

Religiosidad popular, prácticas alimentarias rurales y ciclo vital en Mérida, Venezuela

Johnny V. Barrios Barrios¹

RESUMEN

Este artículo examina la interconexión entre religiosidad popular y alimentación en zonas rurales de Mérida (Venezuela). Con un enfoque interdisciplinario desde la historia cultural y la antropología de la alimentación, se destaca cómo las prácticas alimentarias reflejan valores, tradiciones e identidades regionales en el caso de la zona andina. Se estudia la importancia de la relación entre la fe católica y las prácticas alimentarias de las personas que habitan algunas aldeas y pueblos andinos de Mérida, para ello se revisa cómo la comida se socializa en contextos de festividades, conmemoraciones y actos religiosos, influyendo en el ciclo de vida de los creyentes. La metodología cualitativa utilizada incluye un análisis documental basado en fuentes escritas, así como entrevistas semiestructuradas, representativas de seis espacios rurales merideños. Igualmente, considera registros fotográficos que ilustran la relación. A través de este enfoque se busca comprender cómo la alimentación organiza la cotidianidad y permite una construcción de vínculos comunitarios y de sentido de lo material e inmaterial a través de prescripciones establecidas por el catolicismo.

Palabras clave: Religiosidad popular, prácticas alimentarias, ruralidad andina.

1 Universidad de Los Andes, Mérida-Venezuela, email: epulahistoria@gmail.com

Popular religiosity, rural food practices and life cycle in Mérida, Venezuela

ABSTRACT

This article examines the interconnection between popular religiosity and food in rural areas of Mérida (Venezuela). Using an interdisciplinary approach based on cultural history and the anthropology of food, it highlights how food practices reflect regional values, traditions, and identities in the Andean region. It studies the importance of the relationship between the Catholic faith and the food practices of people living in some Andean villages and towns in Mérida. To this end, it examines how food is socialized in the context of festivals, commemorations, and religious events, influencing the life cycle of believers. The qualitative methodology used includes a documentary analysis based on written sources, as well as semi-structured interviews representative of six rural areas in Mérida. It also considers photographic records that illustrate the relationship. Through this approach, we seek to understand how food organizes everyday life and allows for the construction of community ties and a sense of the material and immaterial through prescriptions established by Catholicism.

Keywords: Popular religiosity, food practices, Andean rurality.

Introducción

... es posible reconstruir, por la cocina, el pasado de una nación. Para un hombre con suficiente sentido y percepción de lo histórico sería suficiente entrar en una fonda de pueblo criollo para ver desplegarse sobre la mesa, como por un conjuro, todo el proceso de la historia.

Arturo Uslar Pietri
(1990)

El estudio aborda la cultura alimentaria andino-venezolana en el marco de una línea de estudio interdisciplinaria que integra aspectos históricos, geográficos, económicos, culturales y psicosociales. Destaca además cómo las prácticas alimentarias permiten comprender las dinámicas de la sociedad andina, en relación con las prescripciones religiosas expresadas en gustos, tradiciones y sistemas de valores, entre otros aspectos. El texto indaga desde el enfoque de la historia cultural (Burke, 2004) - que permite adentrarse en las significaciones, imaginarios y representaciones- y de la antropología de la alimentación (Aguilar, 2012) - la cual reconoce la importancia de los significados, prácticas e interacciones humanas en torno a los alimentos como construcciones sociales con dimensiones culturales y simbólicas- la conexión entre religiosidad popular,

alimentación y ciclos vitales, desde el nacimiento a las solemnidades post mortem. En consecuencia, se trata de observar un marco de temporalidad sujeto a las creencias católicas predominantes en el ámbito rural del estado Mérida (Venezuela).

La historia de la gastronomía y cultura alimentaria de los Andes venezolanos, constituye una parte significativa de la historia de la alimentación en Venezuela. Sin embargo, aún se espera de mayores profundizaciones y estudios relevantes que aporten miradas críticas y amplíen este campo histórico de investigación (Lovera, 1988; Cartay, 1999); una mayor indagación y comprensión de las especificidades acerca de las prácticas alimentarias a nivel regional y local, ampliarían significativamente el campo de estudio de la cultura y los sistemas alimentarios.

En atención a ellos la revisión de las prácticas alimentarias andinas que se adelanta en esta investigación, busca mostrar cómo la comida cumple una función que va más allá de la nutrición y la subsistencia, abarcando el placer, las creencias, sistemas de representaciones y vínculos culturales, resimbolizando y religando el discurso cristiano dentro de los procesos de socialización, un hecho que incluye una ampliación de las formas comunicativas y los códigos orales que distinguen a cada población, fortaleciendo su identidad regional con respecto a la cultura alimentaria.

A través de la relación religiosidad popular-alimentación rural, se reconoce la importancia que tiene, para aldeas y pueblos, el sostenimiento de la vida a través de las experiencias de fe. Un hecho visible, en un primer momento, lo constituyen la siembra y las labores agrícolas asociadas, en el plano de lo imaginario social, a figuras tradicionales como San Isidro Labrador y San Benito de Palermo, entre otras figuras del santoral católico. Celebraciones, conmemoraciones y rituales de agradecimiento y pago de promesas, envuelven el transcurrir de la vida de los creyentes, siempre en relación con los espacios de cultivo y de producción, en el marco de una cultura material investida de religiosidad.

En un segundo momento, esta vez ligado a la vida cotidiana y sus ciclos vitales, es posible registrar formas específicas de concebir el acto de comer y de socializar los alimentos, asociados a una atmósfera religiosa susceptible de ser estudiada a través de sus prescripciones y prácticas culturales, que remiten a las anuencias o permisos, contravenciones, privaciones reglamentadas de consumo de alimentos expresadas en códigos escritos y no escritos. Cabe señalar que

estas prácticas influyen directamente, como se señaló, en el ciclo de vida de los creyentes y sus prácticas religiosas, demandando conocimientos ligados a la alimentación, que se evidencian a través de compromisos, deberes, celebraciones y duelos.

En concordancia, se ponen en diálogo aspectos como la ingesta y la abstención, la negación y la aceptación de los placeres sensoriales del gusto, así como las narrativas de purificación de la comida en determinados momentos, lo que afianza el vínculo religioso y comunitario. Por otro lado, las celebraciones y reuniones rurales requieren buscar y obtener alimentos que no suelen estar en los lugares de habitación, en tal situación, los desplazamientos implican una circulación económica de víveres y rubros agrícolas que conectan con otros lugares y sistemas alimentarios. Cabe mencionar que las distancias y dificultades que impone la montaña agreste y el acceso a productos provenientes de otras regiones del país, constituyen un hecho que activa la dinámica rural, que en un pasado tuvo como protagonistas a los arrieros, y hoy día lo representan los distintos camioneros y comerciantes que articulan la circulación de alimentos; por ejemplo, el consumo del bagre, pescado seco que se prepara en el marco de los “siete platos” para la celebración de Semana Mayor, proviene de los llanos venezolanos (E. Fernández, comunicación personal, enero-febrero 2025).

La relación entre religiosidad popular y gastronomía rural en esta parte de los Andes, abre la posibilidad de identificar aristas que se integran en las formas de la tradición oral culinaria de las aldeas y pueblos con la existencia de algunos registros de costumbres y recetarios (Febres, 2011). Este contexto geográfico-gastronómico de los Andes permite observar cómo conviven expresiones rurales tradicionales del campo, con las transformaciones que impone la modernidad; modificando las prácticas culturales y, con ello, ciertas celebraciones agrarias de agradecimiento como la fiesta a San Isidro, en la que hoy día se hibridan las tradicionales yuntas de bueyes adornadas con alimentos y flores, con los tractores que también son adornados y representan la gratitud y petición de nuevas cosechas (Cuevas, 2003).

El trabajo contempla varios apartados. En el primero, se tratan aspectos teórico-metodológicos donde se exponen los fundamentos de la investigación y su orientación; en un segundo apartado, se presenta una aproximación general del territorio andino-venezolano para una mayor comprensión de la ubicación de los testimonios orales y fotográficos, estos últimos entendidos como correlatos de lo narrado por los informantes. Igualmente, se desarrolla un apartado dedicado a la temporalidad religiosa, predominantemente católica, y se identifican las prácticas

alimentarias vinculadas a la religiosidad en áreas rurales merideñas, que son el centro del análisis. Finalmente, el trabajo contempla un apartado dedicado a ejemplificar cómo el abordaje del ciclo vital permite vincular la religiosidad popular y las formas de alimentación en entornos campesinos merideños; hecho que abarca desde la concepción y el nacimiento hasta los rituales post mortem. De esta manera, se busca evaluar la importancia que reviste el tema en torno a una valoración multidimensional de la cultura alimentaria en los Andes venezolanos.

Enfoque teórico-metodológico: la alimentación en los estudios histórico-culturales y de antropología de la alimentación

La alimentación dentro de los estudios histórico-culturales adquiere una relevancia significativa debido a su rol en el mantenimiento de la vida y sus múltiples dimensiones, ligada a la cultura material y no material. En este sentido, resulta importante distinguir entre las descripciones simples y los análisis profundos sobre la interacción entre alimentación y religiosidad en contextos culturales específicos, ya que estos últimos demandan otras visiones para su comprensión (Aguilar, 2014). Estas realidades están marcadas por sistemas de valores que, aunque puedan parecer herméticos, se revelan a nivel sociosimbólico, estableciendo formas particulares de comer y degustar. En este contexto, se incluyen venias, bendiciones o permisos del sacerdote, emulando inclusive aspectos relacionados con la eucaristía y ciertas contravenciones a lo dictaminado por la Iglesia, incidiendo notablemente en la vida de las personas y en la formación de los vínculos sociales y comunitarios.

