



VEGANUARY ✓

2023



PESQUISA OFICIAL DE PARTICIPANTES



**PLANT
POWERED**
VEGANUARY ♡

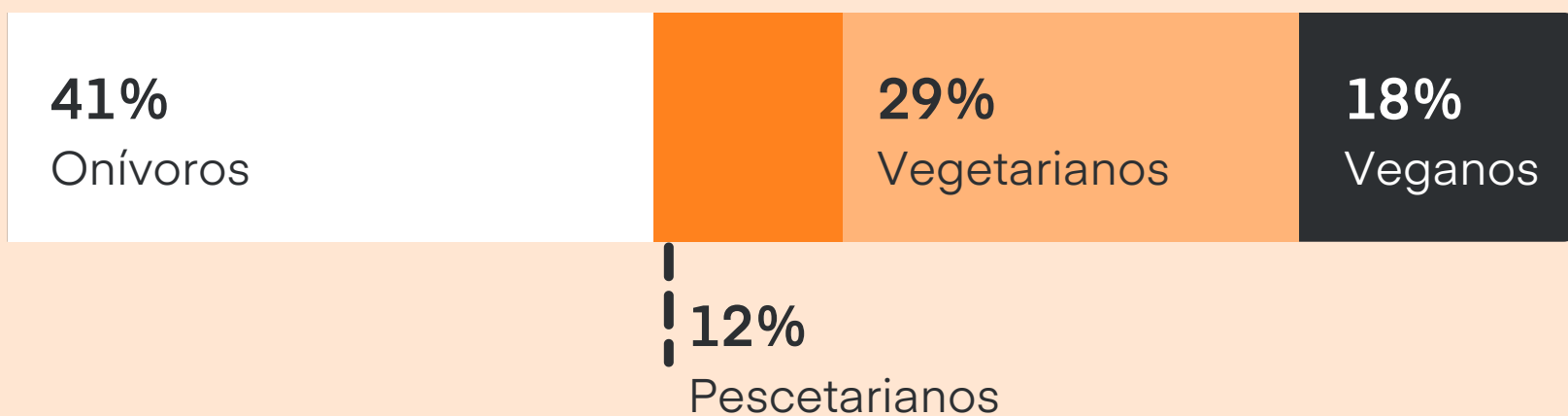
QUEM PARTICIPOU DE VEGANUARY 2023?

706.965 PESSOAS DO MUNDO TODO SE INSCREVERAM PARA FAZER PARTE DE VEGANUARY 2023*.

Os inscritos se comprometeram a experimentar o veganismo por um mês, recebendo um e-mail por dia com todo o apoio necessário, incluindo recursos úteis. No final deste mês, os participantes foram convidados a participar de uma pesquisa para nos contar sobre sua experiência. A pesquisa foi enviada a 79% dos participantes de Veganuary 2023, com uma taxa de resposta de 3% (16.829 pessoas).

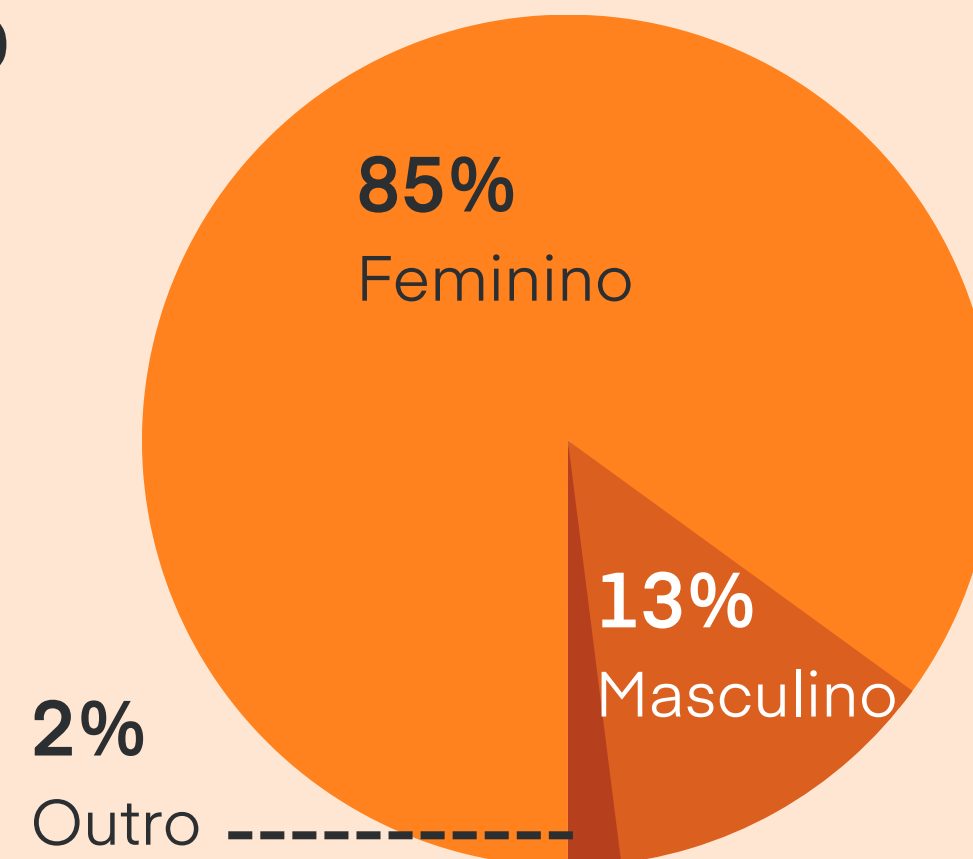
ISTO FOI O QUE NOS DISSERAM...

