

Trayectorias de transición al veganismo y activismo en México

Trajectories of Transition to Veganism and Activism in Mexico

PATRICIO BRUNO BESANA¹

Recibido: 24 de febrero de 2026

Aceptado: 19 de agosto de 2026

Resumen: El presente artículo analiza trayectorias de transición al veganismo e involucramiento en activismos por causas afines a partir de 50 entrevistas semiestructuradas realizadas en México entre 2023 y 2024. La pregunta que orienta la investigación es: ¿Cómo y por qué las personas que adhieren al veganismo construyen una identidad en común y se involucran en activismos en solidaridad con terceros que no pueden demandar por cuenta propia? A diferencia de estudios precedentes, se plantea que dicha transición no resulta de un evento único ni de un proceso lineal homogéneo, sino de una heterogeneidad de circunstancias con disímiles cargas simbólicas. Los hallazgos destacan que las trayectorias analizadas suelen estar precedidas por un proceso de identificación con uno o más individuos de otra especie a los que se reconoce como semejantes. El análisis contribuye a la discusión en torno a veganismo, identificación y acción colectiva en América Latina.

Palabras clave: Transición al veganismo, Reclutamiento activista, Identificación, México

Abstract: This paper analyzes trajectories of transition to veganism and involvement in related activism based on 50 semi-structured interviews conducted in Mexico between 2023 and 2024. The question guiding the research is as follows: How and why do people who adhere to veganism build a common identity and engage in activism in solidarity with others who cannot advocate for themselves? Unlike previous studies, the article suggests that such a transition is not the result of a single event or a homogeneous linear process, but rather a heterogeneity of circumstances with varying symbolic weights. Among its most significant findings, it highlights that trajectories are often preceded by a process of identification with one or more individuals of another species who are recognized as peers. This study contributes to the discussion on veganism, identification, and collective action in Latin America.

Keywords: Transition to Veganism, Activist Recruitment, Identification, Mexico

1 Patricio Bruno Besana. Doctor en Ciencia Política, Área de Ambiente y Política del Instituto de Investigaciones Políticas, Universidad Nacional de San Martín. (CONICET/EPyG/UNSAM). Líneas de investigación: ambiente y participación política no electoral, ORCID: [0000-0003-0757-0121](https://orcid.org/0000-0003-0757-0121) | pbesana@unsam.edu.ar



INTRODUCCIÓN

Quiénes somos es una pregunta universal que no puede resolverse más que parcialmente. El pensamiento occidental convencionalmente ofreció respuestas que enfatizan lo que nos distingue como especie. Una de las respuestas más paradigmáticas al respecto fue la que consiste en el *Zoon politikon* popularizado por Aristóteles (2018).

El veganismo por razones éticas crece actualmente en occidente y en el resto del mundo (NielsenIQ, 2023; Pippa Bailey, 2018). Este, a diferencia de los convencionalismos occidentales, no pone el acento en lo que nos distingue de otros animales, sino en lo que nos asemeja: nuestra capacidad de sentir (Fragano, 2012; Francione, 2008).

Comer es una necesidad que también nos asemeja a los demás animales. Sin embargo, comer es mucho más que satisfacer una necesidad para los seres humanos. Con quién y qué comemos, cómo y dónde lo hacemos, tiene incidencia en la construcción de un sujeto, su identidad y el lugar que ocupa en un grupo o comunidad de pertenencia (Bourdieu, 1988; Douglas, 2003; Lévi-Strauss, 1968).

Cuando una persona opta por reducir o excluir de su alimentación productos derivados de animales puede experimentar cambios bioquímicos y personales, pero, por los motivos expuestos, también puede sufrirlos en su entorno social. La “vegano-fobia” —es decir, el rechazo que sufre una persona cuando hace pública su decisión de abandonar el consumo de productos derivados de animales— es un fenómeno registrado con cierta regularidad (Cole y Morgan, 2011).

La adopción del veganismo implica cambios en la alimentación, pero estos son solo la punta del iceberg. Gran parte de quienes adhieren a él, no interpretan al veganismo solo como una dieta, sino como una filosofía o estilo de vida opuesto a cualquier forma de maltrato, uso u opresión animal (Cavalieri, 2016).

El veganismo, en ese sentido, tiene consecuencias en todas las esferas de la vida de quienes lo adoptan y viene acompañado de un desafío a un sistema de valores dominantes denominado *especismo* (Singer y Casal, 1999). Tal sistema opera de modo semejante al racismo y el machismo, pero discrimina, maltrata o explota a *personas no humanas* según su pertenencia a una u otra especie animal (Fragano, 2012). En ese contexto, quienes adhieren al veganismo y defienden causas afines presentarían rasgos distintivos respecto de otros activistas. Uno de esos rasgos consiste en la construcción de un “nosotros” en solidaridad con terceros que no pueden demandar por cuenta propia (Francione, 2008); el otro, en una mayor proporción de “extraños” entre sus reclutas (Jasper y Poulsen, 1995). Por extraños, se entiende —de

aquí en adelante— a personas que se incorporan a la causa sin conocimiento previo de otros activistas que los alienten a hacerlo.

Ambos rasgos, sobre todo el segundo, introducen una anomalía en las teorías clásicas de la movilización. Mientras que gran parte de la literatura sobre acción colectiva sostiene que el reclutamiento depende de redes de interacciones informales y círculos de confianza preexistentes (Diani, 1992), el veganismo parece prosperar allí donde esos vínculos fallan o se tensionan. En un contexto en el que la decisión ética por el veganismo suele generar rechazo —o “veganofobia”— incluso entre los conocidos, la incorporación a la causa no puede explicarse únicamente por la presión de grupo o el contacto cara a cara. Para responder a tal cuestión, estudios liminares recurrieron a la noción de *shock moral* como catalizador que permite a un individuo aislado incorporarse al activismo tras un evento emocional traumático o revelador (Herzog et al., 1991; Jasper y Nelkin, 1992; Jasper y Poulsen, 1995). Ese mismo mecanismo fue observado años más tarde en el consumo de imágenes sensibilizadoras sobre maltrato animal en redes digitales (Fernández, 2021; Gómez Márquez et al., 2024; Lorimer, 2010; Méndez, 2016; Stumpf et al., 2024). Ambos tipos de estudios, al privilegiar el shock moral y sus efectos reveladores, corren el riesgo de reducir a una epifanía o momento único la adopción del veganismo y el involucramiento en activismos afines.

Por su parte, una cantidad menor —aunque creciente— de investigaciones sugiere que la adopción del veganismo no se produce repentinamente, sino en el marco de una trayectoria o proceso de cambio social o identitario (Chuck et al., 2016; Pfeiler y Egloff, 2018; Regan, 1983; Rosenfeld y Tomiyama, 2019). Pese a ello, con contadas excepciones (Rodan y Mummery, 2016; Grassian, 2020), dichas investigaciones no se centran en el análisis de las trayectorias de vida que se desarrollan antes, durante o luego de la transición al veganismo y/o el involucramiento activista (Griffin, 2017), ni ofrecen suficiente centralidad al testimonio de veganos y activistas (Véron, 2025). Como algunos de los trabajos que constituyen excepciones a la regla (Rodan y Mummery, 2016; Grassian, 2020), este estudio ofrece una mirada procesual del fenómeno, pero a diferencia de estos, se centra en activistas que residen en América Latina. El territorio, como bien sugiere el subcampo de la Geografía Animal, es de particular relevancia a la hora de comprender las relaciones entre animales humanos y no humanos (Grassian 2020; Véron 2025; Wilson 2017; Serrano-Montes y Calvo 2019).

En ese contexto, este trabajo se pregunta ¿cómo y por qué las personas que adhieren al veganismo construyen una identidad en común y se involucran en activismos en solidaridad con terceros que no pueden demandar por cuenta propia? Como respuesta al cómo, el trabajo indica que la construcción de identidades vega-

nas y el involucramiento en activismos afines no resulta de un momento o proceso de transición único y lineal, sino de una heterogeneidad de caminos que incluyen distintas circunstancias a las que los activistas atribuyen diversa importancia. Junto a dichos caminos, co-ocurren elementos de distinta índole que se relacionan con la trayectoria de vida de cada persona. Por su parte, como respuesta al por qué, los resultados sugieren que el veganismo y el activismo viene precedido por un proceso de identificación con uno o más individuos a los que se reconoce como semejantes.

Tales respuestas resultaron de la interpretación de una muestra intencional y teórica (Vasilachis de Gialdino, 2006) de 50 testimonios de residentes en México. Quienes accedieron a participar de ella fueron invitados por redes digitales, contactos cara a cara en manifestaciones y eventos públicos, y mensajes de WhatsApp. Los testimonios fueron recabados entre noviembre de 2023 y diciembre de 2024 en formato de entrevistas semiestructuradas.

En el marco de una investigación mayor, México fue seleccionado por ser el país de habla hispana de América Latina con mayor cantidad de veganos (Pippa Bailey, 2018). Si bien el veganismo crece en la región y en el resto del mundo, son muchos menos los estudios situados en América Latina (Besana, 2025b; Méndez, 2020b; Sifuentes García, 2023) que en Estados Unidos o Europa Occidental (Díaz Carmona, 2012; Jasper y Nelkin, 1992; Jasper y Poulsen, 1995; Lorimer, 2010; Stumpf et al., 2024; Grassian, 2020; Véron, 2025). En línea con lo que señalan trabajos sobre geografías animales (Véron, 2025), este estudio entiende que las circunstancias particulares de los países o lugares inciden en los procesos de transición al veganismo y de incorporación en causas afines de quienes habitan allí. En tal sentido, investigaciones en territorios poco explorados pueden contribuir a nuevos hallazgos de investigación.