En este caso, el enfoque que se sigue se centra en la historia cultural y la antropología de la alimentación, con el fin de ampliar el campo de comprensión de temas como el *comer*. Esto invita a observar otros aspectos de la sociedad desde una mirada epistemológica crítica, concepciones teórico-metodológicas, marcos conceptuales, valoraciones historiográficas de borde y aportes etnográficos que se disponen en un espacio profundo, dialógico y polifónico (Cuevas, 2004). La mirada interdisciplinaria permite entonces construir un campo de interacciones críticas que evidencian cómo los alimentos y las culturas alimentarias producen valor agregado. Asimismo, permite observar cómo la gastronomía ha ocupado un lugar central en la vida humana, más allá de la mera supervivencia, otorgándole otro sentido al acto cotidiano de alimentarse.

Como es sabido, las prácticas alimentarias están asociadas a ciertos rasgos de identidad de la población y se expresan a través de procesos históricos y sistemas de creencias complejos que determinan la obtención, preparación,

valoración y consumo de los alimentos. Estas prácticas se pueden apreciar en el marco de las costumbres alimentarias de Venezuela y en la construcción de una memoria gastronómica (Cartay, 2010), misma que incluye una estética, unos rituales y códigos de la alimentación.

Si bien no se abarca la totalidad de las experiencias de la región, como ejercicio reflexivo se consideran las prácticas alimentarias rurales en tanto ejemplos que poseen un profundo vínculo con el catolicismo. Dichas experiencias tienen una extensión en otras formas de cristianismo que han ido prosperando con el paso de los años en estas localidades, y que se han constituido como respuesta a las evidentes contradicciones de la Iglesia católica. Esto ha dado paso a elucidaciones particulares de los textos sagrados, reinterpretando la devoción y la tradición apostólica mayoritariamente aceptada, haciendo que para los creyentes el acto de comer refleje también distintos grados de cumplimiento, o no, de los preceptos bíblicos.

En suma, esta investigación se aproxima a las coordenadas culturales y a las dimensiones espaciotemporales que entrelazan al individuo y su contexto social, vinculándolo con su entorno físico y los procesos de modelado de la conducta, resultado de un devenir que puede ser rastreado en fuentes documentales escritas, orales y gráficas. Por tanto, es una investigación histórico-cultural en el marco de los aportes de Burke (2006) y Pons/Serna (2004) referidos a prácticas culturales, artefactos y discursos que, entre otros aspectos, buscan un acercamiento a la antropología de la alimentación (Aguilar, 2012), destacando los atributos culturales, socio-simbólicos e ideológicos que rodean a los alimentos, examinados dentro de sistemas complejos. Además, admite una aproximación al tema de la cultura alimentaria que deja abierta la posibilidad de seguir ensanchando la temática sobre alimentación y religiosidad en los espacios agrarios andinos, ya que, desde el cruce de estos enfoques, es posible observar la complejidad de los hábitos alimentarios, sus significados y sentidos en la vida comunitaria y personal.

Con relación a los testimonios orales, los tres criterios de selección de los entrevistados fueron: 1. Ser oriundo de una localidad rural; 2. Tener experiencia directa con las prácticas católicas en la localidad; y 3. Poder relatar el valor de sus experiencias a través de distintas perspectivas de los entrevistados². Si bien se hicieron evidentes las limitaciones de la investigación por la posibilidad de desplazamiento a cada una de las zonas mencionadas, así como posibles sesgos

2 Cabe señalar que para esta investigación se contó con la participación de cuatro mujeres y dos hombres en edades comprendidas entre los 60 y los 84 años.

por el autorreconocimiento religioso que manifestaron los informantes, los datos compilados a través del diseño de instrumento de recolección de datos, replantean la dimensión de la subjetividad de los practicantes de la religión en una perspectiva que correlaciona la materialidad y la representación de la cultura alimentaria.

De igual manera, las fuentes fotográficas han permitido acceder a dimensiones visuales de las prácticas alimentarias y religiosas que complementan los testimonios orales. Por este medio se evidencian el tipo de población y campos de cultivo, infraestructura y hábitat campesinos, productos elaborados de forma artesanal, manifestaciones de fe según el género, bebidas tradicionales andinas, representaciones de la natividad y la infancia campesina; elaboración de alimentos, espacios domésticos tradicionales donde se preparan los alimentos, y una valoración propia de la vida y la muerte. Mención especial merecen los álbumes familiares, los cuales han sido revisados como fuentes no convencionales, donde reposan testimonios visuales que sirven de soporte a lo expresado por los informantes y que se suman a lo recabado en el trabajo de campo. El rescate de las imágenes familiares permite reconocer el álbum fotográfico doméstico como un compendio de documentos visuales apreciables desde una mirada histórico-cultural (Burke, 2001). Esta tipología de fuentes aporta un valor singular ya que entra en sintonía con otros registros documentales, resaltando el valor de la imagen como documento para la historia de la alimentación tanto en el tiempo pasado como en el tiempo presente.

Estos análisis permiten presentar algunas evidencias de la relación entre el ser humano y el medio físico que lo circunda, modos de vida devocional, experiencias alimentarias locales, concepción del tiempo, preocupación por el cuidado del cuerpo y el alma, formas de comer y degustar, y maneras de despedir a los muertos, así como comportamientos y relaciones sociales. De esta manera, ha sido posible formular interrogantes de investigación que generan una interpelación en ese campo de estudio; a saber: ¿Cómo se manifiesta la influencia de la religión dominante en las prácticas alimentarias de las localidades rurales? y ¿Cómo la religión dominante determina en parte el ciclo de vida de los creyentes a través de conmemoraciones, celebraciones, festividades y experiencias fúnebres?

Como se observa, estas interrogantes remiten al fenómeno religioso envolviendo a la vez lo que se conoce como “lo sagrado y lo profano” (Eliade, 2014); considerando además su influencia en uno de los principales sentidos humanos: el gusto (Cava, 2019). El enfoque pone en diálogo la historia cultural y la antropología de la alimentación en el marco de las especificidades regionales, lo que da licencia a una metodología cualitativa que abre un compás para la

aplicación de técnicas de investigación documental e interpretación de datos obtenidos a través de documentos escritos y gráficos, así como de testimonios orales que permiten situarse ante la alimentación como un medio que además organiza y da sentido a la vida de una comunidad; la cual evidencia sistemas complejos y reglas establecidas por los dogmas de la tradición doctrinal católica occidental.

El territorio andino-venezolano: altura, ruralidad y fe

El territorio de Mérida destaca por su considerable altitud, siendo la región más montañosa de Venezuela (Mapa 1). La Cordillera de los Andes, la cual atraviesa el occidente venezolano se eleva con picos que alcanzan las mayores elevaciones del país; tal es el caso del Pico Bolívar (4.978,4 msnm). Esta característica orográfica no solo define el paisaje, sino que también influye en el clima, la biodiversidad de la región y las relaciones socioeconómicas. La ruralidad se desprende, así como un aspecto esencial del territorio, evidenciando una fuerte conexión con pueblos que tienen raíces indígenas, tradiciones coloniales y herencias culturales decimonónicas campesinas, los cuales han llegado hasta la actualidad atravesando largos y complejos períodos de cambios político-administrativos y de ritmos tal vez más lentos de intercambios culturales. En este marco, es posible seguir la huella de una gastronomía regional y local integrada en un entramado histórico-cultural que incluye prácticas alimentarias ajustadas a los modos de vida de los habitantes de la región y representaciones culturales que asigna valores a los alimentos, abriendo un escenario de interés investigativo que engrana “gustos y sabores” (Cartay, 2010).

La cultura alimentaria merideña es una fusión de expresiones históricas complejas, no obstante, puede ser rastreada en su multidimensionalidad situando temas-problemas y atendiendo el alcance de la geografía gastronómica (León, 1954). Las narrativas que desarrollan las personas mayores y los testimonios orales recuperados en la actualidad son una forma de conocer las funciones y usos de los alimentos, especialmente los agrícolas (E. Fernández, comunicación personal, enero-febrero 2025). De tal manera, se puede establecer una conexión entre los territorios de altura y las herencias socioculturales de las aldeas y pueblos, sin perder de vista su desarrollo geohistórico y paisaje agrario (Cunill, 2007); marcos referenciales que aluden a una relación estrecha entre tradición y modernidad (fig. 1). Esto implica cotejar diferencias desde las zonas cálidas cercanas al Lago de Maracaibo hasta los páramos fríos con temperaturas bajo cero, en donde la variación climática y los pisos altotérmicos permiten una rica variedad de ecosistemas, modos de vida y la apreciación de los paisajes



Fig. 1. Población y campos de cultivo de La Venta con el sector La Santa Cruz. Municipio Miranda (aprox. 1980). Fuente: Álbum de la familia Ramírez

informantes: “El catolicismo juega un papel primordial en las aldeas, en donde la mayor parte de las festividades y evocaciones que se llevan a cabo tienen que ver con el calendario religioso católico” (J. Hernández, comunicación personal, enero-febrero 2025). Estas creencias son cruciales a la hora de examinar cómo se concibe la existencia humana en las aldeas y pueblos de los Andes venezolanos.

Por ende, al presenciar los procesos de socialización local y algunos de los rituales que incluyen comida, no solo se puede apreciar reminiscencias de los periodos prehispánico y colonial, sino una amalgama de ideas y acciones que crean un ambiente religioso específico, lo que demuestra cómo los actos devocionales están signados por un calendario religioso donde el “buen católico” intenta prepararse espiritualmente tanto para alimentar el cuerpo como el espíritu (C. Rendón, comunicación personal, enero-febrero 2025). A lo largo del ciclo vital se echa mano de preparaciones para consentir a la mujer embarazada, fortalecer a la madre, celebrar el nacimiento, consagrar el bautizo, enaltecer la *primera comunión* (perspectiva eucarística) y la *confirmación* como comida espiritual, así como realzar la Navidad y las manifestaciones de fe domésticas con implicaciones comunitarias, siendo una de las más célebres la “Paradura del Niño Jesús” (Clarac de Briceño, 2017)³.