DIETA ANTES DE VEGANUARY

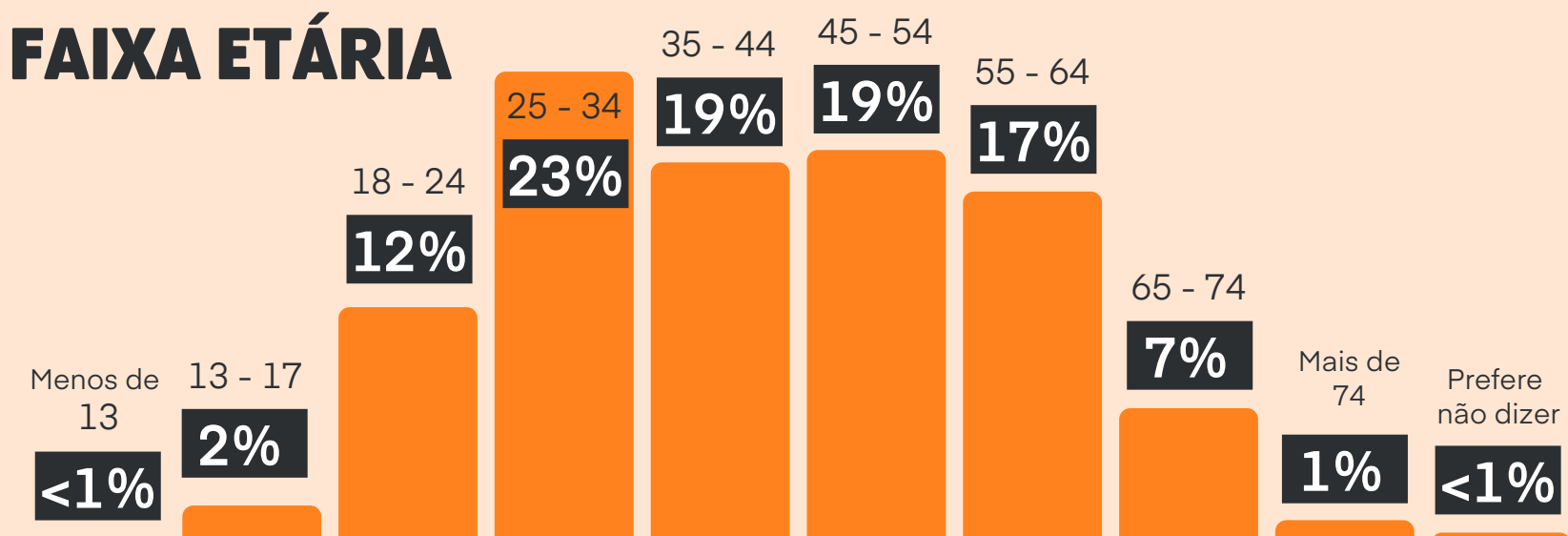


**Isso não inclui muitas pessoas que participaram do Veganuary sem se inscrever no site do Veganuary. Por exemplo, uma pesquisa da YouGov revelou que 8% da população no Brasil, 7% na Argentina e no México e 5% no Chile participaram do Veganuary em janeiro de 2023. Os resultados desta pesquisa refletem apenas o feedback daqueles registrados oficialmente.*

