



El ser venezolano en su alimentación: Construcción de la identidad venezolana en migrantes

Erly J. Ruiz

ORCID: [0000-0001-9830-0615](https://orcid.org/0000-0001-9830-0615)

erly.ruiz@ucv.ve

Sociólogo por la Universidad Central de Venezuela (UCV).
Magíster en Filosofía de las Ciencias Humanas por esta casa de
estudios. Profesor asistente en el Departamento de Teoría
Social de la Escuela de Sociología (FaCES-UCV).

Resumen

La situación migratoria presenta una ruptura que demanda la adecuación de la actuación, el lenguaje y del conocimiento al país destino planteando consigo la posible justificación de lo que en la cotidianidad del país de origen quizás nunca fue reflexionado. El siguiente artículo explora la construcción de la identidad venezolana en función a su alimentación en migrantes venezolanos a través de una metodología cualitativa y un enfoque microsociológico. Inicia con las condiciones de la producción del conocimiento de la vida cotidiana de la mano de Schütz, Berger y Luckmann. A continuación, y desde una perspectiva interdisciplinaria, se caracteriza la alimentación como acto social a partir de la obra de Vélez Jiménez y Barthes. Posteriormente, se analiza la construcción de la identidad venezolana mediante 18 entrevistas a profundidad hechas a venezolanos con más de cinco años fuera del país durante el penúltimo trimestre del 2025. Se concluye que la alimentación provee de un marco reproducible cotidianamente para estabilizar la identidad afirmativamente. El ser venezolano se realiza y se difunde globalmente a través de cada connacional fuera de nuestras fronteras que prepara o sirve un plato o una bebida asociada a la venezolanidad.

Palabras clave: Alimentación, cotidianidad, identidad, migración, Venezuela.

Being Venezuelan in Their Diet: Construction of the Venezuelan Identity in Migrants

Abstract

The migratory situation presents a rupture that demands the adaptation of actions, language, and knowledge to the destination country, raising the possible justification of what may never have been considered in everyday life in the country of origin. The following article explores the construction of Venezuelan identity based on food among Venezuelan migrants through qualitative methodology and a microsociological approach. It begins with the conditions of knowledge production in everyday life, guided by Schütz, Berger, and Luckmann. Then, from an interdisciplinary perspective, it characterizes food as a social act based on the work of Vélez Jiménez and Barthes. Subsequently, the construction of Venezuelan identity is analyzed through 18 in-depth interviews with Venezuelans who have been abroad for more than five years during the penultimate quarter of 2025. It concludes that food provides a daily, reproducible framework for affirmatively stabilizing identity. Being Venezuelan is realized and disseminated globally through every compatriot outside our borders who prepares or serves a dish or drink associated with Venezuelan identity.

Keywords: Diet, everyday life, identity, migration, Venezuela.

INTRODUCCIÓN

El conocimiento, así como el interés por las condiciones sociales y culturales que permiten su producción y distribución, han sido una temática relevante en la sociología del siglo XX. En el contexto europeo es posible localizar al menos dos obras importantes dedicadas al respecto. La primera es *Las formas elementales de la vida religiosa* (2012) de Émile Durkheim, clave en la relación entre el conocimiento y la acción en función a una institución. La siguiente es *Ideología y utopía* (1987) de Karl Mannheim, texto que establece la vinculación entre la *visión del mundo* y determinados grupos sociales. En cuanto al contexto americano, *La construcción social de la realidad* (2021) de Peter Berger y Thomas Luckmann retoma el reto europeo en conjugación al pragmatismo estadounidense y plantea como objetivo central de la sociología del conocimiento el análisis de los procesos mediante los cuales se produce el conocimiento.

