¡AQUÍ UN RESUMEN DE LA COBERTURA MEDIÁTICA DE NUESTRA CAMPAÑA EN 2025!



**ecoticias.com**  
el periódico verde

Veganuary 2025: cómo nuestras elecciones alimentarias impactan en los animales y el Planeta

by Sandra M.G. — 3 de enero de 2025 in Sostenibilidad

**¿RARO?**  
EL POLLO VIENE DE AVES CRIADAS PARA CRECER TAN RÁPIDO QUE A MENUDO NO PUEDEN NI TENERSE EN PIE.  
¿ES RARO PENSAR EN EL SUFRIMIENTO TRAS ESE REBOZADO CRUJIENTE?  
PRUEBA EL VEGANISMO ESTE ENERO

VEGANUARY  
VEGANUARY.ES

Campaña Veganuary 2025

**LAVANGUARDIA**  
Sociedad

AL MINUTO / INTERNACIONAL / POLÍTICA SUSCRÍBETE

**25,8 millones de personas han participado en Veganuary 2025 en todo el mundo**

**europapress**  
Menú Buscar

COMUNICADOS SOCIEDAD

- Comunicado -

**Las marcas se suben a la ola de Veganuary**

# QUIÉNES ESTÁN APOYANDO A VEGANUARY 2026



## JOAQUIN PHOENIX, ACTOR:

"Si miras la crisis climática o la violencia de nuestro sistema alimentario y te sientes impotente, pensando 'ojalá hubiera algo que pudiera hacer', puedes hacerlo. Ahora mismo. Regístrate para probar Veganuary este enero."



## CLARA LAGO, ACTRIZ

"Amar tiene que ver con la capacidad de conectar con la gratitud, con abrir el corazón, con ser lo suficientemente humildes como para no ponernos por encima de nada ni nadie. Pues bien, os traigo una noticia: el veganismo ES amor."

## PAUL McCARTNEY, MÚSICO:

"Soy vegetariano desde hace más de 40 años y lo mantengo porque creo que cada comida sin carne es una victoria para los animales y el planeta. Por eso apoyo Veganuary, porque todos tratamos de hacer el mundo un poco mejor. ¿Por qué no lo pruebas a ver cómo te sientes? Podría ser lo mejor que has hecho nunca."



## NÚRIA GAGO, ACTRIZ Y ESCRITORA:

"Ser vegana es una decisión que ha traído mucha felicidad a mi vida. Si estás empezando a hacerte preguntas acerca de la manera en la que esta sociedad trata y consume a los animales, Veganuary es tu movimiento. Prueba durante un mes sabiendo que te acompañan un montón de personas que, como tú, quieren hacer algo por ellos."



## DANI ROVIRA, ACTOR:

"Me uno a la iniciativa de Veganuary porque creo que es más importante convencer que vencer, haciendo que la gente entienda la importancia del veganismo para la sostenibilidad del planeta y para mejorar nuestro trato hacia resto de seres vivos de otras especies."



# CONTÁCTANOS

Enviaremos regularmente notas de prensa con todas las novedades a medida que la campaña vaya avanzando durante los meses de diciembre y enero. Escríbenos a: [prensa@veganuary.com](mailto:prensa@veganuary.com) para que te incluyamos en nuestra lista de medios.

Para consultas de prensa, llama a Lucía Arana, Responsable de Prensa en España, al +34 678 936 502.

Si quieres usar los logotipos de Veganuary en tus comunicaciones, puedes hacerlo respetando siempre las [pautas de nuestra imagen corporativa](#).