La estructura del trabajo incluye una primera sección donde se detalla la investigación y su diseño metodológico. La siguiente sección se concentra en los antecedentes del tema. Posteriormente, se describen los procesos de transición al veganismo y de participación en activismos por causas animales protagonizados por las personas entrevistadas. Allí se incluyen varios pasajes de los testimonios ofrecidos, entre otros datos. A dicho apartado, le sigue una sección en la que se discuten los resultados originales alcanzados por la investigación. Finalmente, el artículo culmina con una serie de reflexiones sobre el proceso de construcción de identidades veganas y sus efectos en la propia subjetividad de los activistas, sus entornos inmediatos y la causa a favor de los animales, entre otros aspectos.

DISEÑO DE INVESTIGACIÓN

La investigación forma parte de un estudio mayor y en curso, cuyo objetivo general es analizar activismos en defensa de los animales en América Latina, partiendo de una comparación entre México y Argentina. Entre sus objetivos específicos, se encuentra el de comprender las representaciones de quienes se involucran en activismos en defensa de animales, los modos en que se perciben, los límites con que circunscriben una identidad colectiva y las características que atribuyen a sus adversarios y a terceros.

Con el fin de capturar el componente simbólico asociado a dicho propósito, se privilegió la realización de entrevistas semiestructuradas por sobre la realización de encuestas. El guion que orientó las entrevistas fue confeccionado inicialmente a partir del conocimiento acumulado por investigaciones precedentes (Méndez, 2020a; Sifuentes García, 2023), generalmente situadas en otras latitudes (Díaz Carmona, 2012; Jasper y Poulsen, 1995; Jerolmack, 2003) e incluyó categorías emergentes que se consideraron significativas en la medida en que se desarrollaba la investigación² (Glaser, 1992; Soneira, 2006). La información obtenida fue resultado de un proceso de comparación constante de datos (Holton y Glaser, 2012) compuesto por cuatro rondas sucesivas de codificación (Borda et al., 2017). La carga permanente de entrevistas en bases de datos y su análisis a partir del programa Atlas.ti permitió ver y agrupar resultados provisorios (Chernobilsky, 2006), reunidos en trabajos previos (Besana, 2025a, 2025b), de modo de prefigurar argumentos y relaciones. Las distintas vías de transición al veganismo e involucramiento activista y algunos de las coocurrencias presentadas en las próximas secciones forman parte de dichos argumentos y relaciones. El mismo carácter sistemático de las transiciones al veganismo de parte de quienes prestaron su testimonio resultó de las mencionadas rondas de categorización, constituyendo un “ajuste” entre la información recabada durante el proceso de investigación y los presupuestos de la literatura que orientaron la formulación del temario de entrevista en primer lugar (Soneira, 2006). Por ajuste se entiende aquí a un nuevo recorte del objeto de estudio en virtud de la información obtenida (Ibidem). Mientras el criterio que orientó la búsqueda originalmente refería genéricamente a activistas o simpatizantes de causas animales, los resultados obtenidos indicaron que el significante “animal” fue apropiado casi exclusivamente por quienes practican un estilo de vida vegano y se involucran en activismos que exceden, aunque a menudo incluyen, al rescate de perros y gatos.

2 Además, el guión de las entrevistas incluyó temas no abordados en este trabajo cuyo análisis puede consultarse en publicaciones previas (Besana, 2025a, 2025b).

El criterio de selección de las unidades de análisis, en consecuencia, fue teórico y su incorporación se valió de la técnica bola de nieve (Mendizabal, 2006). Esta consistió, a grandes rasgos, en pedirles referencias de nuevos contactos a quienes fueron entrevistados previamente. La investigación, no obstante, partió de un listado de contactos sin vínculos entre sí con objeto de reducir posibles sesgos de selección. Las solicitudes de entrevistas, por su parte, fueron cursadas por distintos medios con el mismo fin. Tales medios incluyeron contactos personales en eventos presenciales (tales como congresos y manifestaciones públicas), referencias de informantes clave y solicitudes enviadas por redes y mensajería digital (principalmente Instagram, WhatsApp y correos electrónicos). También fue llevado a cabo durante el proceso de investigación un mapeo de organizaciones con distintas características, elaborado a partir de diversas fuentes (tales como bibliografía especializada, notas periodísticas y redes digitales), con objeto de reducir el riesgo de sesgo de selección de la muestra (Archer et al., 2012). Dicho mapeo incluyó a organizaciones con presencia jurídica y sin ella; de presencia internacional, nacional y local; con estructuras diferenciadas u horizontales; con personal pago y/o voluntario; y con preferencia por distintos repertorios de acción. En total, fueron relevadas 51 organizaciones con presencia en México e integrantes de 32 de ellas componen la muestra. Algunos de los últimos, asimismo, participaban de más de una organización al momento de ser entrevistados. Junto con dichas personas, también se realizaron entrevistas a activistas independientes.

La saturación teórica de la muestra se consideró satisfecha en la medida en que nuevas entrevistas no aportaron información novedosa. También contribuyó a ello la cantidad y los tipos de organizaciones relevadas, a partir de los testimonios prestados por algunos de sus integrantes, sobre el total mapeadas. Adicionalmente, los datos demográficos de integrantes de la muestra obtenida fueron semejantes a los relevados por estudios cuantitativos. La tabla número 1 presenta información sobre el perfil de las personas entrevistadas.

Tabla 1
Perfil de las personas entrevistadas

Entrevista Nro	Edad	Género auto percibido	Nivel educativo	Lugar de residencia
1	22	M	Estudiante universitario	Tlaquepaque, Jalisco
2	57	M	Posgrado completo	Guadalajara, Jalisco
3	23	M	Estudiante universitario	Guadalajara, Jalisco
4	19	M	Estudiante universitario	Tlajomulco, Jalisco
5	49	M	Posgrado completo	La Paz, BCS
6	48	M	Posgrado completo	Zapopan, Jalisco

(Continuación)

Entrevista Nro	Edad	Género auto percibido	Nivel educativo	Lugar de residencia
7	26	M	Universitario completo	Guadalajara, Jalisco
8	30	M	Universitario completo	CDMX
9	35	M	Universitario completo	Jilotepec, Edo. de México
10	38	M	Posgrado incompleto	Guadalajara, Jalisco
11	43	H	Universitario completo	Amecameca, Edo. de México
12	50	M	Posgrado completo	Zapopan, Jalisco
13	31	M	Universitario completo	CDMX
14	34	M	Posgrado completo	CDMX
15	36	H	Universitario incompleto	CDMX
16	39	M	Universitario completo	Culiacán, Sinaloa
17	46	M	Posgrado incompleto	CDMX
18	27	M	Nivel medio superior	Tonala, Jalisco
19	31	No binario	Universitario incompleto	Guadalajara, Jalisco
20	31	M	Nivel medio superior	CDMX
21	41	H	Universitario completo	Guadalajara, Jalisco
22	39	H	Universitario completo	CDMX
23	53	M	Universitario completo	CDMX
24	40	H	Posgrado completo	Guadalajara, Jalisco
25	33	H	Universitario completo	CDMX
26	52	M	Universitario completo	CDMX
27	39	H	Universitario completo	CDMX
28	45	M	Posgrado completo	CDMX
29	39	M	Universitario completo	CDMX
30	40	H	Universitario completo	CDMX
31	41	M	Posgrado incompleto	Ecatepec, Edo. de México
32	30	H	Secundario completo	Monterrey, Nueva León
33	44	H	Secundario incompleto	CDMX
34	40	H	Estudiante universitario	Chimalhuacán, Edo. de México
35	26	H	Nivel medio superior	Nezahualcóyotl, Edo. de México
36	35	H	Nivel medio superior	CDMX
37	33	M	Universitario incompleto	CDMX
38	30	M	Posgrado incompleto	Nueva León, Monterrey
39	52	M	Universitario completo	CDMX
40	46	H	Posgrado completo	Los Ángeles y CDMX
41	52	M	Secundario completo	CDMX
42	48	H	Posgrado completo	CDMX
43	43	M	Posgrado completo	Ciudad de México
44	48	M	Posgrado completo	Toluca, Edo. de México
45	50	H	Posgrado completo	CDMX
46	50	M	Universitario incompleto	CDMX
47	32	M	Posgrado incompleto	Hermosillo, Sonora
48	48	M	Posgrado completo	Texcoco, Edo. de México
49	50	M	Posgrado completo	Naucalpan, Edo. de México
50	48	H	Posgrado completo	CDMX

Fuente: elaboración propia

Finalmente, el conjunto de las personas que conforman la muestra prestó su consentimiento informado. Sin embargo, más de la mitad (36 personas) prefirió permanecer en el anonimato. Con el fin de proteger las identidades de quienes prefieren no revelarlas y ofrecer un criterio rector único, se optó por excluir todas las referencias personales de las y los entrevistados, incluyendo el nombre de las organizaciones que integran algunos de ellos.