La circunstancia primordial para su análisis es el mundo de la vida cotidiana, espacio interactivo donde constantemente se realiza la identidad. Si bien la rutina incide en la reproducción de la irreflexividad, existen crisis particulares que pueden reactivar el interés por asuntos fundamentales como el conocimiento, el lenguaje o la actuación que dan cuenta de la identidad propia o nacional. El objetivo del presente artículo es examinar la construcción de la identidad (*ser venezolano*) a través de su alimentación en migrantes venezolanos con más de cinco años fuera del país. Con relación a la información necesaria para su realización, la investigación es de tipo cualitativa y su abordaje estrictamente exploratorio. Su perspectiva es filosófica-sociológica y se encuentra dividida en tres partes complementarias.

El conocimiento en el mundo de la vida cotidiana explora la producción del conocimiento en el mundo de la vida cotidiana en la sociología estadounidense de la primera mitad del siglo XX. Inicia con la noción del origen social del conocimiento en Alfred Schütz (2003b), quien a través de la combinación entre la fenomenología de Edmund Husserl y el pragmatismo de William James propone la existencia de un acervo de conocimiento compartido y la instrumentalización del conocimiento y la acción. A continuación, se profundiza en la relación conocimiento y el mundo de la vida cotidiana a través de Peter Berger y Thomas Luckmann (2021), los cuales abordando los universos simbólicos producidos por las instituciones expanden el pensamiento de Schütz mediante la formulación de las pautas recurrentes y la tipificación como identificación.

Saber y sabor caracteriza la alimentación a partir de una perspectiva interdisciplinaria que parte de la filosofía pasando por la antropología para llegar a la sociología. Empieza con su evasión como temática relevantemente sociológica a partir de una lectura mecánica-objetual, la alimentación como una suerte de *padecimiento*. Posteriormente se avanza en la misma como un acto social en la antropología de Luz Marina Vélez (2013) para quien el acto de comer es una ceremonia eminentemente compartida de carácter epistemológico. Finalmente, se amplía la dimensión colectiva de la alimentación a través de Roland Barthes (2006) el cual plantea la noción de la *gastrolocalización* y la importancia de la situación cultural en los procesos protocolares alimenticios.

Identidad venezolana migrante es la parte aplicada de la investigación. Se examina la construcción del *ser venezolano* a través de 18 entrevistas a profundidad hechas a venezolanos con mínimo cinco años fuera del país. Las entrevistas se realizaron simultáneamente a distancia a través de notas de voz por *WhatsApp*. Cada entrevista tomó dos semanas para su desarrollo, empezando el 25 de agosto de 2025 y culminando el 8 de septiembre del mismo año. De los 18 entrevistados, todos se autodefinieron como migrantes, totalizando 15 mujeres y tres hombres. 13 de ellos se encuentran residenciados en América (ubicados en Argentina, Chile, Colombia, Estados Unidos, México y Perú) y cinco en Europa (distribuidos en España, Inglaterra, Suecia y Suiza).

La entrevista estuvo compuesta por 10 preguntas abiertas, cuatro en relación con la categoría conocimiento y cotidianidad (dirigida a aspectos como la existencia de las realidades múltiples, el acervo de conocimiento y las prácticas rutinarias) y las seis restantes en función a la categoría alimentación (indagando en el compañerismo y la afectividad, lo ceremonial y la gastrolocalización). En cuanto a los criterios de selección, todos los entrevistados llegaron a la investigación por voluntad propia, respondiendo a una convocatoria compartida por redes sociales (*Instagram* y *X*) y grupos de *Telegram* y *WhatsApp* enfocados en migrantes. Los informantes dieron su consentimiento por escrito para la publicación de sus testimonios, y casi todos permitieron que fueran acompañados de su nombre de pila; en el caso de quienes decidieron no usar su nombre, sugirieron una alternativa para su identificación.

El análisis de las entrevistas a profundidad fue llevado a cabo a través del análisis crítico del discurso, el cual «se interesa de modo particular por la relación entre el lenguaje y el poder», (Wodak y Meyer, 2003, p. 18). El análisis crítico del discurso investiga de forma crítica la desigualdad social (en este caso específico, la *distinción identitaria*) «tal como viene expresada, señalada, constituida, legitimada, etcétera, por los usos del lenguaje (es decir, en el discurso)», (Wodak y Meyer, 2003, p. 19).