3 Este ritual, propio de la región andina venezolana y sin equivalentes en otras zonas del país, se celebra en cada hogar comunitario durante todo enero, comenzando tras la Navidad y concluyendo el 1 de febrero, con preparativos que inician a principios de diciembre. Forma parte de las celebraciones populares dedicadas al Niño Jesús, figura central del imaginario

En esos momentos se comparte, entre otras, exquisiteces como los dulces caseros, postres elaborados por medio de prácticas tradicionales. Por ejemplo, la *cocada* en hoja de naranjo, un dulce a base de coco y panela envuelto en el amargo que le proporciona la hoja del naranjo, la *delicada de piña*, otro dulce que se elabora con la concha de una piña grande, agua, azúcar y maicena; el *majarete*, “dulce de consistencia gelatinosa, hecho con masa de maíz, leche de coco, leche, azúcar o papelón y aromatizado con vainilla o canela” (Cartay y Ablan, 1997, p. 175); así como una gran variedad de *quesillos*, “dulce con apariencia algo porosa, preparado con yemas de huevo, leche, azúcar y vainilla [...] cubierto de caramelo derretido” (Cartay y Ablan, 1997, p. 239); otro ejemplo es la Semana Santa, considerada la época más sagrada del año y que resalta por su despliegue gastronómico. Lo mismo ocurre con la visita a los enfermos, las honras fúnebres, velorios y novenarios, en los cuales se brinda todo tipo de comidas saladas, café, infusiones, “bebidas espirituosas” (licores) y dulces.

Es así como la religiosidad popular y la alimentación rural están intrínsecamente entrelazadas, sumando elementos a una historia regional que es digna de ser revisada desde sus fuentes más notables y escritas en “clave histórica” (Febres, 2005). Estas prácticas culturales no solo satisfacen necesidades físicas, sino que también fortalecen la identidad y los lazos comunitarios, reflejando una cosmovisión donde lo sagrado se confronta con lo disoluto y se fusionan constantemente en la vida cotidiana. Como señala Carmen Rendón, informante de la localidad de Pueblo Llano:

La Iglesia católica cumple con los mandamientos dados por Dios, un verdadero católico cumple con esos mandamientos. Así como con otros mandamientos, reglas y exigencias que tiene la Iglesia. Por ejemplo: el bautizo obligatorio del niño, la primera comunión, confirmación y matrimonio, a lo que se suma el confesarse y la extremaunción en la hora de la muerte. Hay católicos que sí cumplen con todo eso. Son personas desprendidas, colaboradoras y caritativas y que están dispuestas tanto económicamente como moralmente a ayudar al necesitado. Todas las actividades católicas durante el año giran en torno a las costumbres y obligaciones que tenemos que cumplir los católicos, y son celebradas de la mejor manera posible (C. Rendón, comunicación personal, enero-febrero 2025).

religioso andino que articula devoción, cohesión comunitaria y memoria cultural. Su estructura comprende ocho momentos: una fase inicial de preparación, seguida por siete etapas rituales (preparación del pesebre o nacimiento, presentación de las frutas del arco, robo del Niño, paseo del Niño, regreso del Niño, parada del Niño, petición de favores y rosario del Niño) que, en conjunto, integran una secuencia simbólica donde lo doméstico, lo ceremonial, lo alimenticio y lo festivo se entrelazan, reafirmando creencias, vínculos sociales y continuidad de la tradición.

Desde el periodo colonial la valoración del tiempo juega un papel fundamental en las prácticas agrarias como el trabajo de la tierra (Samudio, 1988), relación de temporalidad que se superpuso a la cosmovisión propiamente indígena. En el siglo XIX, para quien nacía en la ciudad de Mérida (fundada en 1558), lo rural comprendía un tiempo menos denso y estratificado, donde el pasado se confundía con el presente y su cotidianidad (Picón, 1981). Sin embargo, el desarrollo de la sociedad moderna ha dado sentido a actividades festivas propias de la sierra a lo largo del año, con toda una carga devota que toma en cuenta los alimentos que pasan por la mesa, cargados de una historia de la alimentación en cierto modo análogo con otros lugares de Hispanoamérica (Cartay, 1988 y 1991).

Las celebraciones religiosas, como la de San Isidro Labrador⁴ (patrono de la agricultura) y la fiesta de San Benito⁵ en los pueblos del páramo (Duque, 2017), son aún parte esencial de los referentes que marcan los ciclos de trabajo y celebración comunitaria, lo que permite que los devotos se preparen constantemente con alimentos que ofrecen en pro de la celebración. Lo señalado está dentro del calendario religioso y asume desde el siglo XX los cambios del Concilio Vaticano II y otros más recientes, un aspecto que denota, más que permutaciones en el lenguaje, cambios de valores en la eucaristía, ya que hace pensar en “aquella realidad que el nuevo testamento ha designado como *cena del Señor o fracción del pan* (Basurko, 1997, p. 5).

En este sentido, la religiosidad sirve de guía temporal e influye en la organización social y económica de las comunidades rurales. En algunos poblados como La Venta, las celebraciones van acompañadas de comidas típicas como la arepa de harina de trigo para el desayuno y las sopas para el almuerzo, también una dulcería exquisita que incluye dulce de higo y dulce de lechosa; según los visitantes: “un manjar de Dios”; así como el “vino de zanahoria” (M. Ramírez, comunicación personal, enero-febrero 2025) incorporado recientemente entre

4 Fiesta patronal que se celebra en Venezuela cada 15 de mayo. Por lo general, las festividades se extienden por varios días, con preparativos que comienzan el día 14 de mayo, y las actividades principales (misas, procesiones y ferias) se centran en el día 15. Esta festividad tiene una gran importancia en las zonas rurales y agrícolas del país, especialmente en los Andes venezolanos (estados Mérida, Trujillo y Táchira) y en otras regiones como Lara, Miranda y Falcón. En estas celebraciones, los agricultores decoran y desfilan con sus carros, yuntas o camionetas cargadas de productos de la cosecha para agradecer al santo por las lluvias y las buenas cosechas.

5 La celebración de San Benito de Palermo conocido como el “Santo Negro”, es una de las festividades religiosas más importantes y populares en Venezuela, especialmente en la región occidental del país, cuyos rituales mezclan la fe católica con tradiciones afrovenezolanas. La fecha principal de su celebración es el 27 de diciembre, sin embargo, para el caso de algunas localidades de Mérida la fiesta se celebra en los primeros días de enero.

las opciones de bebidas a las ya conocidas a base de *miche andino*⁶. La vida en estas comunidades agrarias está vinculada al tiempo rural, con dinámicas distintas a la de la ciudad, influyendo en las prácticas alimentarias del día a día, propias de una tradición judeocristiana que se remonta a tiempos antiguos (Montet, 1993; Wight, 1981) como resultado de la implantación de la cultura hispánica.

Cada etapa está marcada por costumbres y comidas que se asocian a esas tradiciones. Inclusive, las visitas a los enfermos representan un momento de demostración de fe que se concreta llevando al menos un pan o, en su defecto, alimentos que ayudan a aliviar el estado de la persona convaleciente. Igualmente, los *velorios* en casa constituyen espacios donde se despliegan las demostraciones de solidaridad y empatía ante la familia del difunto, por lo que se colabora en la consecución y preparación de alimentos con el fin de ofrecer comidas y bebidas a quienes rezan o hacen acto de presencia en las casas de los dolientes acompañándolos en la vigilia y honores al difunto (fig.2).

De tal forma, las tradiciones y costumbres transmitidas a lo largo del tiempo refuerzan la conexión entre la religiosidad popular y la alimentación rural en cada casa. Los practicantes transmiten a las nuevas generaciones su fe y las formas de manifestarse que, por ejemplo, ligan alimentación con el rosario familiar en la parada, lo cual sucede también en la celebración del Día de Reyes con la repartición de dulces o la celebración vinculada a las promesas de los antiguos pueblos de la caña de azúcar. En otro plano más institucionalizado, el calendario litúrgico indica las prácticas católicas rurales de Mérida ligadas a la Natividad y a la Semana Santa. La repetición anual de estas celebraciones y costumbres asegura la continuidad de una identidad cultural que reúne lo sagrado y lo profano en la vida cotidiana de sus habitantes. Como lo expresa Carmen Rendón:

En la mayoría de las festividades religiosas, o eventos que haga la Iglesia, como por ejemplo un bautizo la primera comunión, velorios, cumpleaños, el buen católico siempre se prepara con los mejores alimentos, especialmente los que se colaboran con la comunidad, para compartir con los invitados. Muchas veces haciendo sacrificios ante las carencias que se tienen, se incluyen todos los productos alimentarios que se producen en esta región. Se preparan los mejores platos, se atiende con comidas y bebidas, es decir, con productos criollos. Se comparte con la Iglesia para que ésta, a su vez,

6 En los Andes venezolanos el “miche” es un tipo de aguardiente de caña que se alinea con algunas hierbas aromáticas y especias. Por ejemplo, el miche “zanjonero” es el que se destila clandestinamente, conocido también como miche “callejono” o “cachicamero”. En relación con el conocido como “miche claro”, se trata del primero que sale del alambique.

comparta con la gente que tiene mayor necesidad (C. Rendón, comunicación personal, enero-febrero 2025).



Fig. 2. Casa campesina en las cercanías de la población de Tabay. Municipio Santos Marquina (Aprox. 1960) Fuente: Álbum de la familia Barrios

Por ende, la comida no solo satisface necesidades físicas, sino que también fortalece los lazos comunitarios y refleja una cosmovisión donde lo espiritual y lo terrenal se entrelazan constantemente. Sin embargo, también es posible estudiar algunos cambios que pueden conducir a la investigación a lo que Burke (2013) llama formas de hibridación cultural, es decir, observar los procesos a través de los cuales se incorporan otros productos alimentarios que no formaban parte de la tradición, y que cuestionan en cierto modo el dominio de la Iglesia y sus códigos prescriptivos escritos y no escritos. En este punto, los elementos formales eclesiásticos se confrontan con la religiosidad popular, donde lo doctrinal pareciera entrar en ocasiones a contravía de lo popular abriendo el compás del hibridismo cultural que confluye en los valores de la fe.