GÊNERO

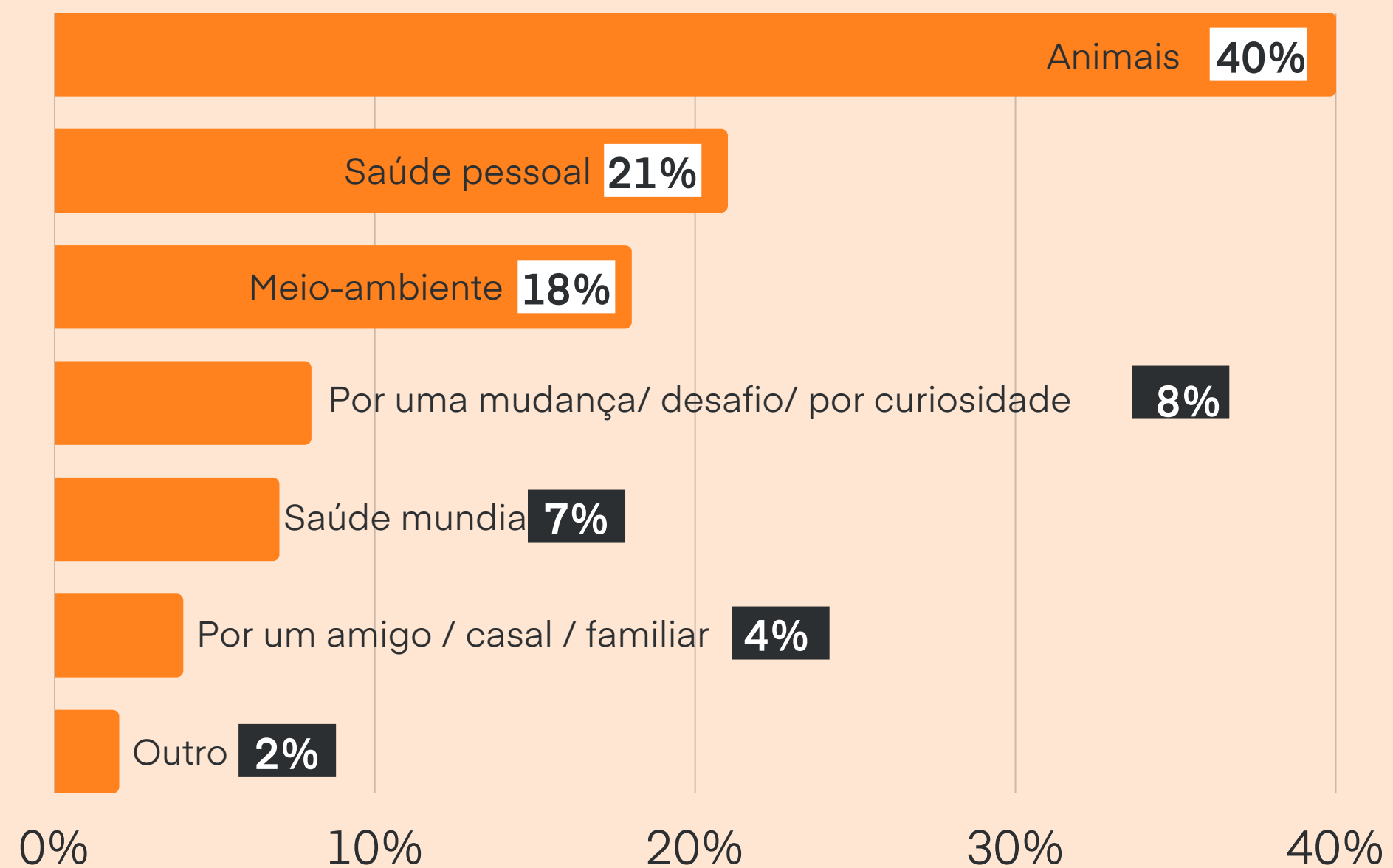


FAIXA ETÁRIA



POR QUÊ QUERIAM TENTAR COMER VEGANO?

QUAL FOI SUA PRINCIPAL MOTIVAÇÃO PARA PARTICIPAR DE VEGANUARY?



*Esta pergunta foi feita aos entrevistados após concluírem o desafio vegano de um mês.



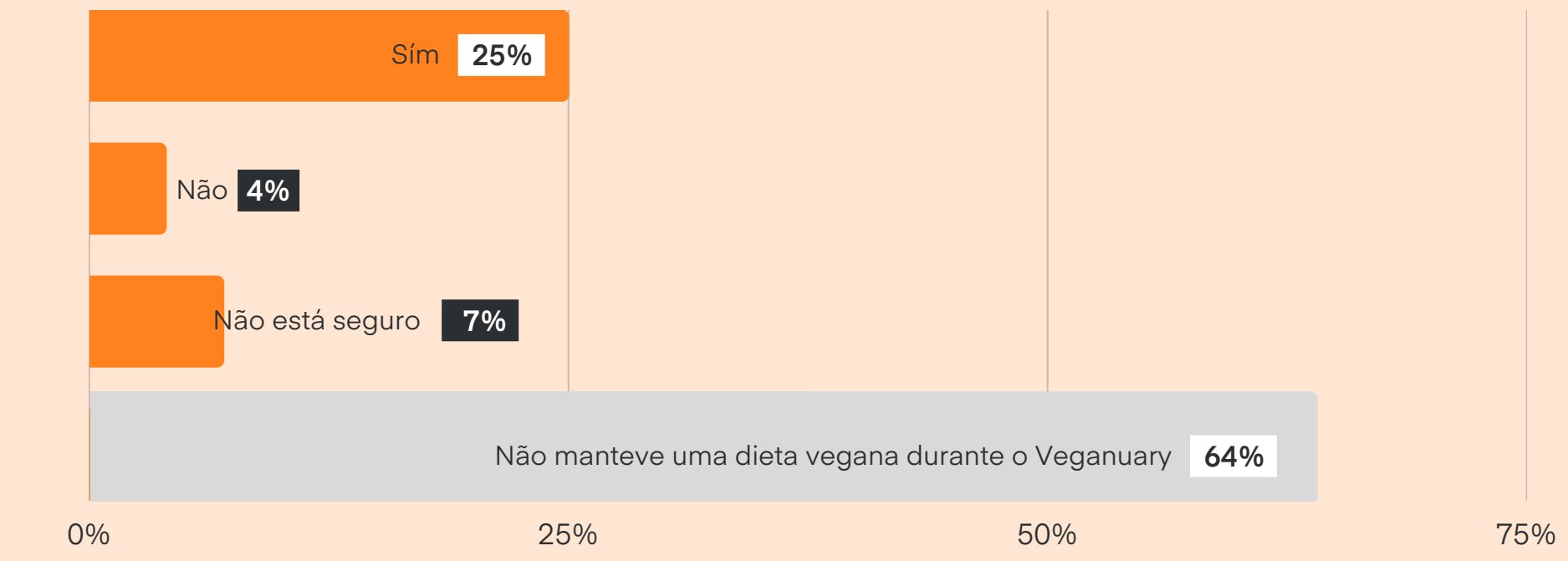
CONSEGUIRAM MANTER UMA DIETA VEGANA DURANTE VEGANUARY?

VOCÊ CONSEGUIU MANTER UMA DIETA VEGANA ?



E DEPOIS DE VEGANUARY?

AGORA QUE VOCÊ JÁ PARTICIPOU DE VEGANUARY, ESTÁ PLANEJANDO CONTINUAR COM UMA ALIMENTAÇÃO VEGANA?