Es menester destacar que la presente investigación no pretende generalizar. Se dirige a presentar, de una manera exploratoria, a través una perspectiva cualitativa y un enfoque microsociológico, una dimensión significativa que pueda contribuir a darnos más información en torno a la conformación de la venezolanidad en el *presente*. La microsociología permite abordar las interacciones sociales en pequeña escala, orientando su atención a los vínculos y actuaciones cotidianas. Su naturaleza es abiertamente hermenéutica: la interpretación conduce las preocupaciones en búsqueda del sentido que le otorgan los protagonistas a sus actos y experiencias.

Sostiene Alejandro Moreno:

Un horizonte para la interpretación, hermenéutico, está constituido por todo el sistema de símbolos, estructuras matrices del pensar, contenidos culturales de referencia, convicciones asumidas incluso fuera de la conciencia comunes a todos los que comparten con nosotros existencia social, paradigmas de todo tipo, representaciones, conceptos, actitudes y todo aquello que interviene en dar significado y sentido a lo que pensamos y conocemos. (2013, p. 43).

1. EL CONOCIMIENTO EN EL MUNDO DE LA VIDA COTIDIANA

En su ensayo sobre la distribución social del conocimiento titulado *El ciudadano bien informado* (2003b), Alfred Schütz inicia con una aseveración que muy bien podría funcionar como estandarte de su producción intelectual. De acuerdo con el austríaco, las condiciones de la producción del conocimiento no han sido abordadas por la sociología como temática relevante hasta el momento. Es una preocupación filosófica e, inclusive, económica, pero que en el ámbito sociológico no levanta interés a partir del *realismo ingenuo* que define a la propia disciplina. Tal será el punto de partida del mundo de la vida cotidiana, la búsqueda por el origen del conocimiento el cual para Schütz es eminentemente social.

La cuestión epistemológica no es una tarea exclusivamente filosófica. Schütz hereda de Husserl la concepción del mundo de la vida como un elemento crucial en la formación, desarrollo y mantenimiento del conocimiento. El mundo de la vida mana como respuesta al agotamiento de la intención racional instrumental, la búsqueda de la verdad a partir del establecimiento de un método fundamentado en la verificación. Para Schütz, el conocimiento trasciende el ámbito lógico proposicional, y la objetividad no es una propiedad de los objetos o las situaciones, es el producto de las redes de relaciones intersubjetivas. El conocimiento está situado en la vida, la labor sociológica debe adentrarse en ella centrándose en la actividad humana.

Prestar atención a la vida no supone un desligamiento de las circunstancias que la envuelven y producen. Retomando la noción de la complejidad, la vida es vida *en* y vida *con*. Tal es el sentido de la palabra *mundo* en la expresión. Situar en el mundo es parte del legado pragmático de William James (2000), quien desde una posición filosófica consideraba la existencia en función a su participación en distintos subuniversos. Esta posición multidimensional es desarrollada por Schütz en *Sobre realidades múltiples* (2003a), donde formula la consistencia epistemológica propia de cada realidad, así como la importancia del sujeto en la definición de lo real. En este sentido, la teoría contempla un doble estado de alerta; si bien cada realidad está compuesta por un saber, un lenguaje y un *know how* particular que se puede considerar externo, la interioridad juega de igual forma un papel fundamental en su conformación.