Ciclo vital, religiosidad popular y formas de alimentación en los entornos rurales andinos

Como se ha observado en el punto anterior de forma general, el ciclo vital, la religiosidad popular y las formas de alimentación en los entornos rurales andinos están intrínsecamente entrelazados, manifestándose en diversas celebraciones y costumbres a lo largo de la vida de las personas. La alimentación en estas comunidades no es solo una necesidad corporal, sino también una expresión de fe, solidaridad y relacionamiento comunitario.

A. Nacimiento y bautizo. Desde los antojos de la concepción, pasando por el embarazo y el período posparto, se preparan comidas para la madre: caldos de gallina de plumaje negro e infusiones como el hinojo con leche, con el fin de fortalecerla y ayudarla en la lactancia; también se preparan consomés de pollo. En este contexto del proceso del nacimiento y cuidado de la madre en particular, es muy apreciada “la sopa de gallina negra”, un alimento común durante la “dieta o cuarentena”⁷, se valora tanto que se intercambiaban gallinas con plumaje de otros colores por una de plumaje negro

Mi mamá era partera y las mujeres del campo se estaban en la cuarentena comiendo sopa de gallina negra; se veían a los viejitos cambiando gallinas de otro color por una negra. También curaba “mal de ojo” con ramas que machacaba, también le daba “bebedizos”, un tetero con una toma también sobaba “el cuajo caído”⁸. Asimismo, le daba una contra (oro, peonía, azabaches, mechones de pelo de la corona de la cabeza); eso era santo remedio (I. Rojas, comunicación personal, enero-febrero 2025).

El nacimiento de un niño se celebra con *mistela*, una bebida que es portadora de una carga espiritual celebratoria y es elaborada con frutas o plantas medicinales a la que se le agrega licor (aguardiente o “miche andino”) y se ofrece con distintas texturas (líquidas o “acompotadas”) a los visitantes, siendo éste un símbolo de bienvenida y alegría (fig. 3). La *mistela* no solo es parte de la celebración del nacimiento, sino que también refleja la importancia de darle a la

7 En el imaginario tradicional andino, tras el parto las mujeres cumplen una “dieta” o “cuarentena” que, según Rojas (2021), suele ser incomprendida en los entornos hospitalarios urbanos, en donde poco conocen las costumbres del campo. Esta etapa de aproximadamente cuarenta días es considerada de gran vulnerabilidad para la madre y el hijo, por tanto, los cuidados se confían a comadronas con el fin de protegerlos de agentes patógenos naturales o sobrenaturales, buscando evitar la entrada de “hielos” y “aires” para restablecer el calor-energía en el cuerpo. Para el caso de la madre, se les mantiene en una habitación cerrada y en penumbra, se aplican vahos y limpiezas con plantas aromáticas de naturaleza caliente, se prohíbe el baño corporal completo —especialmente con agua fría— y se fomenta el consumo de “bebedizos” que expulsan impurezas, “limpian la madre”, recuperan calor, previenen el frío y favorecen la lactancia. Esta “dieta” incluye bebidas calientes como guarapo de panela con ruda, *mistela* y cacao, así como caldos nutritivos de gallina criolla, pichón de paloma o pata de res, junto con queso, carnes asadas y otros alimentos considerados energéticos o “sustantivos”.

8 Según Clarac (2017), el cuajo es un órgano fundamental para el equilibrio vital del niño, presente tanto en varones como en hembras. De naturaleza dinámica e inestable, se ubica “por debajo y un poco más arriba del ombligo” y puede desplazarse con facilidad, lo que constituye un riesgo potencial para la vida infantil. Su “caída” puede originarse por una caída del propio niño o de la madre al cargarlo, así como por el mal de ojo, que —al “espesar” la sangre— provoca el descenso brusco de este órgano. Aunque el término pudiera asociarse al estómago por su similitud con la denominación de uno de los estómagos de la vaca, los campesinos insisten en que “estómago es una cosa y cuajo es otra”. Se trata entonces de un órgano especial que sostiene el equilibrio corporal del niño y que desaparece alrededor de los cinco o seis años de edad.

madre medios naturales para fortalecer su salud, a ello se suma que permite una conexión social y comunitaria en los entornos rurales andinos. También conocida como “miao” representan una forma de brindis asociados a los alumbramientos o partos (Cartay y Ablan, 1997, p. 188). Ofrecer *mistela* a los visitantes que acuden a conocer al recién nacido es una forma de compartir la alegría de la vida, dar gracias a Dios y fortalecer los lazos con los familiares y las amistades más cercanas (M. Ramírez, comunicación personal, enero-febrero 2025).



Fig. 3. Variedad de Mistelas en venta (frutas y ramas). Mercado Principal de Mérida y Mercado Tatuy Fuente: Registro fotográfico del autor. Trabajo de Campo (2025)

Como señala Josefina Hernández de la aldea El Guamo en Chiguará:

Con la concepción y luego nacimiento se suelen usar preparaciones moderadas, sobre todo para la madre, para ayudarla en su reconstitución y fortalecimiento después del esfuerzo de nueve meses y luego fortalecerla para el amamantamiento. Para ello se usan infusiones de varias ramas y caldos de aves. Para festejar o brindar el nacimiento se hace un preparado de miche, papelón y ramas para dar a los invitados. En los días anteriores y posteriores al nacimiento de la criatura, la madre tomaba guarapitos de ramas para que el niño o niña naciera limpio, le bajara la leche, se le limpiara el cuerpo a ella o para que diera bastante leche. Sopas o caldo de pollo o gallina para darle fortaleza sobre todo durante los primeros 40 días. Y a los familiares y visitantes que iban a conocer al recién nacido se les obsequiaba con *mistela* de ramas (J. Hernández, comunicación personal, enero-febrero 2025).

Cabe señalar que el comienzo del ciclo vital en los entornos rurales andinos está marcado por costumbres alimentarias específicas. La religiosidad popular se manifiesta en las prácticas de cuidado de la madre y el recién nacido,

incluyendo la preparación de remedios tradicionales, para la prevención y cura del “mal de ojo”⁹ con ramas machacadas y la administración de *bebedizos*. Además, se utilizan “contras”, una especie de amuletos para la protección del infante. Actualmente las formas de alimentación durante el embarazo y el postparto se siguen centrando en alimentos nutritivos y fortalecedores, pero combinados con la medicina positiva.

El cuidado del postparto tradicionalmente incluía una “dieta o cuarentena” estricta durante la cual la madre debía “evitar salir y bañarse” (M. Ramírez, comunicación personal, enero-febrero 2025). No obstante, estas prácticas han cambiado entre las generaciones más jóvenes, aún se cree que el cuidado adecuado durante este período previene padecimientos a largo plazo. Se dice, entre las personas de mayor edad en el campo, que la madre, si es una mujer consciente de la responsabilidad que tiene su nutrición, se alimenta con productos de la localidad cargados de superstición y mitología combinados con la prescripción médica. Así, “verduras, tubérculos, granos como el maíz, caraotas, etc.; carnes, leche y derivados son siempre recomendados” (C. Rendón, comunicación personal, enero-febrero 2025).

En el caso del bautizo, un ritual de paso con sus alimentos de celebración, la ocasión es muy importante, pues es el sacramento inicial de incorporación a la vida cristiana que implica, como se sabe, una fiesta. En ella, la comida y la bebida son elementos centrales. En las comunidades rurales se ofrece en la fiesta el vino para brindar, como el célebre “vino pasita”, así como se reparten sopas de granos, arvejas, arveja trillada, caraota y habas; también se prepara como plato fuerte la *chanfaina*, plato que se comparte con alegría (I. Rojas, comunicación personal, enero-febrero 2025). La Chanfaina es “un guiso hecho con carne de cerdo y vísceras de cerdo o res picadas y condimentadas” (Cartay y Ablan, 1997, p. 78), con variaciones en otras partes del país. Finalmente en la fiesta se ofrecen dulces criollos como gelatinas, quesillos, delicadas y conservas.

9 Según la antropóloga Jacqueline Clarac de Briceño (2017), el “mal de ojo” es considerado un padecimiento exclusivamente infantil, con dos variantes: el bobo, que puede afectar a niños de distintas edades, y el bravo o común, que solo afecta a los más pequeños, mientras la fontanela permanece abierta. Según la tradición andina, puede originarse cuando una madre, acalorada tras caminar, amamanta a su hijo, “espesando” su sangre, o bien, por contacto con personas cuya sangre “no van juntas”, expresión que alude a la indiferencia familiar hacia el niño; de esta manera, el mal de ojo se asocia a un proceso de transformación de la sangre que la vuelve pesada o “mala”. Entre los síntomas se incluyen el hundimiento de la mollera o fontanera, fiebre interna, vómitos, diarrea, escalofríos, llanto persistente y sobresaltos repentinos al dormir. Otras consideraciones sobre el “mal de ojo” también han sido abordadas por la antropóloga Belkys Rojas (2000).

B. Primera comunión y confirmación. Este segundo acto de iniciación cristiana es muy valorado en las comunidades rurales y se acompaña de una suerte de prácticas que van desde el adoctrinamiento en el catecismo hasta el acto ritual del ayuno, la confesión, la misa y el consumo ritual del “cuerpo y la sangre de Cristo”, la eucaristía. La fiesta lleva su decoro ritual del vestido como se observa en la figura 4. Luego del oficio religioso y de la ruptura del ayuno en el momento de la eucaristía, se pasa a una fiesta en la que la mesa se dispone para un segundo “desayuno”, este va acompañado de comidas típicas de la región. En ocasiones, hay casas donde las familias preparan *hallacas* como “comida tradicional venezolana” (Cartay y Ablan, 1997, p. 143), además de ensaladas, hervidos de gallina criolla y hasta parrillas, todo depende de la capacidad económica de las familias para atender ese acto religioso de iniciación. “En la casa preparan, tortas, comidas y bebidas acompañadas de palabras para la (el) agasajada (o), la idea es desearle felicidad al entrar a un mayor contacto con dios” (M. Ramírez, comunicación personal, enero-febrero 2025). Los sacerdotes dicen a la gente que después de la Primera Comunión es obligatorio ir a misa, confesarse y recibir la hostia, la cual es considerada el “alimento espiritual del alma”, cada domingo se renueva el acto ritual del consumo del cuerpo místico contenido simbólicamente en la comunión. En estas celebraciones las personas realizan comidas con gran esmero, de hecho, se llegan a elaborar ensaladas de todas las variedades debido a que tienen acceso a distintos rubros agrícolas (C. Rendón, comunicación personal, enero-febrero 2025).