TRANSICIÓN AL VEGANISMO E INCORPORACIÓN AL ACTIVISMO

Así como la voluntad por distinguirnos de otros animales no es nueva (Aristóteles, 2018), tampoco lo es su defensa como sujetos de consideración moral (Plutarco, 2016). En ese marco, las primeras expresiones del activismo moderno de las que se tiene registro tienen antecedentes remotos (Bates, 2017). No obstante, no fue hasta la década de 1990 en Estados Unidos que manifestaciones multitudinarias en defensa de otros animales se transformaron en objeto de estudio de un corpus de literatura de cierta consideración (Herzog et al., 1991). Desde entonces, el veganismo ha sido considerado crecientemente como una condición *sine qua non* por parte de quienes participan de dicho tipo de manifestaciones (H. A. Herzog y Golden, 2009; Wrenn, 2012).

Estudios liminares, en ese contexto, registraron una presencia mayor de “extraños” entre los manifestantes por causas animales que por otras causas semejantes (Jasper y Poulsen, 1995). Esto quiere decir que quienes defienden públicamente los derechos de los animales suelen prescindir de contactos cara a cara o de relaciones sociales previas con otros activistas para incorporarse a la causa. Tales trabajos explicaron dicha anomalía mediante una *experiencia catalítica* o *shock moral* (Jasper y Nelkin, 1992). Este último ofrecería un reemplazo funcional de las *redes de interacciones informales* que facilitan el reclutamiento de “conocidos” en otras causas (Ibidem). Experiencias semejantes al shock moral fueron observadas posteriormente entre quienes consumen imágenes de alto contenido emocional en redes digitales y/o en audiovisuales (Gómez Márquez et al., 2024; Lorimer, 2010; Méndez, 2016; Stumpf et al., 2024). Además, la oferta y efectividad de tales imágenes, ya sea para promover el veganismo, así como para reclutar nuevos activistas, fue puesta a prueba por varias investigaciones (Fernández, 2021; García y Paneque-Gálvez, 2019). Tales estudios sugieren, cuando no lo expresan abiertamente, que la opción por el veganismo y la incorporación en causas afines dependen de un momento único y trascendental en la vida de una persona por su fuerte contenido moral y/o emocional.

En base a una diversidad de trabajos que prestan atención a las prácticas cotidianas en la conformación política de los sujetos, nuevas investigaciones indican que

la adopción del veganismo resulta de una trayectoria de vida o de procesos acompañados (Chuck et al., 2016; Pfeiler y Egloff, 2018; Regan, 1983; Rodan y Mummery, 2016; Rosenfeld y Tomiyama, 2019). Distintas investigaciones (Narayanan, 2023; Serrano-Montes & Calvo, 2019), subrayan cómo dichos procesos no excluyen experiencias o *encuentros* significativos con otros animales en espacios que despiertan emociones intensas (Wilson, 2017). Sin embargo, tales encuentros a menudo son sucedidos por una suerte de racionalización que incluye la búsqueda de información sobre la causa y los valores que la orientan (Herzog, 2010).

En esa misma línea, algunas investigaciones analizaron el proceso de *alineamiento* entre el marco de interpretación que ofrece el veganismo y los valores preexistentes de quienes adhieren a él (Jamison y Lunch, 1992). Muchas de esas investigaciones indagaron en ese marco sobre los vínculos entre la construcción de identidades colectivas y las subjetividades individuales de los activistas. Tales investigaciones fueron numerosas en descripciones del perfil socioeconómico y demográfico de quienes participan en solidaridad con otros animales (Díaz Carmona, 2012; Herzog et al., 1991; Jerolmack, 2003), siendo la convivencia con animales de compañía uno de sus hallazgos más importantes (Jamison y Lunch, 1992). Estas investigaciones, sin embargo, no ofrecieron fundamentos empíricos suficientes para vincular dicha convivencia con el activismo vegano.

Otras investigaciones, por su parte (Regan, 1983; Schapiro, 2021), avanzaron en la elaboración de tipologías de veganos, incluyendo aspectos relacionados con el proceso de transición al veganismo, pero sin enfocarse propiamente en el testimonio de personas veganas. Solo recientemente unas pocas investigaciones identificaron tal área de vacancia y llevaron a cabo análisis que brindaron mayor espacio a dichos testimonios (Véron, 2025). Una conclusión a la que arribaron algunas de esas investigaciones, así como otros estudios semejantes, es que el veganismo es interpretado y practicado de distintas formas.

Gruen y Jones (2015), al respecto, proponen dos tipos ideales: el *veganismo como identidad* y el *veganismo aspiracional*. El primero de ellos refiere a la imagen que se hacen de sí mismas algunas personas veganas, así como sus detractores, como parte de una *cruzada* (Jasper y Nelkin, 1992) frente a un sistema de valores dominantes que incentiva el consumo de animales (Fragano, 2012; Navarro y Andreatta, 2019). El segundo, en cambio, es concebido como un proceso perfectible en el que se busca alcanzar una meta moral: minimizar la violencia, dominación y explotación animal (Gruen y Jones, 2015). Mientras el último es comprendido como una invitación a un veganismo posible, el primero es criticado por dos motivos. En primer lugar, porque es falaz, dado que casi el conjunto de las actividades actuales genera algún perjuicio a algún tipo de animales. En segundo lugar, por etnocéntri-

co, puesto que intenta imponer una norma universal incluso frente a costumbres o prácticas alternativas o indigenistas (Plumwood, 2000).

En línea con lo anterior, trabajos enmarcados en el subcampo de la geografía animal sugieren que la cultura, el lugar o país de residencia, así como las circunstancias particulares que afronta cada persona, tienen incidencia en las formas que adquiere la transición al veganismo y al activismo por los animales (Grassian, 2020). Dichos estudios, sin embargo, se llevaron a cabo mayoritariamente en países desarrollados o de ingresos altos, tales como Estados Unidos y algunos países de Europa. En Hispanoamérica, algunos estudios multiespecies abonaron a dicha idea desde perspectivas decoloniales, feministas o transfeministas; explorando la transversalidad entre distintas luchas y la afinidad electiva entre alteridades humanas y no humanas (Faria, 2016; González, 2019, 2021; Serrano-Montes y Calvo, 2019). Sin embargo, a diferencia de las investigaciones enfocadas en países del Norte Global, lo hicieron en términos eminentemente teóricos o desde la propia biografía del autor o la autora (Guerra Marroquín, 2021). Como aporte a la literatura precedente, la sección subsiguiente explora los testimonios de 50 personas residentes en México sobre sus procesos de transición vegana e incorporación al activismo.

TRANSICIÓN AL VEGANISMO E INVOLUCRAMIENTO EN ACTIVISMOS EN MÉXICO

“Siempre sentí mucha empatía por todo tipo de animales” es una frase textual que pertenece a la Entrevista 1, pero que bien podría dar inicio al menos a otros 16 testimonios. Todos ellos articulan frases semejantes que sugieren que algo de su proceso de transición al veganismo estaba prefigurado y que una “conexión especial” (Entrevista 16) con los animales tiene que ver con ello.

Más allá de dicha coincidencia, pueden discriminarse tres tipos de trayectorias hacia el veganismo entre los testimonios. El más común de ellos fue cursado por 34 personas y consta de una transición en la que se reduce o elimina progresivamente el consumo de productos derivados de animales, el segundo fue seguido por 11 personas que manifiestan haber optado por el veganismo “de un día para el otro, sin mucho proceso” (Entrevista 26) y el tercero reúne a las cinco personas restantes en un camino que incluyó períodos de veganismo intercalados por otros en los que se reintrodujeron productos derivados de animales.

Con independencia del tipo de proceso de transición al veganismo, los testimonios mencionan diversos elementos que ocurren en paralelo. La siguiente entrevista es ilustrativo al respecto:

Fue a partir de varios factores. Uno de ellos fue el documental *Cowspiracy* (...) Y después, recuerdo que hubo varios momentos. Fue ir a comer con mi familia y que trajeran los cortes de carne sangrando, fue como enfrentar esa crueldad, viéndola en internet y después viendo cómo estaba normalizada en el mundo real. Y creando esa asociación, “¿Este corte de carne realmente viene de esto que vi?” (...) Más adelante, hubo un proceso de dejar de comer algunas cosas (...) Primero dejé de comer carnes. Yo dije, “bueno, me voy a quedar comiendo peces y de ahí ya no voy a pasar”. Estuve viviendo unos meses en OTRO PAÍS, en donde veía de primera mano cómo estaban pescando. Intentaba no concentrarme en cómo los sacaban y ya nada más me lo comía. Un día vi cómo estaban sangrando y vi cómo intentaban respirar. En ese momento dije “no puedo comerlos”. De ahí pasé a ser vegetariano. Estuve como vegetariano unos seis meses y ahí tuve una pareja que es vegano y activista. Él es de OTRO PAÍS y vamos caminando en la calle y él pegaba sticks en frente de carnicerías, me pidió que lo acompañara a pintar de rojo, en las noches, carnicerías; y yo pensaba en ese momento que él estaba loco.