Es posible considerar uno de los elementos cruciales de la teoría schütziana, el *acervo de conocimiento*, como una instrumentalización epistemológica. Aunque el ser humano está dotado con la facultad de la razón, su existencia gregaria le permite vivir prácticamente sin ejercitarla, sirviéndose de las experiencias ajenas y del conocimiento producido por los demás. La estabilización del sí mismo, así como la construcción y mantenimiento del sentido, se da a través de la adecuación dirigida por lo que Schütz denomina *la situación a mano*. De tal forma, el *acervo conocimiento* desprovisto del ejercicio racional propio adquiere el rango de receta, un conjunto de pasos que, al seguirse irreflexivamente en el orden presentado, arrojan un resultado esperado. La posibilidad de una existencia sin el ejercicio racional propio se sostiene en el desplazamiento de lo racional a lo razonable en función de lo típicamente adecuado. Se discierne en torno a recetas típicas para situaciones típicas donde se esperan resultados típicos. La coherencia se funda en el mantenimiento de la regularidad.

La preponderancia de la instrumentalización va de la mano con el interés del usuario. Schütz expande la noción del subuniverso integrando el conocimiento a la significatividad. Las realidades múltiples no solo son escenarios donde se manifiesta la coerción. De acuerdo con el interés de los participantes, se presenta una oscilación entre lo significativamente impuesto y lo intrínseco. El discernimiento se vincula en este sentido a la relevancia o la adecuación valorativa, ya que en un mismo espacio se pueden yuxtaponer zonas significativas impuestas e intrínsecas. Aunque no forma parte de su vocabulario, no sería injusto afirmar que la producción de la significatividad tiene relación con el *acontecimiento*. La adecuación valorativa revela la doble fundamentación presente en la propuesta schütziana. De verse en la necesidad por justificar su acción, sus motivos tienen al menos dos dimensiones, motivos *para* y motivos *porque*. Mientras los últimos son reconocidos típicamente como lo epistemológico, los primeros expresan la impronta pragmática.

En su obra *La construcción social de la realidad* (2021) Peter Berger y Thomas Luckmann contribuyen a la comprensión de la integración ontoepistemológica a través de la influencia institucional. Siguiendo la traza durkheimiana, las instituciones, además de constituir comunidades morales, logran articular el saber y la acción mediante el establecimiento de universos simbólicos específicos. La cuestión simbólica plantea el rol de la interpretación, asunto comprendido como el problema de la significatividad en Schütz. Tal como menciona Blumer (1982), un símbolo adquiere la condición cuando es interpretado. Una cruz tiene un significado para un católico y otro para un matemático. El sentido no se encuentra *dentro* del objeto interpretado a modo de sustancia, es construido por los participantes de una comunidad simbólica particular.

Berger y Luckmann llevan más allá de los universos simbólicos la síntesis ontoepistemológica delineada por Schütz y Goffman. Para ambos, lo que uno es no está tan a nuestro alcance (2021). Tal como fue mencionado previamente, lo ontológico es comprendido por los teóricos del mundo de la vida cotidiana como la cuestión de la identidad la cual no es sustancia, se erige en la inmersión en la *otredad*. La inmersión contempla las dos dimensiones de la expresión *play*. Es tanto una representación dramática en el sentido de Goffman como un juego lingüístico en el sentido de Wittgenstein. Para Berger y Luckmann la cualidad *realizativa* es bidimensional, nos *realizamos* individual y colectivamente. Vale la pena destacar que puede existir tanto coherencia como antagonismo entre ambas realizaciones.

¿Cuáles son los elementos constitutivos de la *realización*? El primero, en sintonía abierta a la obra de Schütz, lector ávido de Max Weber, las tipificaciones. Estas pueden ser consideradas como otra faceta de la racionalidad, la categorización. En el mundo de la vida cotidiana la racionalidad es contemplada tridimensionalmente. En su aspecto individual, la racionalidad se presenta como el ejercicio propio. En su aspecto colectivo, lo razonable surge como la instrumentalización de la racionalidad del alter. Por último, la categorización puede brotar del ejercicio propio o de la racionalidad ajena. Su manifestación más común se encuentra en la noción del *prejuicio*; no obstante, es preciso señalar, tal como será desarrollado posteriormente por Gadamer (2003), que no todos los *prejuicios* son negativos, y que, además, los mismos dicen mucho más de nuestro *ser* que nuestras propias decisiones.