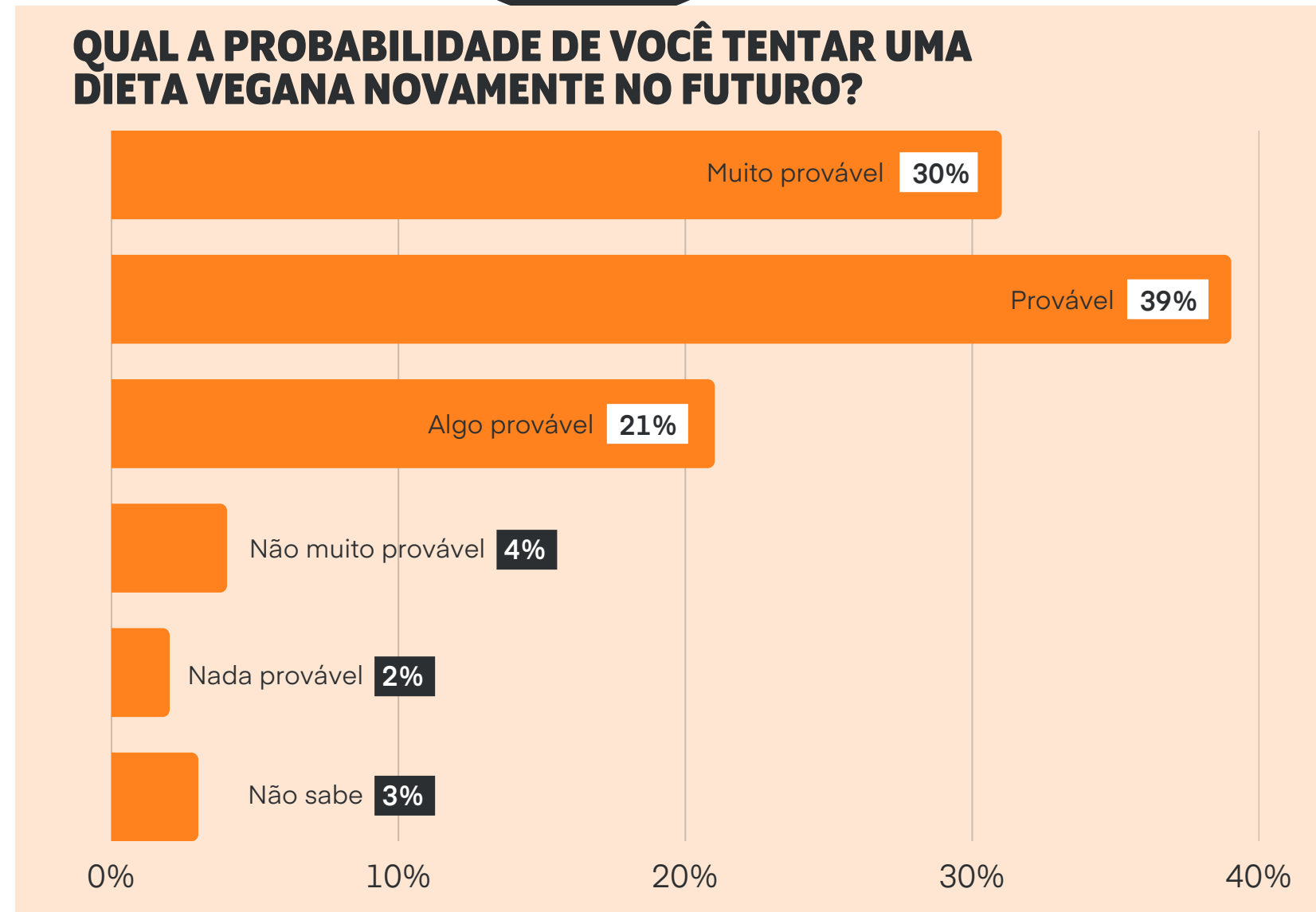
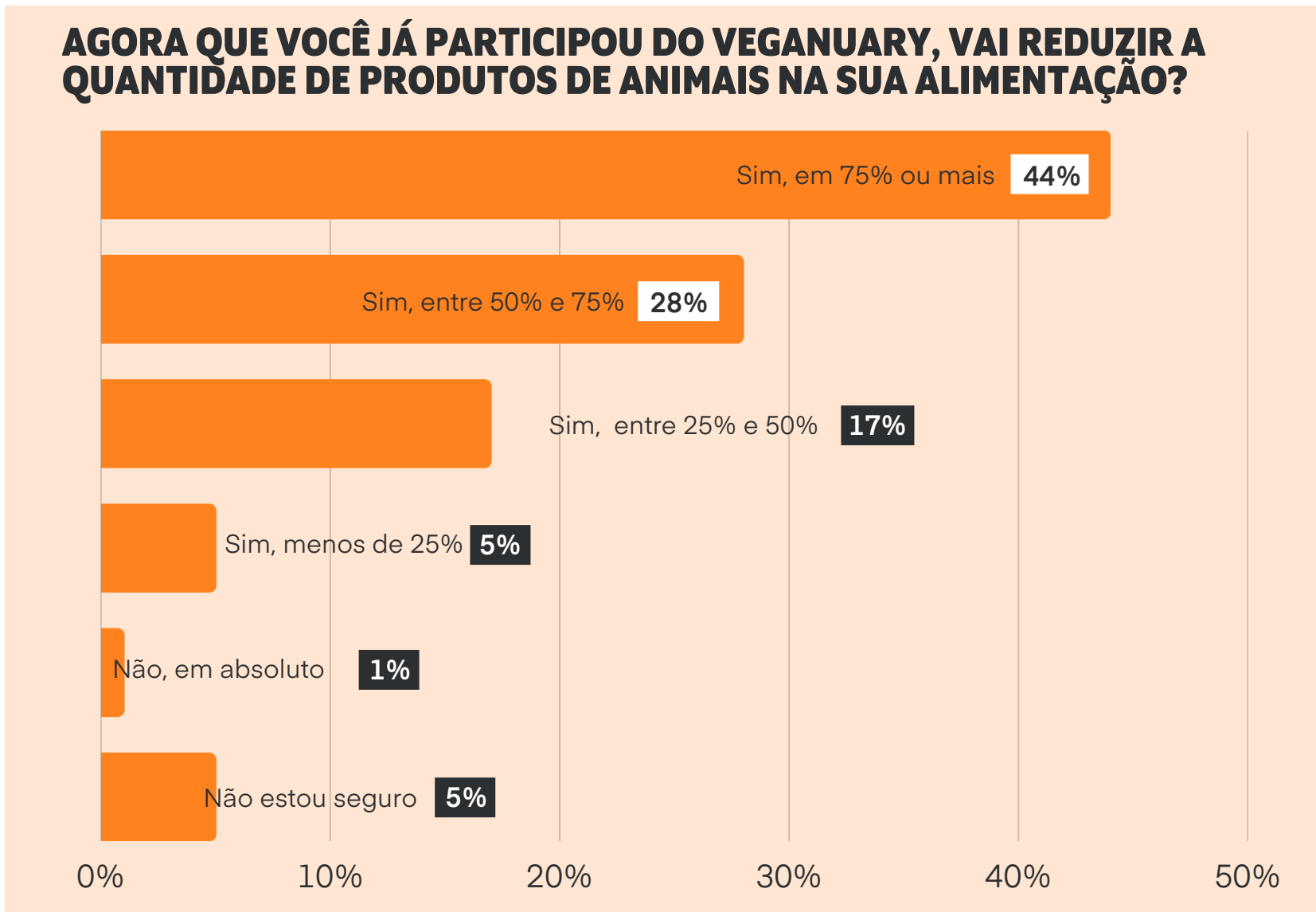
(Essas perguntas foram feitas apenas aos participantes que nos disseram que NÃO eram veganos antes)

VEGANUARY TE INSPIROU A REALIZAR ALGUMA OUTRA MUDANÇA NA DIETA?