Él fue el que me platicó sobre el proceso de los huevos y los actos de crueldad en la industria. A partir de que me contó el proceso, dije “yo no puedo ser parte de esto” y dejé de comer huevos. Recuerdo que cuando estaba con él fuimos a una protesta. Él me pidió un día que fuera a hacer activismo con él y era muy en la madrugada en el puerto. OTRO PAÍS es uno de los principales puertos donde se hace *live exports*, de animales que van vivos. (...) Habíamos ido a hacer una manifestación y recuerdo que éramos 50 activistas y me pasaron a un bebé cordero que estaba ya muerto y lo tenía que cargar. Y ese fue el momento donde todo cambió para mí. Fue un shock. Ver a los animales como estaban llorando, como estaban hacinados, tener al animal en los brazos, que era un bebé, todo fue muy impactante para mí. En ese momento dije, “no nada más voy a ser vegano, voy a hacer algo” (Entrevista 27).

Experiencias de shock, la ascendencia de otras personas veganas y el lugar donde ocurren los hechos tienen incidencia en la trayectoria narrada, así como en las de otros testimonios. La tabla número 2 reúne al conjunto de los elementos mencionados por los testimonios durante la narración de sus trayectorias.

Tabla 2
Aspectos que incidieron en las trayectorias de las y los entrevistados

Aspectos	Frecuencia
Activismo precedente	17
Artes y ciencia ficción	5
Asco	7
Conocidos	19
Consumo de audiovisuales y redes	40
Cuestiones ambientales	3
Cultura punk	5
Educación universitaria	5
Empatía	13
Espiritualidad/religión	3
Feminismo	1
Identificación con uno o más sujetos	21
Información	38
Salud	5
Shock	33
Viajes	3

Fuente: elaboración propia.

La tabla número 3 muestra la cantidad de coocurrencias entre dichas categorías y los distintos caminos hacia el veganismo identificados por las y los entrevistados. El color amarillo indica no-coocurrencias, el verde claro entre 1 y 9, el verde oscuro 10 o más.

Tabla 3
Aspectos que favorecieron o consolidaron adopción del veganismo

Caminos hacia la adopción del veganismo	De un día para el otro	Idas y vueltas	Proceso de transición
Activismo precedente	2	0	9
Artes y ciencia ficción	1	0	2
Asco	1	0	4
Conocidos	4	0	12
Consumo de audiovisuales y redes	5	1	18
Cuestiones ambientales	0	0	2
Cultura punk	1	1	2
Educación universitaria	0	0	5
Empatía	0	0	5
Espiritualidad/religión	0	0	3
Feminismo	0	0	1
Identificación con uno o más sujetos	1	0	10
Información	4	1	20
Salud	0	0	3
Shock	11	1	7

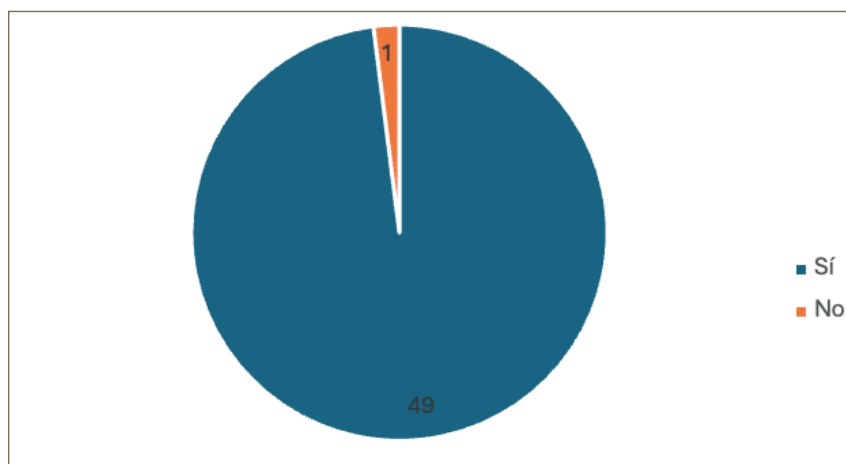
Fuente: elaboración propia.

Tales categorías no se excluyen necesariamente entre sí y suelen relacionarse de formas distintas con la opción por el veganismo. Un par de ejemplos lo constituyen las categorías de mayor frecuencia: “consumo de audiovisuales y redes” e “información”. Mientras la primera suele cumplir un rol más asociado a la adopción del veganismo, la segunda categoría generalmente refiere a un momento posterior, una vez firme la voluntad de optar por el veganismo; así como lo narra el siguiente testimonio:

Cuando tenía 25 estaba en una ciudad del extranjero. En ese entonces, conocí a un chico que era vegano, me contó algunas cosas, me enseñó tres videos y fue como “¡wow! ¡ya!” Desde ahí no volví a comer carne, no volví a comprar nada de piel, me cambió radicalmente (...) Entonces pues obviamente lo dejé de hacer y empecé a investigar más y más ¿Qué más podía hacer? ¿En qué otros lados estaba esa explotación? Fue un momento clave, de mucha introspección y de leer mucho al respecto para informarme (...) (Entrevista 28).

Por su parte, otro aspecto repetido en más de una decena de ocasiones está asociado a la “identificación con uno o más sujetos”. Junto a la categoría “conocidos”, dicho aspecto remite a una dimensión relacional. El mismo refiere a los lazos de parentesco creados entre dos o más personas: una humana y una o más que no lo son. A esto se suma la cantidad de personas que manifestaron mantener vínculos regulares con animales de compañía (ver Gráfica 1).

Gráfica 1
Vínculos con animales de compañía



Fuente: elaboración propia.

Tal tipo de vinculación a menudo hace que las personas humanas tomen dimensión de la personalidad de animales de otras especies o se pregunten por sus sentimientos e intereses. Así lo atestigua el siguiente fragmento de relato:

Un día vinieron unos vecinos a preguntar si les vendíamos para año nuevo un Guajolote. Yo les dije que no porque luego pensé “se lo van a querer llevar para la cena”. Pero mi papá escuchó que preguntaron y les dijo que sí. Y ya pues se los trajo a enseñar, y lo agarraron de las alas para ver cuánto pesaba y así. Yo sentí muy feo porque lo agarraron como si fuera un costal para pesarlo, como si no fuera nada. Obviamente el ave estaba asustada, andaba llorando, pues así se lo llevaron, lo vendió mi papá. Y nada más lo echó a un costal, sentí como que lo estaban echando a la basura. Entonces fue muy fuerte para mí porque yo cuidaba del guajolote. Le puse nombre y le daba de comer. Simplemente verlo todos los días y darle de comer como que formé un vínculo con el guajolote. Entonces te pones a pensar si ellos tendrán este nivel de conciencia de pensar “me estaban cuidando y ya, simplemente me llevan a otro lado y ya” (...) Pero en todo ese enojo que traía ese día, me puse a pensar que yo hacía lo mismo. A lo mejor no mataba al animal, pero yo también comía gallinas o pollo, vacas. Entonces, ahí fue cuando dije “yo estoy haciendo lo mismo y me estoy enojando con la gente por algo que yo también hago”. Ese día fue cuando dije “ya no voy a comer carne y dejé la carne al día siguiente” Lo corté de tajo (Entrevista 22).

Experiencias como la citada describen episodios que cambian la vida de una persona de forma inesperada e irreversible. Una entrevistada, visiblemente emocionada, se distingue de otros relatos y alude a dicho cambio tras un encuentro circunstancial con uno gato:

A mí esto me llegó tarde, ¿no? Me llegó después de los 25. Pero cuando me llegó, me llegó fuerte. Me transformó la vida por completo. Mi vida no apuntaba a que sería como es ahora. Y la verdad es que es algo que tengo que agradecerle a ese gato. Me conmueve porque ese gato me cambió la vida en muchos sentidos, muchas veces. Mi vida es otra después de que lo encontré, ¿no? Literalmente otra vida. Me dedico a otras cosas, conozco a otra gente, como diferente, me visto diferente, me divierto distinto, es como un antes y un después de ella (...) digamos que no fue como otra gente que dice “toda mi vida pensé en los animales, y desde chica sabía” ¡No! (Entrevista 26)

Otros testimonios, sobre todo entre quienes ya crearon una sensibilidad o “empatía” para con otros animales, también refieren a un proceso de identificación. En

el siguiente caso, la identificación fue casi inmediata e impulsó a una persona a involucrarse activamente en una causa:

También es curioso cómo nació el santuario. Inicialmente iba a ser un lugar de agricultura. Como estamos a pie de carretera, siempre hay gente vendiendo muchas cosas. En la puerta de lo que es el santuario estaba una mujer vendiendo una gallina y me la ofreció. Yo le respondí que “no, gracias” y ya estaba abriendo la verja cuando la gallina hizo un sonido que nunca había escuchado. Entonces me voltee y la vi, y ella me miró, y en ese mirarnos nos reconocimos. Yo la reconocí como un otro, una otra. Entonces ya hablé con la señora y se la compré en 50 pesos y ya entré al espacio con la gallina. Entonces empecé a pensar lo que implicaba cuidar una vida que jamás había cuidado. Así que empecé a estudiar para cuidarla y, a partir de ir la conociendo, ella les abrió la puerta a otras aves, y así se fue dando. Poco a poco comencé a vivir aquí, decidí trasladarme y me di cuenta de que quería dedicar mi vida al santuario (Entrevista 11).