Los testimonios recogidos narran con nostalgia cómo, en épocas pasadas (siglo XX), se acostumbraba que los invitados quedasen satisfechos y contentos por la invitación que habían recibido. En lugares como Pueblo Llano aún se mantiene la preparación de un tipo de tortas denominadas *mantecadas*, las cuales se elaboran con el maíz de la región, leche y mantequilla (C. Rendón, comunicación personal, enero-febrero 2025). También se prepara y reparte un dulce típico: el *curruchete*, que “se hace con la cuajada o el queso sin sal, panela y otros aliños, un dulce que es presentado para esos eventos especiales. A ello se suma el arroz con leche, el dulce de higo y el pan criollo de maíz” (C. Rendón, comunicación personal, enero-febrero 2025).

C. Matrimonio. Es otro sacramento que acompaña la vida de los cristianos y reafirma el nexo familiar. Es un evento que se festeja con un menú especial que puede llegar a incluir sancocho y carne, así como bebidas particulares: *leche de burra* (un ponche andino) para las mujeres y “miche” (licor andino) para los hombres, especialmente para los músicos que amenizan la fiesta. En San Miguel de Mucutuy se encuentran testimonios de “matrimonios

sonados” (I. Rojas, comunicación personal, enero-febrero 2025), donde se reparten carne asada, sopa, licores, café, arroz, yuca, cambures, carne y queso de las aldeas colindantes, entre otros; acompañados de la respectiva “música de cuerda” (violín, cuatro, guitarra y maracas). En la aldea El Guamo también es posible escuchar relatos similares en el marco de una memoria gastronómica que envuelve la integridad y la medida de la fiesta:

En los matrimonios se planificaba un menú que generalmente llevaba un sancocho o carne guisada o asada, para lo cual se sacrificaban reses, gallinas o cochinos, se preparaba bastante leche de burra para brindar, sobre todo las mujeres, los hombres consumían miche, y el pastel que se le encargaba a alguna señora (J. Hernández, comunicación personal, enero-febrero 2025).



Fig. 4. Niña haciendo la Primera Comuni3n con h3bito. Aldea El Guamo. Chiguar3. Municipio Sucre (d3cada de los '70) Fuente: 3lbum de la Familia Hern3ndez

D. Navidad y la Paradura del Ni3o. Son celebraciones religiosas importantes en los Andes (Clarac de Brice3o, 2008 y 2017), por lo general acompa3adas de comida. En Navidad se expresa la alegr3a compartiendo la mesa y elaborando cada plato entre todos para fortalecer los v3nculos familiares y de amistad bajo la mediaci3n de lo religioso, pues toda esa preparaci3n es para celebrar el nacimiento de Jes3s. La *hallaca*, en tanto plato central en la gastronom3a venezolana, permite reunir a la familia en torno a la cocina, espacio en el que las mujeres se dedican a picar carne, cebolla, piment3n y otros ingredientes, mientras que los hombres colaboran sin miramientos en cada preparaci3n, amarrando o cocin3ndolas en un lugar muy especial en las casas rurales: el fog3n (Salas De Carbonel, 2009). Para la mayor3a “es una alegr3a hacer ese alimento” (M. Ram3rez, comunicaci3n personal, enero-febrero 2025),

se introduce en consecuencia un tiempo dentro de otro tiempo, la cotidianidad es puesta en suspenso y desplazada por la fiesta de celebración del “Niño Dios” y el acto de compartir la cena ritual, lo que da paso a mirar la cocina como un espacio cultural que invita a pensar las prácticas sociales tanto histórica como antropológicamente.

Si bien la Iglesia católica no influye directamente en lo que se debe comer o no en la comida de diciembre, es costumbre seguir algunas prácticas del resto del país como el consumo del pan de jamón o una gran variedad de dulces que entran entre las principales recetas del país (Scannone, 1982). Es una época en la cual cada uno tiene “libertad para hacer lo que quiera y pueda en su casa” (C. Rendón, comunicación personal, enero-febrero 2025):

En el campo es muy religiosa la gente, y los días hay que “guardarlos”. El campesino es muy religioso. En la aldea en diciembre no pasaba prácticamente nada, salvo el 25 de diciembre ya que se hacía el pesebre que “lo vestía” la abuela, en comparación con otras celebraciones como la paradura. En la paradura se hace “pan de horno” y el *mute* (maíz pilao con carne) y a la gente se le reparte pan, y comidas que se producen en la región (I. Rojas, comunicación personal, enero-febrero 2025).

Vinculado al nacimiento de Jesús se encuentra la *Paradura*, una ceremonia religiosa y familiar, que marca el fin de la Navidad, la cual consiste en la exaltación, oración y levantamiento de la imagen modelada del Niño Jesús situado sobre un *pesebre* (representación que puede alcanzar distintas dimensiones en su construcción y ocupa un lugar especial durante la temporada decembrina) para poner a la imagen que yace en estado de reposo de pie, simbolizando que ya puede caminar, por lo que es propicio festejarlo con rezos, cantos, alimentos y música tradicional; es una ocasión donde participa la comunidad en devoción y está seguida por un compartir que puede variar dependiendo de la tradición local y la capacidad adquisitiva de las familias.

En la cultura alimentaria la *Paradura* es motivo para disponer con entusiasmo de la mesa de la casa, siendo el *bizcochuelo* el plato central de la celebración, una especie “torta o bizcocho suave y esponjoso hecho de harina, huevos y azúcar” (Cartay y Ablan, 1997, p. 47), el cual se reparte al final del rosario que se reza en honor a los primeros pasos del niño, acompañado de un vaso de vino, lo que constituyen el “brindis”; del cual los padrinos del niño - escogidos por los amos de la casa - se les asignan las mejores porciones. Cabe señalar que en algunos pueblos la *Paradura* es propicia para que se elabore el *pan de horno* y los *buñuelos*, que se reparten a los asistentes. En Navidad, la preparación de la comida se convierte en un acto colectivo en el que participan

todos los miembros de la familia (Presas y Ortiz, 2008). Se preparan hallacas y otros platos típicos, compartiendo, según las personas locales, la alegría de la Navidad. El acto es familiar e involucra alimentos preparados para la ocasión. Como escribe Hernández (2007):

Dentro del período comprendido, la familia organiza la fiesta del Niño Jesús de acuerdo a sus posibilidades. Agasajan a los concurrentes con bizcochuelos, vino, chicha, comidas, dulces caseros y el aguardiente de miche (bebida típica de los Andes). Un decir andino indica: “Paradura sin miche no es Paradura” (Hernández, 2007, p. 19).

Las celebraciones decembrinas de los Andes entrelazan profundamente las prácticas alimentarias con las tradiciones religiosas. Josefina Hernández recuerda que cuando era niña si algún vecino sacrificaba un animal para las preparaciones, solía compartir con sus vecinos más cercanos parte de la carne, y a su vez recibía otro tanto de lo que no tenía, como leche, queso o panela; se le llamaba “dar un bocado” (J. Hernández, comunicación personal, enero-febrero 2025). Actualmente, durante la Paradura, como fiesta hogareña andina, se preparan y comparten alimentos específicos. La organización de la reunión implica agasajar a los “padrinos del niño” e invitados con una variedad de alimentos y bebidas, desde bizcochuelos (si es el caso) hasta bebidas tradicionales como la chicha (bebida espesa cuyo sabor “fuerte” varía dependiendo de su fermentación) y el “miche”; a lo que se suman los dulces caseros. La selección de bebidas incluye opciones como vino, ponche crema y “guarapita”, lo que refleja no solo las costumbres locales sino las posibilidades económicas de las familias (fig. 5).



Fig. 5. Variedad de bebidas andinas en estantería (“miche andino”, “calentado andino”, “chuchuguaza andina”, “miche de hinojo” y variedad de ponches). Mercado Principal de Mérida. Fuente: Registro fotográfico del autor. Trabajo de Campo (2025)

Como escribe Hernández (2007):

Ya construido el pesebre la familia adorna la casa y elige los padrinos y tiene la responsabilidad de agasajar a los invitados con comida, bizcochuelo, chicha y dulce de lechosa e higos. En esta fiesta no falta las bebidas espirituosas como el aguardiente de miche (bebida típica de los andes), pero quienes incorporan el ron y las cerveza. Las bebidas fuertes son repartidas a los caballeros; el vino, el ponche crema y la guarapita son repartidas entre las mujeres, y la chicha y el refresco se dan a los niños. La bebida está sujeta a las posibilidades económicas de la familia y se distribuye al final del ritual. En Caracas, por ser una metrópolis se incorporan bebidas nacionales e internacionales (Hernández, 2007, p. 31).

María Ramírez, de La Venta, señala:

Sigue siendo muy lindo ese compartir que hacen las personas que van a la casa y llevan música de cuatro, maracas guitarra... y cantan versos al niño Jesús, llevan al niño al paseo. Luego viene la comida, pero en algunas partes no se reparte comida sino solarmente el bizcochuelo, el vino y un dulce (M. Ramírez, comunicación personal, enero-febrero 2025).

Hay testimonios que expresan cómo en varias casas en la *Paradura* se daban “hallacas o tunguitas de arroz y carne, sopa de gallina, dulce de lechosa y arroz con leche; majarete, miche o vino” (J. Hernández, comunicación personal, enero-febrero 2025). También se sirven dulces y platos elaborados en la misma casa tales como los buñuelos, el quesillo, el *dulce de Lechosa o papaya*, el *arroz con leche*, el *curruchete*, el *alfondoque* (alfandoque), éste último una “golosina hecha con melado grueso de papelón blanco, al cual se le agregan semillas de anís o un pedacito de jengibre” (Cartay y Ablan, 1997, p. 21); el quesillo y una amplia gama de gelatinas.

