



“Con la dieta vegana 8 milioni di morti in meno nel 2050”

Autore: Fausto Rossi

Data: 24 Marzo 2016

"Con la dieta vegana 8 milioni di morti in meno nel 2050": sono le conclusioni, o per meglio dire le stime, di un significativo [studio della Oxford University](#). Modificando le abitudini alimentari errate, eviteremmo 8,1 milioni di decessi prematuri. Ma anche un cambiamento meno radicale di quello vegano, che limiti il consumo di carni rosse a 300 grammi alla settimana, avrebbe un impatto di rilievo, evitando 5 milioni di morti.

In più sono stati calcolati anche gli eventuali risparmi in termini economici. Sono quattro gli scenari tracciati dai ricercatori: uno in cui si mantengono le attuali tendenze in termini di dieta, uno in cui si limita la carne a 300 grammi a settimana aumentando l'apporto di frutta e verdura, uno strettamente vegetariano e uno vegano.

I maggiori vantaggi e guadagni in termini di vite salvate, soprattutto per le minori malattie cardiovascolari ma anche per tumori e patologie legate all'obesità, verrebbero appunto dalla dieta vegana, seguita dalla vegetariana (7,4 milioni di morti risparmiate). Queste due permetterebbero anche una maggiore **riduzione delle emissioni, del 63% per la dieta vegetariana e del 70% per la vegana**, mentre quella "moderatamente carnivora" le ridurrebbe del 30%. **I benefici economici per i sistemi sanitari andrebbero dai 700 ai 1.000 miliardi di dollari l'anno.**

"Le diete sbilanciate, con un consumo eccessivo di carne, sono responsabili del maggior peso globale in termini di perdita di salute. Allo stesso tempo il sistema alimentare è responsabile di più di un quarto delle emissioni, ed è una delle forze principali che spingono i cambiamenti climatici", affermano gli autori dello studio.

Riferimento articolo: <https://www.siciliafan.it/dieta-vegana-8-milioni-morti-meno/>

Generato il 17/05/2026