El activismo, a diferencia de lo que relata el anterior testimonio, no siempre sucede a la opción por el veganismo. El orden contrario es parte de la trayectoria de 17 personas. Dos causas, al menos, están directamente vinculadas con dicho orden. Una es *el perrigatismo*, forma despectiva con que algunas personas de la comunidad vegana denominan a quienes solo participan a favor de perros y gatos. La otra se relaciona con las manifestaciones contra la tauromaquia. El siguiente relato narra un proceso en el que el rescate de perros y gatos precede “naturalmente” la adopción del veganismo:

Hace 30 años, encontré un gato atropellado en la tienda de autoservicio, un gatito bebé. Y yo creo que esa escena fue la que me cambió la vida en muchos sentidos, porque era un gato muy chiquito, que lloraba muy fuerte, y la gente pasaba a su lado y ni siquiera lo volteaba a ver. Entonces, mi hermana y yo, decidimos ayudarlo. Y la intención fue lo ayudamos y luego se lo damos a alguien que le gusten los gatos, ¿no? Pero era un gato que tenía muchos problemas, porque quedó muy lastimado en las patas de atrás, etc. Y dije, “¿quién va a querer un gato que requiera tanta inversión de recursos para mantener su salud, que además es un gato de la calle?” Pues me lo quedé yo y salí a comprar un libro que era “¿Qué comen los gatos? ¿Cómo se comunican los gatos?”

Yo trabajaba en un corporativo en aquel entonces, más o menos 14, 16 horas diarias, y en uno de los capítulos decía que los gatos tienden a aburrirse mucho cuando están solos. Y entonces un día salí a la calle y encontré otro gato. Y dije,

“pues tú no tienes casa y yo necesito otro gato” y me lo llevé. Y ahí empezó todo, los gatos me hicieron empezar a poner los ojos donde no los había puesto antes. Empezar a ver los espacios que me rodeaban de una manera distinta. Encontré que no podía ser indiferente ante eso.

De a poco me fui vinculando en un mundo que era más complicado que el de ahora, porque no había redes sociales, no había celulares, no había nada de lo que hay ahora. Cargábamos todos con nuestras libretitas de papel para apuntar nuestros datos y había que llamarnos por teléfono todo el tiempo. Bueno, ahí empecé a conocer esto de los animales y las corrientes diferentes que hay, las diferentes formas de pensar, etcétera. Digamos que, en una evolución natural del activismo, pasé de la preocupación central por los perros y los gatos a convertirme realmente en un activista antiespecista. El veganismo y la lucha contra el especismo me parecen una consecuencia natural de estar involucrando con estas cosas (Entrevista 26).

Ya sea que el veganismo preceda o suceda al activismo, en el caso de quienes se reconocen como tales, los testimonios no aluden a una forma única de interpretar su compromiso ético con otros animales. Al respecto, frente a posturas más radicalizadas, en un fragmento de profunda reflexión, un entrevistado se pregunta “¿Qué es el veganismo a fin de cuentas? (...)”:

Si entendemos por vegano no generar ningún daño a otros animales, nunca se es del todo vegano. Tienes que irte a vivir a una isla desierta y producir todo lo que consumas, y aun así algún daño vas a provocar a otro ser sintiente. Todo lo que hacemos tiene efectos. Aquí en México, por ejemplo, el aguacate... Este es un producto de mucho consumo en la comunidad, pero su plantación masiva destruye bosques de encino, provoca incendios con frecuencia y fragmenta el hábitat de numerosos animales (...) Entonces, el veganismo para mí es una utopía, así como lo es una sociedad sin clases. No obstante, la utopía nos ofrece un horizonte para intentar ser cada vez más justos y conscientes de nuestros hábitos (Entrevista 11).

Por su parte, el siguiente relato alude a una posición semejante a la anterior, aunque en este caso, respecto de las relaciones entre la comunidad vegana, su causa y los otros:

(...) las personas que se compran una bolsa de piel de lagarto no es que sean intrínsecamente malas, simplemente están en otro grado, no ven lo que nosotros vemos. Pero no son 24 horas, los siete días de la semana, los 365 días del año, satanáses o asesinos. Yo tampoco soy la mejor persona por no consumir productos derivados de

animales. Entonces, sí creo que los valores y estas virtudes que se siembran en el cerebro son detonantes a que más allá de, si te vas a volver vegano o no, puedas hacer un cambio. Yo prefiero convencer a 100 personas que sean conscientes de sus actos, de todo lo que implican sus actos en general respecto de los animales, el planeta, etcétera; que a ser como aquellos que tienen esa tendencia compulsiva a confrontar con todo aquel que consideren que no es vegano al 100% ¿De qué me sirve que dos o tres pongan la mano en la biblia de Tom Reagan, de Francione³ o de quien quieras, si con ello voy a alejar a un montón de personas buenas capaces de asumir ciertos compromisos? (Entrevista 40).

Cualquiera sea el caso, ya sea antes o después del veganismo, el activismo por causas animales fue mayoritario entre quienes participaron de la investigación (ver Gráfica 2).

Gráfica 2
Respuesta a la pregunta ¿Se considera activista a favor de otros animales?



Fuente: elaboración propia.

No obstante, los valores ilustrados requieren un matiz. Así como con el veganismo, las personas entrevistadas no interpretan al activismo de la misma manera. La forma más común de concebir el término sugiere que tareas cotidianas (tales como, charlar con amigos y conocidos al respecto, adoptar públicamente una dieta

³ Por tales, se refiere a dos intelectuales orgánicos del activismo a favor de los animales.

basada en plantas, predicar con el ejemplo, entre otras) basta para considerarse activista. Sin embargo, una interpretación más restringida y curiosa del término se repite entre sujetos que asumen tareas de mando u organización. Esta sugiere que quienes organizan o participan de protestas, acciones colectivas, lobbies o cabildos no siempre son activistas, como lo expresa este entrevistado:

Mi trabajo es convocar activistas, organizar eventos, es construir comunidad, aumentar comunidad, y también invitar a más personas que no sean veganas a la conciencia y a la lucha, incluso (...) Yo siempre hablo con mucho respeto de las personas que ponen su tiempo y su dinero a disposición, ellos son el alma del movimiento, no tengo dudas, son los verdaderos activistas

¿Y vos qué sos entonces?

Yo soy un privilegiado, que hago algo que siento profundamente y que me pagan un chorro en relación con la mayoría de la gente (...) Hay una diferencia entre “ser activista” y “hacer activismo”. A mí me pagan para hacer activismo. Las personas que dejan sus actividades, familias y amigos de lado son activistas (Entrevista 36).

Independientemente de las visiones mencionadas, el modo de interpretar el activismo asume formas personalísimas. El cuerpo con el que se nace, el lugar donde se reside y la posición de clase permean las formas de entender y hacer activismo en el siguiente relato:

Me gusta pensar que mi activismo es un activismo gastronómico. No sé si existe el término, pero me gusta pensarlo así. También tiene un componente de igualdad o justicia social. El veganismo aquí en México está concentrado en las tres más grandes ciudades: Monterrey, Guadalajara y Ciudad de México, y las áreas metropolitanas. En la periferia normalmente nos tenemos que mover hacia adentro de la Ciudad de México para poder consumir productos aptos para veganos más elaborados. Entonces lo que mi hermano y yo decidimos hacer fue abrir un proyecto que se llama *V de Vegano* que está en la periferia de la Ciudad de México, en un lugar que se llama Nezahualcóyotl, en el Estado de México. Nosotros fuimos pioneros en vender este tipo de comida en esta zona. Lo que nosotros hacíamos era generar o hacer porciones grandes como lo que él y yo estábamos acostumbrados a comer antes de ser veganos por precios que él y yo podríamos pagar. Somos personas de familias trabajadoras, con cuerpos grandes, y sin una fortuna para gastar. Estoy hablando de hacer una torta de un kilo y venderla en ese entonces en 50 pesos, y al hacerlo en esta zona empezó todo. Porque nosotros al menos no conocíamos a ninguna persona vegana aquí en la colonia o alrededores. Entonces nuestras primeras personas,

nuestros primeros clientes eran gente que no sabía que era el veganismo. Entonces, cuando ellos se acercaban, nosotros les explicábamos y les enseñábamos que el veganismo no era comer lechuga, no era comer una ensalada, no era descompensarse o tener anemia y les empezamos a mostrar que, en todas estas partes, nuestra comida era grande, gigante y a precios muy baratos y que el sabor era bueno. Entonces a la gente le empezó a gustar y poco a poco fueron recomendando. Hace aproximadamente 6 años habíamos visto que 4 personas habían hecho la transición con nosotros. Entonces eso es algo que me gusta, porque siempre nuestros proyectos es recrear la comida especista en productos veganos a precios que la gente está normalmente acostumbrada a pagar. No es como esta parte del veganismo donde queremos venderle a la gente un litro de leche en 70 pesos, cuando ellos compran un litro de leche de la zona en 8 pesos (Entrevista 35).

En suma, los testimonios de las y los entrevistados muestran trayectorias y formas disimiles de comprender el veganismo y el activismo. En la siguiente sección se discute al respecto.