En Pueblo Llano, por ejemplo, en torno al *pesebre* y la *Paradura* se sirven aún el arroz con leche, natilla, higos, quesillos, mantecadas y vino; de hecho, aún se recuerda como en épocas anteriores se repartían hasta cigarrillos, pero esta práctica fue desestimada (C. Rendón, comunicación personal, enero-febrero 2025) (fig.6). Finalmente, entre las narraciones aún se recuerda cómo en las antiguas tradiciones de *paradura* se hacía un portal del cual colgaban frutas, dulces, roscas y panes, entre otros, que la gente que concurría a ver el pesebre y a la *paradura* podía tomar con libertad.

Así mismo, en los pueblos de páramo se celebra con clara devoción a San Benito con una gran fiesta en la que se ofrece comida a todos los visitantes. Se preparan hayacas, pan y chocolate, y se matan reses para alimentar a la multitud:

Aquí empieza el año con la celebración de San Benito. Es una de las más grandes celebraciones, que hay aquí en Pueblo Llano. Empieza en la noche del primero de enero hasta la media noche del 2 de enero. Desde hace mucho tiempo vienen comparsas de otros lugares vecinos y organizaciones culturales. A ellos, que vienen de más lejos, se les ofrece el almuerzo o el desayuno. En esta celebración los habitantes de Pueblo Llano se preparan para darles algún tipo de alimento (C. Rendón, comunicación personal, enero-febrero 2025).

Para el caso de la localidad de La Venta existe una cofradía encargada de esta festividad, denominada la “Casa de San Benito”. La dinámica culinaria durante esta celebración es retratada por M. Ramírez:

En esa casa llegan señoras y señores a ayudar porque es mucha la gente que va a comer allá. La idea es que: ¡persona que llega, persona que se le da la comida! Por eso empiezan a hacer los preparativos desde el 29 de diciembre para la fiesta en sí que es el 2 de enero. Ahí se preparan hayacas, se sirve pan y chocolate por esos días. Luego, para la fiesta se matan unas reses para poder alimentar a tanta gente. Hay señores devotos que regalan reses para ese fin porque quieren compartir el alimento. El día de la fiesta comen los turistas, los giros, los que se visten de negro y le bailan a San Benito. Para todos hay comida; como la carne mechada... (M. Ramírez, comunicación personal, enero-febrero 2025).



Fig. 6. Nacimiento en Pueblo Llano/Niño perteneciente a una comparsa recogiendo la colaboración para el 1 de enero, festividad del Niño Jesús. Fuente: Álbum fotográfico de la Familia Rendón

E. Semana Santa. La gastronomía andina venezolana se encuentra estrechamente vinculada a las prácticas religiosas y a las tradiciones familiares, destacando la costumbre de los “siete potajes”, que es la integración de una mesa

caracterizada por al menos siete alimentos que simbolizan las *siete palabras* (*Septem Verba*) que pronunció Jesús en su martirio y sacrificio ritual. Consiste en la preparación de siete platos distintos para compartir el Jueves Santo. La elaboración de alimentos en la denominada Semana Mayor adquiere así un profundo significado religioso y social¹⁰. Entre las prácticas culinarias que persisten, la elaboración de pan casero en hornos de barro sigue siendo habitual en localidades como San Miguel de Mucutuy, reafirmando la continuidad de saberes y costumbres heredadas (fig. 7).



Fig. 7. Sra. Uvencia de Jesús Saavedra de Rojas y sus hijas María Antonia y María Teresa. Elaboración del pan de Semana Santa en horno de barro. Aldea San Miguel. Mucutuy. Municipio Arzobispo Chacón Fuente: Registro fotográfico de Iván Rojas Saavedra

Así, compartir alimentos con los vecinos es una práctica importante durante la denominada Semana Mayor, reflejando un sentido de comunidad y solidaridad. De hecho, en las casas que tienen vacas, la leche y el queso se comparten con aquellos que no tienen, esta costumbre de compartir alimentos refuerza los valores religiosos de caridad y ayuda mutua durante este tiempo sagrado, así como una forma de revalorar el hambre como un objetivo de la misericordia hacia quienes las personas ven como sus semejantes. Como señala Josefina refiriéndose a Chiguará:

10 El ayuno y la abstinencia de carnes rojas, observados por muchos los “días santos”, condicionan la dieta hacia opciones como el pescado salado como plato central, usualmente bagre salado y secado al sol traído de Los Llanos a los que puede agregarse el Chiguire, un roedor cuyo consumo fue autorizado en el mundo colonial bajo la justificación de que al vivir en el agua tiene hábitos anfibios, por ende, no era pecado comerlo, incluso la Iglesia en el periodo colonial autorizó su uso culinario en Semana Santa.

En Semana Santa era habitual el pescado seco comprado en el mercado, se hacía en salsa, así como la ensalada de papas, zanahoria y huevo; los envueltos y la sopa de pan, la chicha de maíz, los dulces de lechosa, el dulce de “cabello de ángel” y “el majarete”. Estas preparaciones eran las típicas del jueves y viernes santo; sobre todo viernes. Durante la semana se ordeñaban las vacas y la leche se compartía igualmente con los vecinos para las preparaciones culinarias que llevaran leche como la sopa de pan y el majarete. En Semana Santa, no se sacrificaba ningún animal, debía hacerse con anterioridad, tampoco se trabajaba en el campo y sobre todo jueves y viernes santo no se ordeñaban las vacas y se dejaba que pastaran los dos días con sus becerritos (J. Hernández, comunicación personal, enero-febrero 2025).

Si bien la Semana Santa incluye restricciones alimentarias, las personas lo ven como un tiempo de recogimiento espiritual y respeto por las tradiciones heredadas de los padres. A pesar de estar en el siglo XXI, hay lugares donde aún se evita trabajar en el campo y se cuentan historias de cómo los abuelos tenían prohibido encender fuego como muestra de respeto y se esgrimía que era “malo bañarse”; persuasiones que eran repetidas generación tras generación para su cumplimiento. Estas prácticas reflejan la importancia de dedicar tiempo a la reflexión religiosa y al cumplimiento de los preceptos católicos. La extensión de estas prohibiciones llegó a incluir prácticas de abstinencia sexual y moderación en las actividades lúdicas de envite y azar.

En tal sentido, la forma de comer en los Andes venezolanos durante la Semana Santa no trata solo de los alimentos que se consumen (o no), sino también de las creencias, valores, saberes y sabores que la acompañan como herencia colonial (Amonio y Molina, 2017). Desde el ayuno y la abstinencia hasta la preparación y el intercambio de alimentos, cada aspecto de la gastronomía refleja la profunda conexión entre la historia, la comida y la fe durante este tiempo sagrado (Lovera, 1988); si bien se habla de la práctica de los siete potajes, se evita caer en un pecado capital: la gula (Carrera, 2005).

Durante la Semana Santa, tanto las preparaciones gastronómicas como las prácticas cotidianas experimentan una marcada reconfiguración. Entre el lunes y el viernes Santo se adopta una forma distinta de cocinar y alimentarse, y testimonios locales relatan que, en el pasado, se interrumpían labores como el trabajo en los barbechos por respeto al carácter sagrado de la fecha. Dentro de ese mismo marco de creencias, las personas evitaban bañarse en los ríos para no “convertirse en pescado”, reforzando las restricciones simbólicas propias del tiempo litúrgico (I. Rojas, comunicación personal, enero-febrero de 2025). La

práctica del ayuno —originalmente limitada a pan y agua— evolucionó con el tiempo a pan con chocolate (que incluye el uso del cacao artesanal), mientras que el resto de las comidas permanecen abundantes, destacando preparaciones como el dulce de naranja, la maicena y el majarete. Todas estas expresiones culinarias y conductuales se entrelazan con las misas en el pueblo y con la hospitalidad como valor cristiano, conformando un tejido ritual que combina devoción, cohesión social y continuidad de la tradición andina.

El imaginario católico propio de la Semana Santa impacta directamente en la propuesta gastronómica merideña. El pescado, traído desde otras latitudes hasta los centros urbanos y pueblos, se convierte en un símbolo esencial dentro de las prácticas alimentarias de los Andes venezolanos. Como señala J. Hernández, “los dulces con lechosa y frutos del huerto también son apetecidos y forman parte del tipo de comidas que se reparten” (comunicación personal, enero-febrero de 2025). En conjunto, preparaciones como el pescado seco, la ensalada de papas, zanahoria y huevo, los envueltos, la sopa de pan, la chicha de maíz y los dulces de lechosa reconfiguran las mesas andinas, variando según la tradición familiar y la disponibilidad de productos locales.



Fig. 8. Fogón andino. Casa de la Familia Fernández Lobo. San José del Sur. Municipio Campo Elías Fuente: Registro fotográfico del autor. Trabajo de Campo (2024)

F. Enfermedad, funerales, novenarios y velorios. En el contexto de este ciclo vital, la finitud en el marco de la vida cristiana supone un tipo de relación especial con la enfermedad, el final de la existencia y los rituales que acompañan este cierre como la extrema unción. Cuando alguien enferma es habitual expresar cuidado y solidaridad mediante la entrega de alimentos, como pan, café, frutas o jugos. Antes de ofrecerlos, se consulta a los familiares sobre las recomendaciones dietéticas indicadas por el médico, procurando

ajustarse a ellas. Entre los obsequios más comunes figuran caldos o consomés de pollo, pichón de paloma e infusiones de ramas, preparados con la intención de fortalecer, reconfortar y favorecer la recuperación del enfermo. En los pueblos se estila el compartir un pan al visitar a un enfermo “las personas no llegan con las manos vacías” (M. Ramírez, comunicación personal, enero-febrero 2025); cuando se visita un enfermo se ejerce un valor cristiano el cual va acompañado de un gesto que se traduce en alimentos.