DAS PESSOAS QUE DISSERAM QUE NÃO CONTINUARIAM COM A DIETA VEGANA APÓS O VEGANUARY, OU NÃO TIVERAM CERTEZA SE CONTINUARIAM COM A DIETA VEGANA...

72% disse que **VAI REDUZIR O CONSUMO DE PRODUTOS DE ANIMAIS** pelo menos pela metade

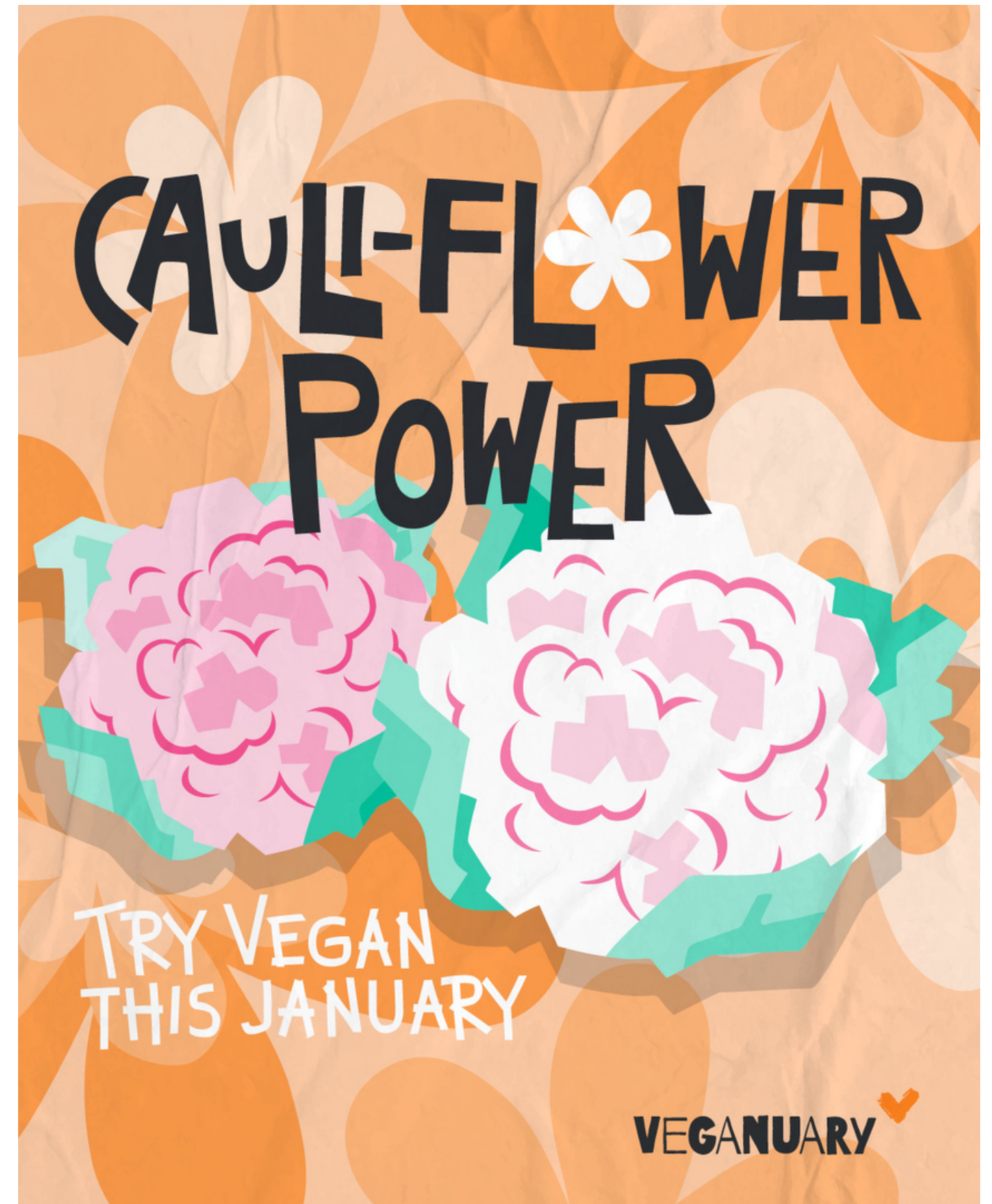
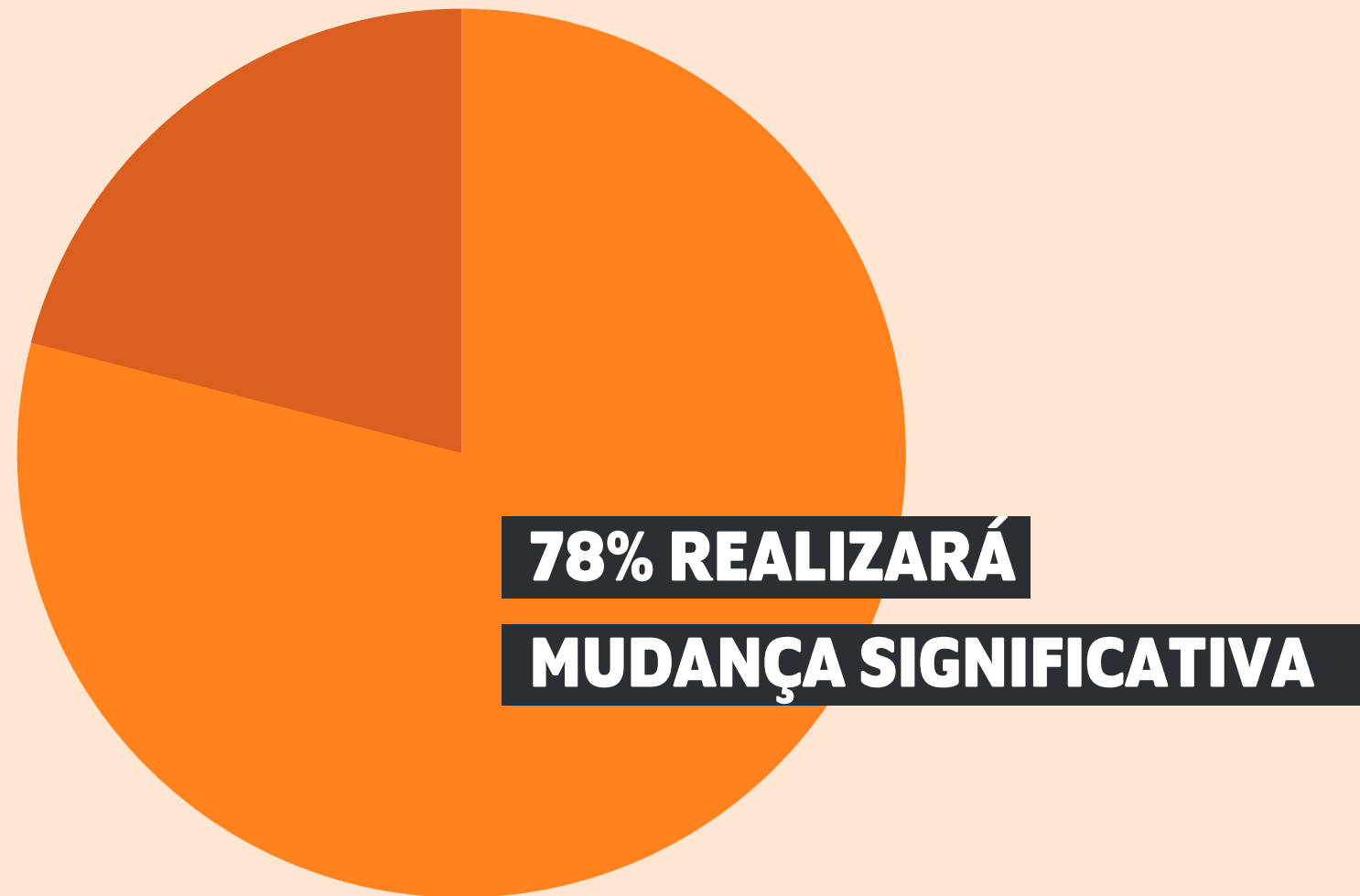
90% disseram que é provável que **TENTARÁ UMA DIETA VEGANA NO FUTURO**