El segundo elemento pasa por la existencia en *pautas recurrentes*. La posibilidad de una vida recetaria se fundamenta en la regularidad que caracteriza la existencia contemporánea. Para Berger y Luckmann las recetas, así como los prejuicios, funcionan como índices de los procesos subjetivos (2021). La indexicalización será una idea clave en otro sociólogo asociado al mundo de la vida cotidiana, Harold Garfinkel, quien sostendrá que es posible pasar de la actitud natural (suspensión del juicio) al razonamiento a través de una crisis. La estabilidad de la actitud natural ilumina una característica paradójica de la modernidad. La *pauta recurrente* permite la suspensión del juicio, potencia la preponderancia de la existencia exclusivamente en lo razonable.

El tercer elemento es de carácter estructural, implica el dominio y la destreza lingüística. *La construcción social de la realidad* ve la luz en el mismo año (1967) en que otra obra de un connotado pragmatista estadounidense, Richard Rorty, anuncia un importante viraje en la filosofía, *El giro lingüístico* (1990). Mientras el dominio implica la noción de un conjunto, la destreza se dirige a la utilización de este. Tanto el saber como la actuación cotidiana tipificadas están estructuradas por un lenguaje donde la participación humana incorpora el juego y el sentido. El lenguaje trasciende la oralidad y la textualidad. Tal como comenta Schütz (2003b), la gestualidad es de igual forma un lenguaje, cuestión que el austríaco ejemplifica en la conducción mutua de la conducta entre dos boxeadores durante una pelea. La atención al lenguaje será clave en teorizaciones posteriores, específicamente en *La teoría de la acción comunicativa* (1987) de Habermas.

De Durkheim a Berger y Luckmann la noción del universo simbólico cumple una función ordinal. La influencia del francés no solo es visible en *La construcción social de la realidad*, en obras individuales posteriores aplican los fundamentos analíticos expuestos allí precisamente al tema religioso. Mientras Berger lo emplea en *El dosel sagrado* (1969), Luckmann lo hará en *La religión invisible* (1973). Para los autores el orden institucional provee seguridad y control. Organiza los procesos de socialización otorgando ese carácter sustancial que para muchos supone la actitud natural. Es posible aclarar la relación entre seguridad y control a través de la noción de gubernamentalidad expuesta por Foucault en *Seguridad, territorio y población* (2006). El saber especializado generado por cada institución formula una disciplina que puede ser impuesta a los demás, así como autoimpuesta. En este sentido, la institución promueve el gobierno de los demás (control) y el *autogobierno* (seguridad). En ambos casos, la función de la institución apunta a la estabilización mediante la regularidad y la normatividad.

2. SABER Y SABOR

En la sociología la alimentación es una temática tratada similar a la convivencia la cual se aborda típicamente cuando ha devenido en un inevitable problema. En intolerancia para la última, en *hambre* en el caso de la primera. La excepcionalidad, así como el énfasis en la solución, dirigen los estudios al respecto vinculándose usualmente con los enfoques cuantitativos y las investigaciones sobre población. ¿Por qué la alimentación, siendo una *cuestión vital*, está tan poco retratada en la sociología? Las siguientes páginas exponen algunas consideraciones al respecto.

La posición objetual se presenta como la primera noción evasiva. El acento está en su comprensión como producto desligado de las circunstancias que posibilitan su existencia. El alimento es una necesidad biológica, una temática *nutricional*. La acotación biológica-objetual es cónsona al enfoque cuantitativo, fundamental en el desarrollo de indicadores, elementos cruciales en las políticas públicas. Por otro lado, esta se expresa en el enfoque *médico sanitario*, en la atención de lo estrictamente individual. Justamente en este ámbito se manifiesta el segundo deslinde, la alimentación como *afectividad*.