DISCUSIÓN

Los testimonios recogidos refieren a trayectorias heterogéneas que no se asocian exclusivamente con un hito único y trascendental (Jasper y Poulsen, 1995), ni con un proceso lento y extendido en el tiempo (Rodan y Mummery, 2016).

A partir de los relatos de las personas entrevistadas se identificaron tres tipos de trayectorias hacia el veganismo. Dos de ellas refieren a procesos de mediano y largo plazo, mientras que la tercera corresponde a una determinación tomada de manera inmediata. Sin embargo, un análisis de conjunto sobre este último tipo de trayectoria sugiere que la elección no es tan repentina. En estos casos, al igual que en los anteriores, la renuncia al consumo de productos derivados de animales está precedida por etapas y transformaciones que los propios testimonios mencionan, pero que no dimensionan como tales; por ejemplo, la adopción de dietas vegetarianas, la reducción progresiva de alimentos de origen animal o el involucramiento previo en activismos por los animales de compañía o contra la tauromaquia.

La movilización de emociones fuertes, tal como señala la literatura (Fernández, 2021; Gravante y Poma, 2022; H. A. Herzog y Golden, 2009; Jasper, 2018; Méndez, 2016), fue un denominador común en el conjunto de las trayectorias. Esto otorga validez a la tesis del shock moral como catalizador (Jasper y Poulsen, 1995), puesto que aparece en términos semejantes en numerosos relatos. En ocasiones, dicho shock fue provocado por el encuentro directo con otro animal (Wilson, 2017) y, en

otras, por el consumo de contenidos en redes digitales o imágenes en línea (Stumpf et al., 2024). Sin embargo, la influencia de conocidos en la adopción del veganismo y el reclutamiento activista también fue recurrente. Esto sugiere un mecanismo alternativo al shock moral: el contacto cara a cara y las redes de interacciones informales preexistentes, que operan justamente como el canal que la tesis del shock moral pretendía sustituir.

Al shock moral como catalizador emocional (Jasper y Poulsen, 1995) —ocurrido en espacios físicos (Véron, 2025) o mediante imágenes en línea (Sifuentes García y Paneque-Gálvez, 2019)— y a la influencia de conocidos, se suma otro aspecto repetido en casi una veintena de ocasiones: la identificación con uno o más sujetos no humanos. La literatura sobre ética animal insiste en otorgar la categoría de persona con derechos a todo ser sintiente y apela a la empatía para lograrlo (Francione, 2008; Regan, 1983; Singer y Casal, 1999). Asimismo, los estudios sobre el perfil de las personas veganas y activistas sugieren que la mayoría mantiene vínculos estrechos con animales de compañía (Díaz Carmona, 2012; Herzog, 2010; Herzog et al., 1991). Frente a ello, los testimonios analizados muestran que la empatía no emerge de forma espontánea, sino que se construye en el marco de procesos de identificación entre individuos de distintas especies. No basta con la mera adopción de un animal de compañía para considerarlo un semejante; se requiere compartir espacios y tiempo con él. Algunos relatos incluyen también la voluntad explícita de aprender sobre el otro, lo que implica estudiar para brindarle los cuidados necesarios.

Las trayectorias hacia el veganismo también incluyen un proceso progresivo de racionalización (Herzog, 2010). En ese sentido, la búsqueda de información sobre sintiencia y ética animal cumplió un rol destacado entre quienes participaron de la investigación. De manera semejante a lo que sugiere la bibliografía clásica sobre otras causas (Benford y Snow, 2000; Chakraborty, 2024; Goffman, 1976; Snow et al., 1986), se observa un proceso de alineamiento entre el marco de interpretación que ofrece el veganismo y los valores preexistentes de los sujetos.

Los procesos de cambio personal tampoco fueron lineales en otros aspectos. El veganismo no siempre fue la causa del activismo, sino que en ocasiones ocurrió al revés. Más aún, algunos testimonios no reconocen límites fijos entre ambos, toda vez que actividades cotidianas como comer, elegir dónde hacerlo y qué decir al respecto son consideradas formas de activismo. Este es otro aspecto significativo de los relatos: ni el veganismo ni el activismo por los derechos animales son interpretados de un mismo modo por las personas entrevistadas.

Frente a las posturas que interpretan el veganismo como una norma inflexible y universal —lo que Gruen y Jones (2015) denominan “veganismo como identidad”—, algunos testimonios dan cuenta de formas particulares y adaptadas de activismo.

Los relatos muestran que el lugar de residencia, la pertenencia a un sector social o la propia profesión inciden en estas prácticas. En definitiva, la evaluación que los entrevistados hacen sobre las dificultades que atraviesan y las negociaciones que deben realizar con sus compromisos sugiere una mirada más realista y aspiracional del veganismo (Gruen y Jones, 2015), así como una postura más comprensiva hacia las personas que no son veganas.

REFLEXIONES FINALES

América Latina y su destino trágico es una figura romántica refrendada por varios escritores y ensayistas de la región, entre los que destacan Gabriel García Márquez, Octavio Paz, Juan Rulfo y Jorge Luis Borges, entre otros. Una idea que se repite recurrentemente en la obra del último y se relaciona con la figura anterior también refiere al destino, pero en este caso individual. “Por largo y complicado que sea”, para Borges el destino se resume en un instante fundamental: aquel en que el individuo “sabe para siempre quién es” (1974: 562). Para Tadeo Isidoro Cruz, personaje del Martín Fierro recreado por dicho escritor en la obra “Biografía de Tadeo Isidoro Cruz (1829-1874)”, tal revelación ocurre durante “una lúcida noche fundamental” de 1870, cuando, en medio de la pampa argentina, se reconoce a sí mismo en el gaucho que debe capturar (1974:563).

Así como le ocurre a Tadeo Isidoro Cruz, momentos semejantes son narrados por testimonios recogidos durante esta investigación. Tales momentos causaron una fuerte impresión en quienes los relatan, ya sea que sucedan “a pie de carretera” en las afueras del Estado de México, al voltear a ver una gallina en venta - “y, en ese mirarnos, reconocernos” (Entrevista 14)- o en un encuentro fortuito con un gato atropellado, en pleno centro de la Ciudad de México (Entrevista 11).

Sin la fuerza poética con que Borges expresa su idea, pero con el peso que le otorgan los datos, diversos estudios advierten sobre la “ilusión biográfica” tras la voluntad de otorgar un sentido unívoco a una trayectoria de vida (Bourdieu, 1986). En esa línea, el conjunto de los relatos recogidos sugiere que se trata de procesos de identificación en los que ciertas circunstancias y sus efectos cobran mayor significado que otras. Esto vale tanto para quienes atribuyen a un momento único y fundamental su decisión de adoptar el veganismo, como para quienes intuyen que su vínculo con los animales estaba prefigurado “desde siempre”.

En cualquiera de los casos, a menudo es pasado por alto que la empatía que promueven los tratados sobre ética animal (Francione, 2008; Regan, 1983; Singer, 2003; Singer y Casal, 1999) y que fue objeto de estudio científico (Gravante y Poma, 2022; H. A. Herzog y Golden, 2009; Jasper, 2018) no ocurre sin más. Por el contrario,

la empatía se practica y desarrolla con el tiempo. Difícilmente una persona pueda identificarse con otra especie sin interactuar con algunos de sus integrantes con cierta regularidad. Por muy significativo que aparente ser un encuentro (Wilson, 2017), las entrevistas muestran que otros hechos que lo preceden influyen en la connotación que se le otorga al primero.

En ese sentido, los relatos analizados sugieren que la empatía también puede verse reforzada por el acceso a información (Herzog, 2010). Al respecto, la literatura precedente refiere a un proceso de alineamiento entre el marco de interpretación que ofrece una causa y los valores preexistentes de quienes adhieren a ella (Goffman, 1976; Snow et al., 1986). En el caso de la transición al veganismo, tal alineamiento parece haber sido asumido en gran medida por las propias personas entrevistadas. La voluntad de algunas de estas personas por informarse y saber más evoca prácticas en las que los individuos operan sobre sí mismos para construir un estilo de vida que les es propio (Foucault, 1985). En los testimonios analizados, esta construcción no está al servicio de un interés egoísta, sino en solidaridad con sujetos que no pueden asumir su propia defensa. El activismo y sus significados incluyen actividades cotidianas como comer, que diluyen los límites entre la dimensión privada y la pública.

Respecto de esta última dimensión, el rol de terceros con quienes compartir la causa es bien ponderado por quienes hacen activismo. La mayor incidencia de conocidos en el proceso de transición que la hallada por otras investigaciones (Jasper y Poulsen, 1995) sugiere un proceso creciente de aceptación de la ética vegana y de densificación de lazos sociales dentro de esta comunidad. Sin embargo, los alcances de esta identidad abren preguntas teóricas que exceden a los sujetos entrevistados en este trabajo y que exigen ser indagadas en futuras investigaciones. Por un lado, es necesario evaluar la eficacia real de la identidad vegana cuando se traslada al núcleo familiar consanguíneo, donde las pautas alimentarias tradicionales y las dinámicas de convivencia doméstica pueden limitar la influencia de dicha identidad. Por otro lado, la creciente consolidación de estas redes sociales plantea un escenario novedoso: el de aquellas personas que nacen y crecen en familias ya veganas. Para este sector no existe una trayectoria de transición, una ruptura biográfica ni un shock moral, sino un proceso de socialización primaria donde el veganismo es la norma heredada.