En esta oportunidad se sirven sancochos, carne guisada o hayacas, café, chocolate con pan, dulce de arroz con leche y “miche” (J. Hernández, comunicación personal, enero-febrero 2025). En los velorios se brinda todo tipo de comidas, muchas veces se dan *hallacas*, hervidos de gallina, pan, café, infusiones, chocolate, jugos y dulces elaborados en la comunidad con los productos del campo. Cuando fallece un niño, se le considera un ángel y se le vela con cantos y música (J. Sánchez, comunicación personal, enero-febrero 2025) (fig.9). Se prepara comida y se canta para festejar “que un nuevo ángel va al cielo”; una expresión del folklore local (Domínguez, 1974). Algunos testimonios expresan:

Cuando un niño fallece antes de los 10 años, hay la costumbre de vestirlo con una túnica, ponerle corona y adornarlos con flores y se vela toda la noche, como si fuera un adulto, pero con música y cantos; durante la noche se brinda comida a los participantes. (C. Rendón, comunicación personal, enero-febrero 2025).

Es la costumbre de los pueblos de preparar una comida y dar esa comida a las personas que están ahí acompañando a los familiares del niño; por lo menos hasta los doce años (M. Ramírez, comunicación personal, enero-febrero 2025).

En mi aldea de El Guamo cerca de Chiguará, en los velorios de angelito se prepara carne guisada de res o de cochino de la casa, o hayacas, con verduras, abundante café, chocolate, pan y miche para los caballeros (J. Hernández, comunicación personal, enero-febrero 2025).

La comida que se reparte es normal, la que esté disponible, las mujeres se van a la cocina a preparar y servir; en el campo nunca falta la comida (I. Rojas, comunicación personal, enero-febrero 2025)

La religiosidad popular en los Andes venezolanos se manifiesta en la importancia de la comunidad y la solidaridad en la alimentación. Compartir la comida es una forma de expresar la fe y fortalecer los lazos sociales. La abundancia y la escasez de alimentos son temas recurrentes, y se valora el no rechazar ni botar la comida. La alimentación en los entornos rurales andinos está llena de simbolismo y significado religioso. El pan, por ejemplo, tiene una

fuerte simbología en el cristianismo católico (pan nuestro de cada día; banquete de sacrificio; pan sin levadura, etc.). El ayuno se considera una práctica de fe que permite la mortificación del cuerpo para la exaltación del alma. En tal sentido, la religiosidad popular y las formas de alimentación en los entornos rurales andinos están estrechamente relacionadas, formando un sistema complejo de creencias, costumbres y prácticas sociales. La alimentación no es solo una necesidad física o un derecho humano (González, 2021), sino expresión de fe, solidaridad y conexión con la comunidad y con lo divino.



Fig. 9. Velorio de angelito (Pedrito Sánchez). Aldea San Rafael de Tabay. Municipio Santos Marquina (1983) Fuente: Álbum de la familia Sánchez

En este sentido, se puede señalar que la religiosidad popular en los Andes venezolanos, específicamente en Mérida, entrelaza íntimamente las prácticas alimentarias rurales, desde la concepción hasta las solemnidades *post mortem*. Esta relación se manifiesta en la incorporación de elementos religiosos en la vida cotidiana, donde la comida trasciende su función reconstituyente para convertirse en un símbolo de fe, solidaridad y conexión comunitaria. Esta dinámica ha persistido, evidenciándose cambios y permanencias, adaptándose a los cambios sociales y económicos, pero conservando sus raíces en la cosmovisión andina y el catolicismo.

Durante las celebraciones religiosas, se evidencia una mezcla de herencias hebreas y grecolatinas que envuelven las tradiciones andinas (no puras), donde ciertos alimentos son vedados mientras que otros son exaltados o sustituidos. En este contexto, la hospitalidad andina se manifiesta como una virtud cristiana, donde compartir la comida (arepa de trigo, cuajada, café, huevos revueltos, guarapo de panela, pan y chocolate, entre otros) es una expresión de

solidaridad con el necesitado y una atención al hambriento, una muestra de lucha contra la carencia y la injusticia que manifiesta una profunda carga simbólica con las parábolas de Jesús sobre la alimentación y la hermandad en la escena de la multiplicación de los peces y los panes.

La *ofrenda* en la misa, como un elemento clave, tiene un destino social, reflejando la solidaridad con los más necesitados. La simbología del pan es central en el cristianismo católico, representando, según esta creencia, el “cuerpo de Cristo”. La transubstanciación del pan y el vino en la Eucaristía, que rememora “la última cena”, es representación en acto público de algo que fue privado, pero que en la misa busca servir de alimento del alma para el creyente (Basurko, 1997).

En este contexto, la comida se convierte en un medio para exponer la fe y fortalecer la hermandad, donde las parábolas sobre la alimentación y la solidaridad cobran vida. “El buen católico colabora con las necesidades que se presentan en un pueblo agricultor como Pueblo Llano” (C. Rendón, comunicación personal, enero-febrero 2025), en donde se acostumbra a llevar a la Iglesia lo que cada uno puede y estar dispuesto a donar alimentos y otras cosas con la intención de que por medio de la Iglesia se ayude a la gente.

Un patrón similar se observa en los ritos funerarios, donde los rezos del rosario suelen ir acompañados de comida, adquiriendo un significado especial. Es costumbre que la familia doliente comparta alimentos con los *rezanderos*, incorporando en el responso del difunto elementos doctrinales y no doctrinales asociados al acto de compartir. La creencia en el regreso del *finado* —reminiscente de tradiciones medievales— también influye en estas prácticas: así, mientras circulan bebidas y café, los presentes evocan la vida del fallecido y comentan el estado de su alma, pronunciando su nombre seguido de un “¡Alma Bendita!” para no ofenderlo.

A la luz de lo observado, es posible identificar un desplazamiento de elementos eclesiásticos formales hacia una religiosidad popular que incorpora, adapta o subvierte lo prescrito por la norma sin desarticular el núcleo de la creencia o la devoción. Lejos de obstaculizar la fe, lo doctrinal se entreteje con prácticas heredadas de culturas originarias, dando lugar a un hibridismo o sincretismo que integra los valores de la religión católica con hábitos y significados locales. Si bien el marco de referencia inmediato proviene de las tradiciones alimentarias asociadas al cristianismo y al imaginario colonial —

todavía presente como hipotexto—, las formas concretas en que se celebran los eventos de fe en las localidades responden también a raíces prehispánicas, que dotan a cada comunidad de atributos y matices propios dentro de un imaginario cultural popular.

El vínculo entre religiosidad y prácticas alimentarias supone un respeto profundo a los dones divinos y refleja una cosmovisión popular donde lo sagrado se amalgama con creencias generadas y adoptadas a lo largo de procesos históricos complejos, que enlazan tiempos prehispánicos, coloniales y contemporáneos. La relación entre fe, uso de la tierra y aprovechamiento de productos agrícolas locales adquiere nuevas dimensiones cuando se interpreta desde la historia alimentaria, en diálogo con nociones como hambre, ayuno y pecado, vinculadas a concepciones sobre la salud y la enfermedad del alma. Esta religiosidad persiste, aunque tensionada por la secularización y el debilitamiento de ciertas creencias, lo que genera transformaciones significativas en la vida cotidiana. Desde esta intersección entre historia y antropología, la alimentación puede ser comprendida y narrada como un proceso cultural de larga duración (Vargas, 2021).

Conclusiones

El estudio de la alimentación en contextos histórico-culturales como el andino, es significativo por su rol en el sostenimiento de la vida, en la estructuración del gusto y en sus dimensiones económicas, sociales, culturales, físicas y psicológicas. En tal sentido, es importante distinguir entre las descripciones simples y los análisis profundos referidos a las interacciones entre alimentación y religiosidad en contextos culturales específicos, así como en lugares donde se han producido y transmitido estas tradiciones. La cultura alimentaria andina está marcada por sistemas de valores y representaciones que llegan a establecer formas y hábitos particulares del acto de comer y de compartir socialmente los alimentos.

Las prácticas alimentarias asociadas a los procesos históricos y sistemas de creencias complejos fijan pautas para la obtención o producción de alimentos, para la preparación y valor agregada de los mismos, y para una valoración estética, degustativa y funcional del consumo de los alimentos; lo que permite estudiar los vínculos de los alimentos con las ideas religiosas que le otorgan sentido en determinados momentos de la vida social.

En el caso estudiado, el catolicismo juega un papel primordial en las zonas rurales o campesinas de Mérida, donde muchas de las festividades y conmemoraciones están ligadas al calendario religioso católico. Por consiguiente, las costumbres andinas no están exentas de articulaciones rituales que incluyen, como es de suponer, el uso y disposición de comidas. De esta manera, se crea un ambiente religioso que enmarca actos devocionales donde los creyentes comparten alimentos y formas de preparación locales y foráneas como producto de las dinámicas de circulación de alimentos interregionales (e internacionales) apropiados dentro de espacios de socialización.

Como se ha mostrado a partir de los testimonios orales y otros documentos ligados a los ciclos vitales de la cultura andina, desde el embarazo y el nacimiento hasta la muerte (incluyendo episodios que van más allá de la defunción dando paso a encuentros para la oración como los novenarios), se realizan preparaciones que acompañan estos momentos. Así, el nacimiento, los bautizos, las primeras comuniones, la Navidad, día de Reyes, Semana Santa y hasta las honras fúnebres se constituyen en un ejemplo. El tiempo de socialización de las prácticas rurales del campo merideño se ve impactado por las formas de organización y reestructuración de los vínculos que se establecen por intermedio de estos actos, además remiten a una concepción de la moral de las comunidades andinas, jugando un papel fundamental en las prácticas católicas de los contextos rurales relacionándose con la economía local.

La religiosidad popular influye de esta manera en cómo se preparan comidas específicas, denotando la solidaridad y capacidad financiera de las familias, llegando a ser muchas veces un acto de prestigio y exhibición social. El estudio llevado a cabo deja ver cómo los alimentos y el propio acto de comer no solo satisface las necesidades físicas y biológicas, sino que funcionan como un medio para organizar y dar sentido al mundo a través de sistemas de valores de clasificación, pautas y prescripciones instituidas por la religión predominante; hecho que cobra un especial sentido en los imaginarios culturales instituidos.