Semejante a la comprensión cotidiana del amor, específicamente la del enamoramiento, la alimentación es un suceso mecánico. Es algo que *nos pasa*, que no es el *resultado* de nuestras elecciones. Es una *interpelación* en clave del deseo sin responsabilidad de por medio. La dimensión afectiva es consistente a la necesidad y el consumo de lo externo. Dicho en menos, *estamos obligados* a alimentarnos, su función es exclusivamente nutritiva. En relación con el emplazamiento social, tal como se mencionó previamente, un primer punto de anclaje se encuentra en una lectura problematizadora, el hambre como la tematización urgente.

La excepcionalidad es alegórica con relación a la última forma evasiva, la alimentación como algo rutinario, cotidiano e irreflexivo. Precisamente en este ámbito es posible conectar la temática a la teoría del mundo de la vida cotidiana propuesta en la sociología norteamericana de la primera mitad del siglo XX. La *actitud natural* de la cotidianidad surge como el estado espontáneo del *ser*. La alimentación trasciende la glosa biológica-objetual para adquirir el rango de circunstancia intersubjetiva e interpretativa. En este sentido, su creación, desarrollo y mantenimiento es una cuestión antropológica, un asunto ceremonial que bajo la óptica sociológica se puede considerar institucional.

La categoría afectiva vinculada al amor proporciona un punto de partida interesante para una tematización de la alimentación más allá de la común *urgencia*. En *El amor como pasión* (2008), Niklas Luhmann presenta una definición del amor suficientemente elástica para ser extrapolada a la alimentación. El amor no es un sentimiento, es un código de comunicación simbólicamente generalizado. El concepto es útil por muchas razones. La primera en cuanto a su diferenciación de lo afectivo como sensibilidad disociada de la voluntad y la razón. La segunda en función al reconocimiento de la intersubjetividad bajo el rótulo de la comunicación codificada. Por último, y fundamental para esta investigación, lo simbólicamente generalizado como lo dinámico cultural: se habla sobre convenciones no en torno a *sustancias*.

La alimentación como acto social tiene un fundamento histórico el cual se puede notar en su presencia lingüística. De acuerdo con Alejandro Arribas, citado por Luz Marina Vélez en *Del saber y el sabor: un ejercicio antropológico sobre la gastronomía*:

Nos encontramos, y no por casualidad, con que el verbo español *comer*, de donde procede *comensal* y *comensalidad*, está formado por *com* y *edere*, *com-edere*, que significa «comer con otros», compartiendo un placer, el de los gustos y sabores, no solo de los alimentos, sino de la compañía y de la reconciliación. Incluso los vocablos *compañía* y *compañero* (*cum-panis*) nos recuerdan también en su etimología el pan compartido. (2013, p. 185).

Inclusive, el comer solo es un acto social en la medida que la realización si bien es completamente individual, es asimismo eminentemente una actividad compartida. Se preparan alimentos de una manera que evocan circunstancias intersubjetivas particulares. La *sopa de la abuela* o el *arroz de mamá*, son algunas de estas expresiones cotidianas. La película de animación *Ratatouille* (2007) es emblemática al respecto; el crítico *Ego* es trasladado a la cocina de su madre con un bocado de *confit byaldi*, una variación de *ratatouille* preparada por *Remy*. Comer es un acto significativo, codificado al tenor de vivencias situadas culturalmente.

El paso de la alimentación a su estudio organizado como gastronomía ilumina con mayor claridad la evocación. Vale la pena acotar que la gastronomía no se agota en lo técnico, se vincula primordialmente a lo cultural, al suceso alimenticio situado en relación. La alimentación es una de las vías más directas a la noción de tradición como cohesión o pertenencia. Tal como sostiene Barthes en *Por una psico-sociología de la alimentación contemporánea* (2006), la comida es una manera de insertarse en el pasado y en el terruño. En términos pragmáticos, la inclusión inicia en la familia como primera circunstancia socializadora. Posteriormente, puede relacionarse con una comunidad más amplia (educativa, municipal, estatal) para arribar a lo nacional. El plato, el procedimiento de preparación, la forma de servirlo, el lugar para hacerlo y la forma de consumirlo devienen en símbolos de una comunidad.