En suma, el factor relacional es el eje articulador de los procesos analizados. La construcción de identidades y prácticas veganas depende de la interacción constante con los animales no humanos y con los pares sociales. A partir de esto, se plantea un desafío central para el desarrollo del movimiento: la gestión de sus fronteras identitarias. Si la identidad vegana se comprende como una barrera moral rígida que separa a los individuos entre moralmente puros y ajenos a la causa, se corre el riesgo de desincentivar el involucramiento de nuevos sectores. Un enfoque

inflexible en ese sentido, puede incluso favorecer la balcanización del movimiento, fragmentándolo en numerosas posiciones minoritarias enfrentadas entre sí. Por el contrario, la sostenibilidad del veganismo y su capacidad de incidencia sociopolítica dependen de su aptitud para articularse con una diversidad de contextos sociales, económicos y familiares.

BIBLIOGRAFÍA

- Archer, Diane, Chawanad Luansang, y Boonmahathanakorn Supawut. (2012). "Facilitating community mapping and planning for citywide upgrading: the role of community architects". *Environment & Urbanization* 24 (1): 115-29. Disponible en <https://doi.org/10.1177/0956247812437132>.
- Aristóteles (2018). *Política*. Ciudad de México: Universidad Nacional Autónoma de México. 270 pp. Disponible en Archivo del Internet: <<http://archive.org/details/politica-bilingue-aristoteles>>.
- Bates, Alan William Hugh. (2017). *Anti-Vivisection and the Profession of Medicine in Britain: A Social History*. Londres: Palgrave Macmillan. Disponible en <<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK513710/>>.
- Benford, Robert D. y David A. Snow. (2000). "Framing Processes and Social Movements: An Overview and Assessment". *Annual Review of Sociology* 26: 611-639. Disponible en <https://doi.org/10.1146/annurev.soc.26.1.611>.
- Besana, Patricio Bruno. (2025a). *1er Informe de avances de investigación (20-Sep-2025) Transiciones hacia un estilo de vida vegano y activismos por otros animales en América Latina*. Buenos Aires: Área de Ambiente y Política, EPyG, CONICET Y CALAS. Disponible en https://www.academia.edu/144274420/1er_Informe_de_avances_de_investigaci%C3%B3n_20_Sep_2025_Transiciones_hacia_un_estilo_de_vida_vegano_y_activismos_por_otros_animales_en_Am%C3%A9rica_Latina
- Besana, Patricio Bruno (2025b). "¿En carne propia? Transiciones hacia un estilo de vida vegano e incorporación en activismos antiespecistas". En *Identidades en disputa y sentidos de futuro. Saberes, ideas y lenguajes de las crisis*, editado por Claudia Hammerschmidt, Daniel Foitzick Reyes, y Lucas Christel. Buenos Aires: UNSAM Edita, 87-150. Disponible en <http://calas.lat/es/publicaciones/otros/identidades-en-disputa-y-sentidos-de-futuro-saberes-ideas-y-lenguajes-de-las>
- Borda, Pablo, Valeria Dabenigno, Betina Freidin, y Martin Güelman. (2017). *Estrategias para el análisis de datos cualitativos*. Buenos Aires: Universidad de Buenos Aires. Facultad de Ciencias Sociales. Instituto de Investigaciones Gino Germani. Disponible en <https://ri.conicet.gov.ar/handle/11336/112116>.
- Bourdieu, Pierre. (1988). *La distinción. Criterios y bases sociales del gusto*. Madrid: Taurus.
- Cavalieri, Paola (ed.). (2016). *Philosophy and the Politics of Animal Liberation*. Nueva York: Palgrave Macmillan.
- Chakraborty, Souvik Lal. (2024). "Framing Social Movements: A Geographical Perspective". *Geography Compass* 18 (5): e12748. Disponible en <https://doi.org/10.1111/gec3.12748>

- Chernobilsky, Lilia Beatriz (2006). "El uso de la computadora como auxiliar en el análisis de datos cualitativos". En *Estrategias de investigación cualitativa*, editado por Irene Vasilachis de Gialdino. Buenos Aires: Gedisa, 239-273.
- Chuck, Chelsea, Samantha A. Fernandes y Lauri L. Hyers. (2016). "Awakening to the politics of food: Politicized diet as social identity". *Appetite* 107: 425-436. Disponible en <https://doi.org/10.1016/j.appet.2016.08.106>
- Cole, Matthew y Karen Morgan. (2011). "Vegaphobia: Derogatory Discourses of Veganism and the Reproduction of Speciesism in UK National Newspapers". *The British Journal of Sociology* 62 (1): 134-153. Disponible en <https://doi.org/10.1111/j.1468-4446.2010.01348.x>
- Diani, Mario. (1992). "The concept of social movement". *The Sociological Review* 40 (1): 1-25. Disponible en <https://doi.org/10.1111/j.1467-954X.1992.tb02943.x>
- Díaz Carmona, Estela. (2012). "Perfil del vegano/a activista de liberación animal en España". *REIS. Revista Española de Investigaciones Sociológicas* (139): 175-187. Disponible en <https://doi.org/10.5477/cis/reis.139.175>
- Douglas, Mary. (2003). *Purity and Danger: An Analysis of Concepts of Pollution and Taboo*. Londres: Psychology Press. 193 pp.
- Faria, Catia. (2016). "Lo personal es político: feminismo y antiespecismo". *Revista Latinoamericana de Estudios Críticos Animales* 3 (2): 54-73. Disponible en <<https://revistaleca.org/index.php/leca/article/view/109>>.
- Fernández, Laura. (2021). "Imágenes que liberan. Shock moral y comunicación visual estratégica en el activismo por la liberación animal". Tesis de doctorado en Comunicación. Barcelona: Universitat Pompeu Fabra. Disponible en DOI:[10.13140/RG.2.2.17449.06249](https://doi.org/10.13140/RG.2.2.17449.06249)
- Foucault, Michel. 1985. *La arqueología del saber*. México: Siglo XXI Editores.
- Fragano, Adriano. (2012). *Propuestas para un Manifiesto Antiespecista*. Novara: Edizioni Veganzetta.
- Francione, Gary L. (2008). *Animals as Persons: Essays on the Abolition of Animal Exploitation*. Nueva York: Columbia University Press. 256 pp. Disponible en <<https://www.jstor.org/stable/10.7312/fran13950>> (consulta: 7 de agosto de 2026).
- Glaser, Barney G. (1992). *Basics of Grounded Theory Analysis: Emergence Vs. Forcing*.: Sociology Press. 129 pp.
- Goffman, Erving. (1976). *Frame Analysis: An Essay on the Organization of Experience*. Cambridge: Harvard University Press.
- Gómez Márquez, Victoria y Carolina Garzón Díaz. (2024). "Bienestar animal en Instagram: tendencias y discurso de eco-influencers uruguayos". *Comunicación y Sociedad* 21: 1-26. Disponible en <https://doi.org/10.32870/cys.v2024.8675>
- González, Anahí Gabriela. (2019). "Animales inapropiados/bles. Notas sobre las relaciones entre transfeminismos y antiespecismos". *Question/Cuestión* 1 (64): 1-19. Disponible en <https://doi.org/10.24215/16696581e236>
- González, Anahí Gabriela. (2021). "Políticas feministas de la animalidad. Decolonialidad, discapacidad y antiespecismo". En *Intervenciones críticas en los estudios de animales*, editado por Juan Camilo Espinel. Bogotá: Ileca, 125-146. Disponible en https://ri.conicet.gov.ar/bitstream/handle/11336/157963/CONICET_Digital_Nro.e85373d5-eb29-468e-b3f7-b48547395952_A.pdf?sequence=2&isAllowed=y (consulta: 7 de agosto de 2026).