En este entramado de interacciones, se abren nuevos campos de interpretación sobre la cultura alimentaria, entendida como un cruce de temporalidades y sentidos. En las zonas rurales de Mérida, las costumbres locales, las tradiciones heredadas y la cosmovisión andina se entrelazan con la fe católica predominante y con otras formas de hibridación cultural, trascendiendo los límites de lo estrictamente canónico sin perder la dimensión sagrada del alimento. Este sistema de valores y prácticas, nutrido tanto por códigos

neotestamentarios como por saberes y simbolismos de raigambre prehispánica y colonial, encuentra una de sus expresiones más singulares en una dulcería de carácter excepcional. En conjunto, los alimentos y las prácticas estudiadas amplían la historia de la alimentación en la Venezuela profunda y configuran una lectura geocultural en la que usos, funciones y representaciones se revelan estrechamente vinculados a lo religioso.

Referencias

Aguilar, P. (2014). Cultura y alimentación. Aspectos fundamentales para una visión comprensiva de la alimentación. *Anales de Antropología*, 48(1), 11-31. doi: [https://doi.org/10.1016/S0185-1225\(14\)70487-4](https://doi.org/10.1016/S0185-1225(14)70487-4)

Aguilar, P. (2012). *El sistema cultural de la alimentación. Una aproximación de la teoría para los estudios de antropología de la alimentación*. Editorial Académica Española (10 Junio 2012)

Amodio, E., & Molina, L. (Eds.). (2017). *Saberes y Sabores. Antropología de la alimentación en la Venezuela colonial*. Centro Nacional de Estudios Históricos.

Aróstegui, J. (1994). *La Investigación Histórica. Teoría y Método*. Editorial Crítica.

Basurko, X. (1997). *Para comprender la Eucaristía*. Editorial Verbo Divino.

Burke, P. (2004). *¿Qué es la Historia Cultural?* Paidós.

Burke, P. (2013). *Hibridismo cultural*. Akal.

Burke, P. (2001). *Visto y no visto. El uso de la imagen como documento histórico*. Crítica.

Carrera, G. (2005). *Elogio de la Gula*. Grupo Editorial Norma.

Cartay, R. (1988). *La mesa de la meseta. Historia gastronómica de Mérida*. MERENAP.

Cartay, R. (1991). *Historia de la Alimentación del Nuevo Mundo. (Vol. 2)*. Universidad de Los Andes, Fundación Polar.

Cartay, R. (1999). *El pan nuestro de cada día*. Fundación Bigott.

Cartay, R. (2010). *Entre gustos y sabores: costumbres gastronómicas de Venezuela*. Fundación Bigott.

Cartay, R. (2021). Breve reseña histórica de la hallaca en Venezuela, con especial referencia a la hallaca merideña. *Prospectiva*, 2(02), 22-30. Recuperado de: <https://revista.uny.edu.ve/ojs/index.php/en-prospectiva/article/view/178>

Cartay, R. & Ablan, E. (1997). *Diccionario de Alimentación y Gastronomía en Venezuela*. Caracas: Fundación Polar.

Cava, A. (2019). La cultura del gusto. La alimentación entre representaciones y conexiones. *Barataria. Revista Castellano-Manchega de Ciencias Sociales*, (26), 121-133. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/journal/3221/322161687007/html/>

Clarac de Briceño, J. (Comp.) (2008). *Mérida a través del tiempo*. Universidad de Los Andes.

Clarac de Briceño, J. (2017). *Dioses en exilio*. Fundación Editorial El perro y la rana.

Cuevas, L. (2004). *Espacios dialógicos. Espacios culturales*. Actual: Universidad de los Andes. Recuperado de: <http://epublica.saber.ula.ve/index.php/actualinvestigacion/article/view/3109>

Cuevas, L. (2003). Pueblos, voces e imágenes de los Andes. *Presente y Pasado. Revista de Historia*, Año 8. Volumen 8. N°16, Julio-Diciembre, Universidad de Los Andes. 89-105. Recuperado de: <http://erevistas.saber.ula.ve/index.php/presenteypasado/issue/view/1345/showToc>

Cunill Grau, P. (2007). *Geohistoria de la Sensibilidad en Venezuela (Vols. 1-2)*. Fundación Polar.

Domínguez, L. (1974). *Dos aspectos del folklore de los andes. Paradura del Niño. Velorio de Angelito*. INCIBA, Instituto Nacional de Folklore.

Duque, A. H. (2017). *San Benito y la identidad cultural andina. Comunidades de las cuencas altas merideñas y trujillanas*. Arquidiócesis de Mérida, Archivo

Arquidiocesano de Mérida-AAM.

Eliade, M. (2014). *Lo sagrado y lo profano*. Paidós.

Febres, T. (2005). *Clave histórica de Mérida. Alcaldía Bolivariana del Municipio Libertador*. Biblioteca Nacional Febres Cordero. Universidad de Los Andes. Publicaciones del Vicerrectorado Académico.

Febres, T. (2011). *Cocina Criolla o guía de ama de casa para disponer la comida diaria con prontitud y acierto*. Universidad de Los Andes.

Fusté-Forné, F. (2016). Los paisajes de la cultura: la gastronomía y el patrimonio culinario. *Dixit*, 24(1), 4-16. Recuperado de: http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0797-36912016000100001&lng=es&tlng=es.

González, X. (Comp.). (2021). *Conocimiento y soberanía: la alimentación como derecho humano Memorias de la Primera Jornada de Investigación, Conocimiento y Soberanía Alimentaria de la Red de Centros Clacso*. Ministerio del Poder Popular para Ciencia y Tecnología (Mincyt), Centro de Estudio de Transformaciones Sociales del Instituto Venezolano de Investigaciones Científicas (CETS-IVIC), Instituto de Altos Estudios Bolívar-Marx (Iaebm).

Hernández, R. (2007). *Paradura del Niño Jesús (fiesta hogareña andina)*. El perro y la rana.

León, R. (1954). *Geografía gastronómica venezolana*. Ediciones Garrido.

Los pueblos del sur de Mérida: donde el tiempo se detuvo. (s/f). Editorial Arte, ExxonMobil de Venezuela.

Lovera, J. (1988). *Historia de la alimentación en Venezuela*. Monte Ávila Editores.

Lovera, J. (2006). *Gastronuatatas. Ensayos sobre temas gastronómicos*. Fundación Bigott.

Montet, P. (1993). *La vida cotidiana en Egipto*. Ediciones Temas de Hoy.

Picón Salas, M. (1991). *Viaje al Amanecer/Las Nieves de Antaño. Pequeña Añoranza de Mérida*. Asamblea Legislativa del Estado Mérida.

Presas, M., & Ortiz, P. (2008). *Mérida Profunda I. festividades Navideñas*. Universidad de Los Andes.

Rojas, B. (2000). *Cuerpo y enfermedad en Mucuchíes (Edo. Mérida-Venezuela)*. Universidad de Los Andes, Maestría en Etnología.

Rojas, B. (2021). Cuerpos tiernos y abiertos: embarazo y parto entre las mujeres campesinas de Mucuchíes. En Mejías, A. & García, C. (Eds.), *Antropologías hechas en Venezuela. Asociación Latinoamericana de Antropología*, Red de Antropologías del Sur.

Salas De Carbonel, J. (2009). *Caminos y Fogones de una familia merideña*. Fundación Empresas Polar.

Scannone, A. (1982). *Recopilación de recetas*. Recuperado de: <https://es.slideshare.net/slideshow/armando-scannone-recopilacin-de-recetas/8464728>

Samudio, E. (1988). *El trabajo y los trabajadores en Mérida colonial. Fuentes para su estudio*. Universidad Católica del Táchira.

Uslar, A. (1990). La hayaca, Como manual de historia. En Subero, E. (Comp.), *Cuarenta Ensayos* (pp. 211-216). Monte Ávila Editores.

Vargas, I. (2021). Historiando la alimentación como proceso cultural. En González, X. *Conocimiento y soberanía: la alimentación como derecho humano Memorias de la Primera Jornada de Investigación, Conocimiento y Soberanía Alimentaria de la Red de Centros Clacso Venezuela*. Ministerio del Poder Popular para Ciencia y Tecnología (Mincyt), Centro de Estudio de Transformaciones Sociales del Instituto Venezolano de Investigaciones Científicas (CETS-IVIC), Instituto de Altos Estudios Bolívar-Marx (Iaebm).

Wight, F. (1981). *Usos y costumbres de las tierras bíblicas*. Editorial Portavoz.

Fuentes orales:

Rendón, C. (enero, febrero 2025). Oriunda de la Población de Pueblo Llano (Mérida-Venezuela). [Entrevista 1].

Ramírez, M. (enero, febrero 2025). Oriunda de la población de La Venta (Mérida-

Venezuela). [Entrevista 2].

Sánchez, J. (enero, febrero 2025). Oriunda de la aldea de San Rafael de Tabay (Mérida-Venezuela). [Entrevista 3].

Hernández, J. (enero, febrero 2025). Oriunda de la población de Chiguará (Mérida-Venezuela). [Entrevista 4].

Fernández, E. (enero, febrero 2025). Oriundo de la Población de San José del Sur (Mérida-Venezuela). [Entrevista 5].

Rojas, I. (enero, febrero 2025). Oriundo de la población de Mucutuy (Mérida-Venezuela). [Entrevista 6]

Fuentes gráficas:

Álbum familiar de la Familia Rendón (Pueblo Llano).

Álbum familiar de la Familia Ramírez Alarcón (La Venta).

Álbum familiar de la Familia Sánchez (San Rafael de Tabay).

Álbum de la Familia Barrios (San Rafael de Tabay).

Álbum familiar de la Familia Hernández (Chiguará).

Fotografías del Sr. Iván Rojas Saavedra (Mucutuy).

Registro audiovisual del trabajo de campo del autor (Mérida) (2024-2025)