(Essas perguntas foram feitas apenas aos participantes que nos disseram que NÃO eram veganos antes).

NO GERAL, QUANTOS PARTICIPANTES PRETENDEM REALIZAR UMA MUDANÇA SIGNIFICATIVA EM SUA DIETA?

CONTANDO TODOS OS PARTICIPANTES QUE PLANEJAM CONTINUAR COMENDO VEGAN DEPOIS DO VEGANÁRIO E TODOS AQUELES QUE PLANEJAM REDUZIR O CONSUMO DE PRODUTOS DE ANIMAIS EM PELO MENOS METADE...

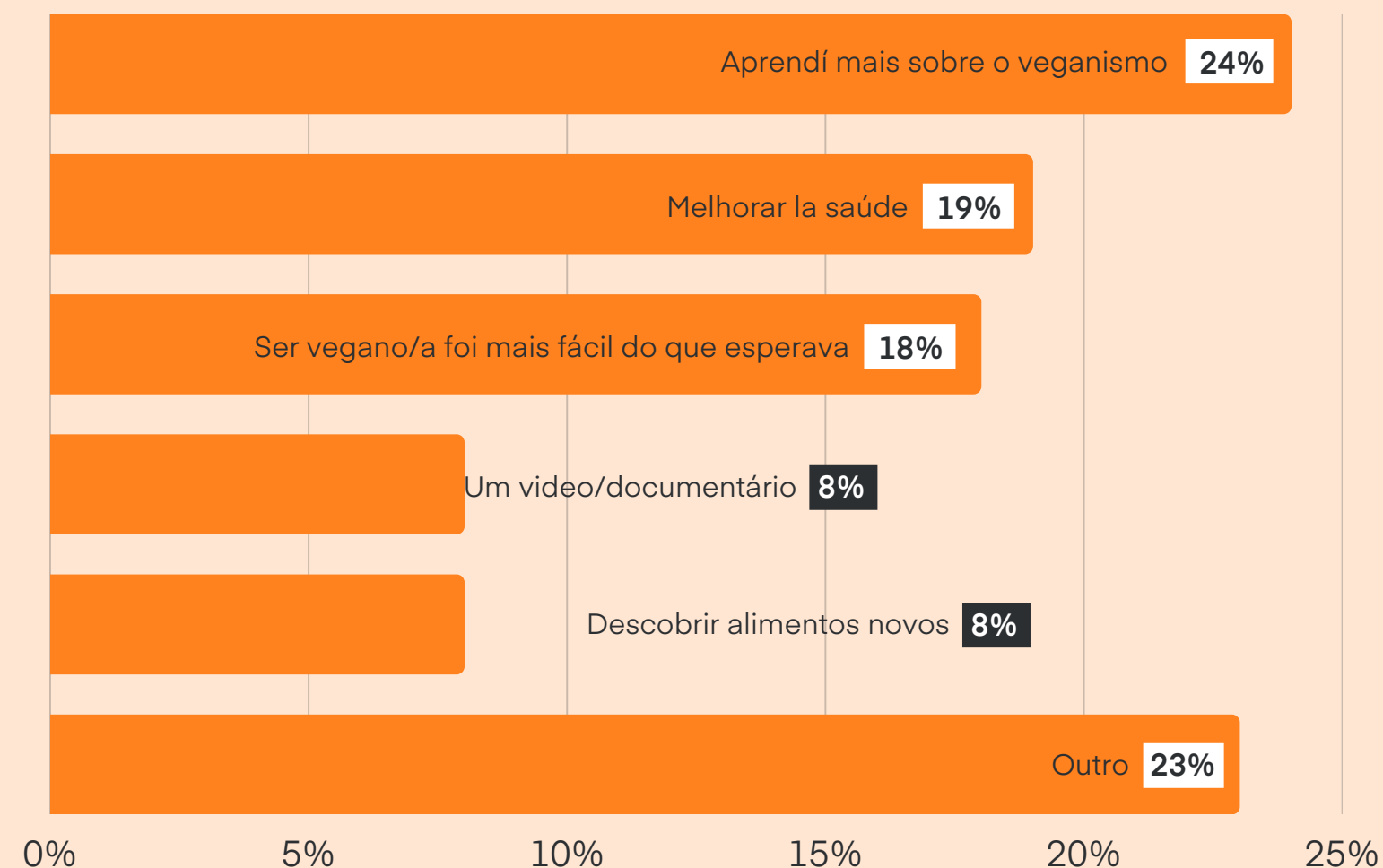


O QUE FEZ ALGUNS PARTICIPANTES DECIDIREM CONTINUAR COMENDO VEGAN?

AS PESSOAS QUE DISSERAM QUE AINDA COMERIAM VEGAN FIZERAM ISSO PORQUE...



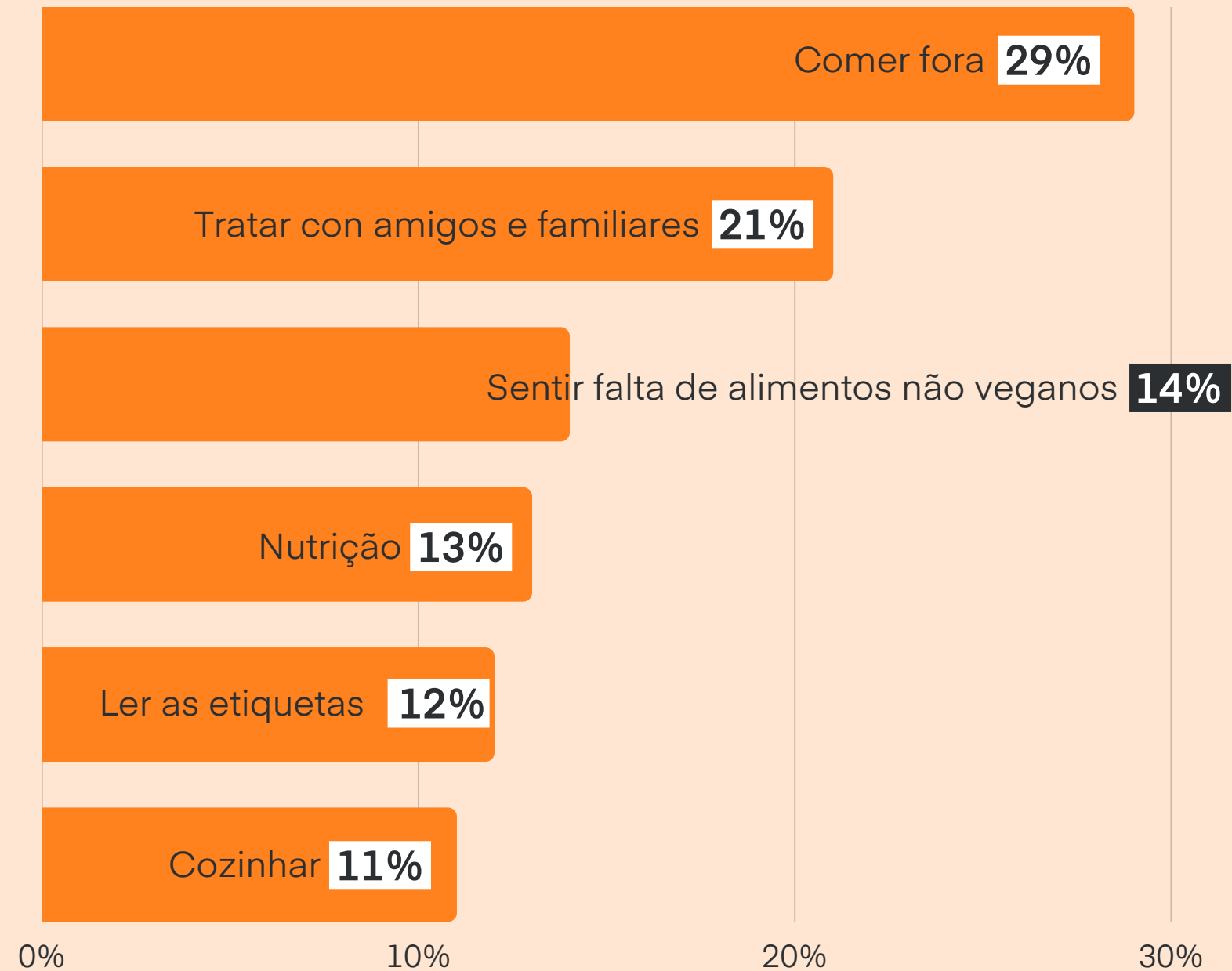
O QUE MAIS INFLUENCIA NA SUA DECISÃO DE CONTINUAR SENDO VEGANO?



