

La diffusione del veganesimo a Milano – Dati, tendenze e impatto culturale

Secondo i dati Eurispes 2025, i vegani in Italia sono circa 3,5 milioni (6% della popolazione), con una concentrazione significativa nelle grandi città. A Milano, si stima che circa il 9% degli abitanti (pari a 135.000 persone) segua una dieta vegana o vegetariana, con un incremento del 40% rispetto al 2020. La fascia d’età più rappresentata è quella tra i 25 e i 40 anni, seguita dai giovani tra i 18 e i 24 anni.

Milano è anche la città italiana con il maggiore numero di ristoranti vegani e vegetariani: secondo HappyCow (2025), sono oltre 150 i locali completamente vegani, a cui si aggiungono più di 500 ristoranti con opzioni vegane in menu. Questa offerta alimentare è cresciuta del 20% dal 2020 ed ha un fatturato medio del 15% in più rispetto ai ristoranti tradizionali.

Secondo Coldiretti, entro il 2030 i vegani a Milano potrebbero raggiungere il 15% della popolazione, con un ulteriore aumento dell’offerta commerciale e dei servizi dedicati.

Secondo l’Università di Milano-Bicocca (2023), i vegani milanesi presentano un reddito medio medio pari a €28.000–€35.000 annui, contro i €22.000–€26.000 della popolazione generale, con il 20% degli intervistati con un reddito superiore ai 40.000€ annui. I dati del Comune di Milano (2025) e ISTAT (2024) mostrano una correlazione geografica tra reddito medio dei quartieri e presenza di vegani (Tab. 1).

Tab. 1. Presenza di vegani e reddito medio familiare per quartiere nel Comune di Milano

Quartiere	% Vegani	Reddito medio familiare (€/anno)
Brera/Centro	10%	45.000–55.000
Navigli/Porta Genova	12%	40.000–50.000
Bicocca/Città Studi	8%	35.000–45.000
Isola	7%	30.000–40.000
Periferia	3%	20.000–28.000

Il 75% dei vegani milanesi ha un titolo di studio superiore. Il 60% lavora in settori come commercio, comunicazione, università, tech (settori con redditi sopra la media). Solo il 15% proviene da contesti operai o a basso reddito.

Una ricerca condotta da Nomisma nel 2024, che ha raccolto le ragioni principali per cui i milanesi scelgono il veganesimo, riporta le seguenti motivazioni: Etica animale (45%), Salute (30%), Ambiente (25%).

Lo studio dell’Università di Milano-Bicocca (2023) sottolinea che il veganesimo a Milano è spesso associato ad un capitale culturale elevato (conoscenza delle tematiche ambientali, animaliste e di salute), ad uno stile di vita “consapevole” (attenzione alla sostenibilità, al biologico, al commercio equo e solidale), all’appartenenza a reti sociali specifiche (partecipazione a eventi, gruppi online, associazioni).

Ulteriori tendenze riguardano l’introduzione di linee vegane low-cost nei supermercati discount, rendendo più accessibili i prodotti; la promozione del veganesimo anche in contesti popolari da parte di Associazioni non profit; la diffusione della scelta vegana per motivi etici fra i giovani under 30, anche con redditi più bassi.