

## CONTENIDO

<b>PRÓLOGO</b>	9
<b>PRIMERA PARTE</b>	
1. La vida de los otros	17
2. Opresión y especismo	29
3. Bienestar, propiedad y derechos	47
4. Veganismo	67
5. El infierno oculto en la comida	75
6. Destruídos para vestimenta y decoración	87
7. Horror y error de la experimentación con animales	97
8. Los más cercanos	123
9. Manipulados como presas, competidores y entretenimiento	133
10. Resistencia y transformaciones	143
<b>SEGUNDA PARTE</b>	
11. Derribando mitos	153
12. Invirtiendo en salud	167
13. Aspectos ecológicos y sociales	175
14. Pasaje a la mesa vegana	187
15. El Banquete	201
16. Cosméticos, limpieza, jardinería	229
<b>EPÍLOGO</b>	237
<b>NOTAS</b>	241