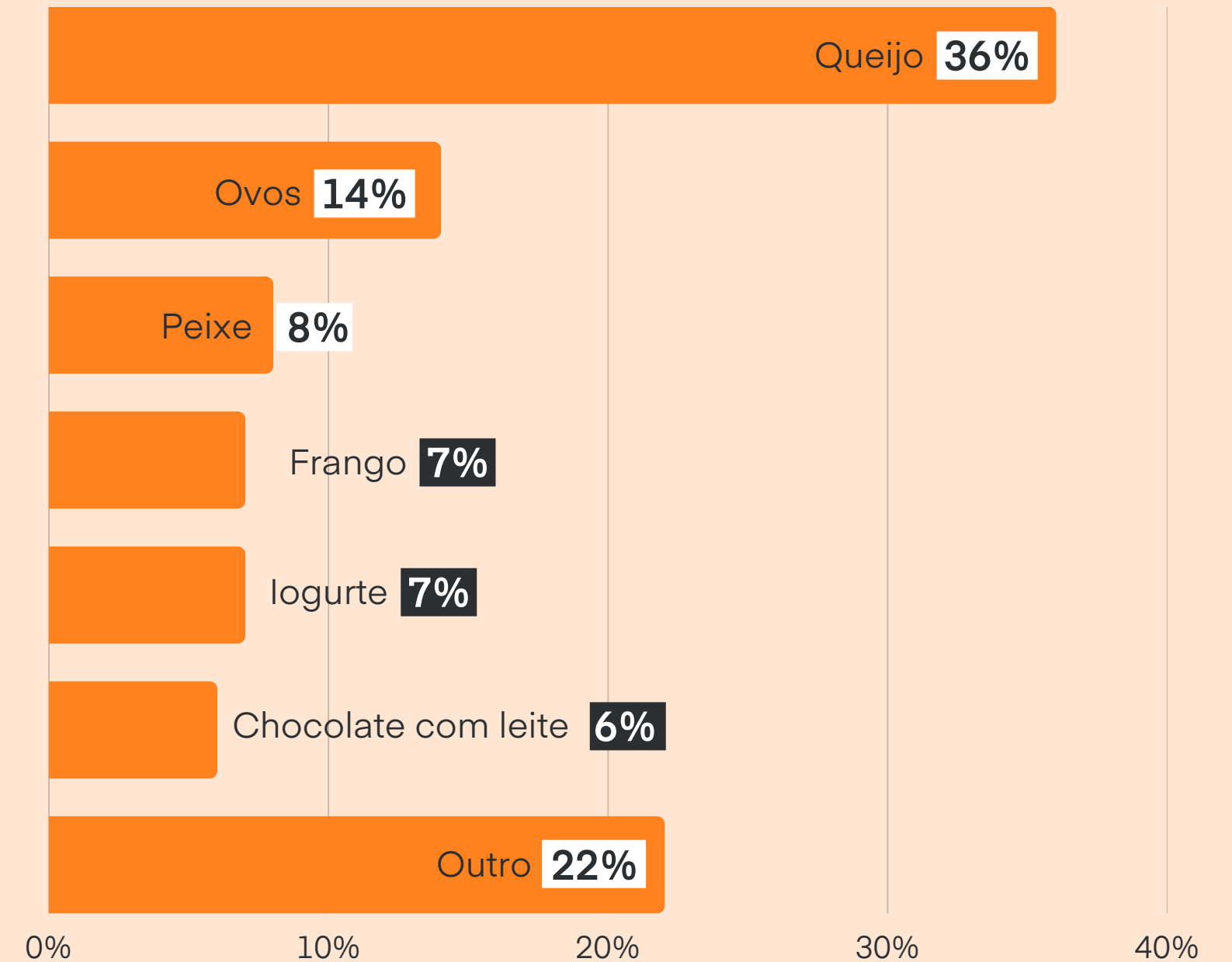
(Esta pergunta foi feita apenas aos participantes que nos disseram que NÃO eram veganos antes)

QUAIS FORAM SEUS MAIORES DESAFIOS?

QUAL FOI O SEU MAIOR DESAFIO DURANTE O VEGANUARY?



DE QUAL PRODUTO NÃO VEGANO VOCÊ MAIS SENTIU FALTA DURANTE O DESAFIO?



(Essas perguntas foram feitas apenas aos participantes que nos disseram que NÃO eram veganos antes)

EXPERIMENTARAM ALGUM BENEFÍCIO PARA A SAÚDE?

46% de entrevistados relataram melhorias em seus **NÍVEIS DE ENERGIA**

35% de entrevistados apontaram melhorias no seu **PESO CORPORAL***

47% de dos entrevistados mencionados melhorias em seus **SAÚDE EM EM GERAL**

49% de dos entrevistados relataram melhorias no seu **ESTADO DE ÂNIMO**

El 38% de los de los encuestados indicó mejoras en su **APARÊNCIA DA PELE**

	SAÚDE GERAL	NÍVEIS DE ENERGIA	PESO CORPORAL*	ESTADO DE ÂNIMO	APARÊNCIA DA PELE
Melhora significativa	14%	16%	9%	19%	11%
Melhorou um pouco	33%	30%	26%	30%	27%
Não houve mudança	39%	39%	49%	39%	46%
Piorou um pouco	2%	5%	5%	3%	3%
Piorou significativamente	1%	1%	1%	0%	1%
No lo sabe	11%	9%	10%	9%	12%

*Pedimos aos entrevistados que relatassem quaisquer mudanças desejáveis no peso (por exemplo, perda de peso para quem queria perder peso ou ganho de peso para quem queria ganhar peso). como uma melhoria.

(Esta pergunta foi feita apenas aos participantes que nos disseram que NÃO eram veganos antes.)

E POR ÚLTIMO, VOCÊ RECOMENDARIA VEGANUARY A UM AMIGO OU FAMILIAR?

98%
¡SIM!

2%
Não

Veganuary
PO Box 771
York, YO1 0LJ
United Kingdom

anita@veganuary.com

Veganuary é uma instituição de caridade registrada na Inglaterra e no País de Gales (1168566)

VEGANUARY