- Grassian, Trent Daniel. (2020). "The Dietary Behaviors of Participants in UK-Based Meat Reduction and Vegan Campaigns – A Longitudinal, Mixed-Methods Study". *Appetite* 154: 104788. Disponible en <https://doi.org/10.1016/j.appet.2020.104788>
- Gravante, Tommaso y Alice Poma. (2022). *Emociones y medio ambiente. Un enfoque interdisciplinario*. Ciudad de México: Universidad Nacional Autónoma de México. Disponible en <https://ru.ceiich.unam.mx/bitstream/123456789/3940/1/Emociones_y_medio_ambiente_un_enfoque_interdisciplinario.pdf > (consulta: 7 de agosto de 2026).
- Griffin, Nathan Stephens. (2017). *Understanding Veganism: Biography and Identity*. Londres: Springer.
- Gruen, Lori y Robert C. Jones. (2015). "Veganism as an Aspiration". En *The Moral Complexities of Eating Meat*, editado por Ben Bramble y Bob Fischer. Oxford: Oxford University Press. Disponible en <https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780199353903.003.0010>
- Guerra Marroquín, Lidia Patricia. (2021). "Mi devenir antiespecista feminista". *Animales y Sociedad* (5): 46-55.
- Herzog, Hal. (2010). *Some we love, some we hate, some we eat: why it's so hard to think straight about animals*. Nueva York: Harper. 340 pp.
- Herzog, Harold A., Nancy S. Betchart y Robert B. Pittman. (1991). "Gender, sex role orientation, and attitudes toward animals". *Anthrozoös* 4 (3): 184-191. Disponible en <https://doi.org/10.2752/089279391787057170>
- Herzog, Harold A. y Lauren L. Golden. (2009). "Moral emotions and social activism: The case of animal rights". *Journal of Social Issues* 65 (3): 485-498. Disponible en <https://doi.org/10.1111/j.1540-4560.2009.01610.x>
- Holton, Judith, y Barney Glaser. (2012). *The Grounded Theory Review Methodology Reader: Selected papers 2004-2011*. Mill Valey: Sociology Press.
- Jamison, Wesley V. y William M. Lunch. (1992). "Rights of Animals, Perceptions of Science, and Political Activism: Profile of American Animal Rights Activities". *Science, Technology & Human Values* 17 (4): 438-458. Disponible en <https://doi.org/10.1177/016224399201700402>
- Jasper, James M. (2018). *The Emotions of Protest*. Chicago: University of Chicago Press. 304 pp. Disponible en: <<https://press.uchicago.edu/ucp/books/book/chicago/E/bo28301570.html>>
- Jasper, James M. y Dorothy Nelkin. (1992). *The Animal Rights Crusade: The Growth of a Moral Protest*. Nueva York: The Free Press. 214 pp.
- Jasper, James M. y Jane D. Poulsen. (1995). "Recruiting Strangers and Friends: Moral Shocks and Social Networks in Animal Rights and Anti-Nuclear Protests". *Social Problems* 42 (4): 493-512. Disponible en <https://doi.org/10.2307/3097043>
- Jerolmack, Colin. (2003). "Tracing the Profile of Animal Rights Supporters: A Preliminary Investigation". *Society & Animals: Journal of Human-Animal Studies* 11 (3): 245-263. Disponible en <https://doi.org/10.1163/156853003322773041>
- Lévi-Strauss, Claude. (1968). *Mitológicas I: lo crudo y lo cocido*. Ciudad de México: Fondo de Cultura Económica. 395 pp.
- Lorimer, Jamie. (2010). "Moving Image Methodologies for More-than-Human Geographies". *Cultural Geographies* 17 (2): 237-258. Disponible en <https://doi.org/10.1177/1474474010363853>

- Méndez, Anahí. (2016). “La emergencia de nuevos imaginarios socio-ambientales. Críticas y alternativas al especismo institucionalizado”. *Apuntes de Investigación del CECYP* (28): 140-165. Disponible en <<https://www.aacademica.org/anahi.mendez/43>>
- Méndez, Anahí. (2020a). “Acción colectiva animalista en Argentina. Emergencia, repertorios y formatos de la acción contra el especismo institucionalizado”. Trabajo presentado en el I Congreso Internacional de Debate en Torno a los Animales No Humanos Resistir el Especismo: Hacia Comunidades más Animales, Buenos Aires. Disponible en <https://www.aacademica.org/anahi.mendez/65>.
- Méndez, Anahí. (2020b). “América Latina: movimiento animalista y luchas contra el especismo”. *Nueva Sociedad*, 288. Disponible en <<https://nuso.org/articulo/america-latina-movimiento-animalista-y-luchas-contra-el-especismo/>>
- Mendizabal, Nora. (2006). “Los componentes del diseño flexible en la investigación cualitativa”. En *Estrategias de la investigación Cualitativa*, editado por Irene Vasilachis de Gialdino. Buenos Aires: Gedisa, 65-105.
- Narayanan, Yamini. (2023). “For Multispecies Liberatory Futures: Three Principles toward ‘Progress’ in Anti-Anthropocentric Environmental Geography”. *Progress in Environmental Geography* 2 (3): 179-190. Disponible en <https://doi.org/10.1177/27539687231183449>
- Navarro, Alexandra y María Marta Andreatta. (2019). “Sistema alimentario carnista y crisis climática: Breve cartografía para comprender el problema”. *Question/Cuestión* 1 (64): 1-22. Disponible en <https://doi.org/10.24215/16696581e234>
- NielsenIQ (2023). *The plant-based revolution: From niche to the future*. Chicago: NielsenIQ. Disponible en <<https://nielseniq.com/global/en/insights/report/2023/the-plant-based-revolution-from-niche-to-the-future-brandbank/>> (consulta: 6 de agosto de 2026).
- Pfeiler, Tamara M. y Boris Egloff. (2018). “Personality and meat consumption: The importance of differentiating between type of meat”. *Appetite* 130: 11-19. Disponible en <https://doi.org/10.1016/j.appet.2018.07.007>
- Pippa, Bailey. (2018). *What does it mean to consumers? An exploration into diets around the world*. Londres: Ipsos Mori. Disponible en <https://www.ipsos.com/sites/default/files/ct/news/documents/2018-09/an_exploration_into_diets_around_the_world.pdf> (consulta: 7 de agosto de 2026).
- Plumwood, Val. (2000). “Integrating Ethical Frameworks for Animals, Humans, and Nature a Critical Feminist Eco-Socialist Analysis”. *Ethics and the Environment* 5 (2): 285-322. Disponible en [https://doi.org/10.1016/s1085-6633\(00\)00033-4](https://doi.org/10.1016/s1085-6633(00)00033-4)
- Plutarco. (2016). *Obras morales y de costumbres (Moralia) Vol. VI*. Madrid: RBA Libros. 256 pp.
- Regan, Tom. (1983). *The Case for Animal Rights*. Berkeley. University of California Press.
- Rodan, Debbie y Jane Mummery. (2016). “Doing animal welfare activism everyday: questions of identity”. *Continuum* 30 (4): 381-396. Disponible en <https://doi.org/10.1080/10304312.2016.1141868>.
- Rosenfeld, Daniel L. y Janet Tomiyama. (2019). “When vegetarians eat meat: Why vegetarians violate their diets and how they feel about doing so”. *Appetite* 143: 104417. Disponible en <https://doi.org/10.1016/j.appet.2019.104417>

- Schapiro, Martín. (2021). "Hay que regular, no prohibir". Le Monde diplomatique. Disponible en < <https://www.eldiplo.org/notas-web/hay-que-regular-no-prohibir/> > (consulta: 7 de agosto de 2026).
- Serrano-Montes, José Luis y Andrés Caballero Calvo. (2019). "La geografía de los animales: oportunidades y desafíos de un nuevo enfoque para el estudio geográfico de las relaciones entre el ser humano y los animales". *Investigaciones Geográficas* (99): 1-15. Disponible en <https://doi.org/10.14350/rig.59781>
- Sifuentes García, Perla Anerol. (2023). "Construyendo nuevas sensibilidades hacia los animales y la naturaleza: el activismo antiespecista en la Ciudad de México". Tesis de Maestría en Estudios Políticos y Sociales. Ciudad de México: Universidad Nacional Autónoma de México. Disponible en <https://hdl.handle.net/20.500.14330/TES01000852393>
- Sifuentes García, Perla Anerol y Jaime Paneque-Gálvez. (2019). "Eficacia de materiales audiovisuales sobre explotación animal para motivar cambios en el consumo alimentario de estudiantes mexicanos". *Revista Latinoamericana de Estudios Críticos Animales* 6 (1): 112-139. Disponible en <https://revistaleca.org/index.php/leca/article/view/245>
- Singer, Peter y Paula Casal. (1999). *Liberación animal*. Madrid: Editorial Trotta.
- Snow, David A., Burke Rochford, Steven K. Worden y Robert D. Benford. (1986). "Frame Alignment Processes, Micromobilization, and Movement Participation". *American Sociological Review* 51 (4): 464-481. Disponible en <https://doi.org/10.2307/2095581>.
- Soneira, Javier. (2006). "La Teoría fundamentada en los datos". En *Estrategias cualitativas de investigación social*, editado por Irene Vasilachis de Gialdino. Barcelona: Gedisa. Disponible en: <https://www.academia.edu/23642699/Estrategias_de_investigaci%C3%B3n_cualitativa> (consulta: 7 de agosto de 2026).
- Stumpf, Alina, Swetlana Herbrandt, Leia Betting, Nicole Kemper y Michaela Fels. (2024). "Societal Perception of Animal Videos on Social Media—Funny Content or Animal Suffering? A Survey". *Animals: an Open Access Journal from MDPI* 14 (15): 2234. Disponible en <https://doi.org/10.3390/ani14152234>
- Vasilachis de Gialdino, Irene (ed.). (2006). *Estrategias de investigación cualitativa*. Barcelona: Gedisa. 278 pp.
- Véron, Ophélie. (2025). "Vegan Geographies: Negotiations, Contestations, and Encounters in the Everyday Spaces of Veganism". *Annals of the American Association of Geographers* 115 (5): 969-987. Disponible en <https://doi.org/10.1080/24694452.2025.2461764>
- Wilson, Helen F. (2017). "On Geography and Encounter: Bodies, Borders, and Difference". *Progress in Human Geography* 41 (4): 451-471. Disponible en <https://doi.org/10.1177/0309132516645958>
- Wrenn, Corey. (2012). "Abolitionist Animal Rights: Critical Comparisons and Challenges Within the Animal Rights Movement". *Animal Rights Movement Collection. Web Studies Repository*. Disponible en <<https://www.wellbeingintlstudiesrepository.org/anirmov/2>> (consulta: 7 de agosto de 2026).