La cualidad simbólica es asimismo protocolar. Siguiendo a Barthes (2006), la comida es una significación situacional. En el caso del restaurante la significación es inclusive temporal. Del *almuerzo de negocios* a la *cena romántica* hay variaciones ordinales particulares que los separan como eventos distintos, aunque se pueda estar comiendo el mismo plato en el mismo lugar. Las interacciones alrededor de la comida en el lugar convencional para la *restauración* conducen a otra relación cardinal, la de la *receta* farmacéutica. En ambos casos, la receta es un elemento necesario para cumplir cabalmente la función. Desde una perspectiva antropológica, el orden para la preparación es de igual forma medicinal-religioso. Retomar la lectura antropológica permite expandir la situación alimenticia a lo ritual (Durkheim, 2012). El *almuerzo de negocios* es una ceremonia con un protocolo peculiar.

Otra expresión de la alimentación como relación situada culturalmente, y que además logra trascender la limitación objetual, la presenta el café, el cual está más cerca de la definición circunstancial que la sustancial (Barthes, 2006). La trascendencia contiene una paradoja particular a partir de su uso contemporáneo para la disolución de la fatiga. Mientras, por un lado, se presenta como una bebida *energizante*, por el otro, a través de la noción del *coffee break*, exhibe todo lo contrario: es una *pausa* relajante, un momento para el *small talk* en la oficina.

La *energía* surge como una cualidad necesaria para lidiar con las exigencias de la contemporaneidad. Aunque el café como el azúcar son los sospechosos habituales en su generación, en la actualidad una *vida energética* está asociada con un estilo de vida aventurero y *extremo*. Del *Red Bull te da alas* al *desata la bestia*, las bebidas energéticas han logrado calar en los mercados internacionales no a través del énfasis en sus valores nutricionales, sino, justamente, por su cualidad simbólica, la cual permite a una generación diferenciarse de sus predecesores. La rebeldía no es más desayunar un cigarrillo y un café, es comenzar el día con un *Marlboro* rojo y un *Monster White*.

No se afirma aquí que la preocupación por el valor nutricional ha desaparecido, sino que el apetito es un asunto cultural (Barthes, 2006). Las formas alimenticias resuenan a temporalidades peculiares. Mientras en la fase adolescente predomina la *comida chatarra*, para algunos la *crisis de los cuarenta* los lleva al *health food* y al conteo de calorías. Hay una gran diferencia entre el apetito-deseo y la reposición-necesidad. Aunque ambas caras son procesos individuales los primeros están insertos en una cultura y temporalidad compartida. Así como existen platos que se hacen atractivos con el pasar de los años, otros son conocidos en circunstancias grupales fuera de la zona de confort de la comida *en casa*.

Retomando la perspectiva antropológica de lo ceremonial, la alimentación persiste al menos en dos dimensiones cotidianas situadas culturalmente. La ceremonia adquiere consistencia en lo servido. En Estados Unidos de América el pavo en *Thanksgiving* es emblemático al respecto; en el caso venezolano, la hallaca con pernil en Navidad. Ambas ceremonias presentan una realización de lo sagrado que implica el comer *con*, comer *cuando* e, inclusive, algunas expresiones profanadoras, tales como el uso de la mayonesa para acompañar el plato. Si bien el centro de las dos ceremonias es fundamentalmente familiar, están abiertas a la incorporación del otro en el marco de la *hospitalidad*.

Es posible considerar la importancia de la circunstancia en la alimentación como una suerte de *gastrolocalización*. La identificación de la territorialidad a través de la particularidad de sus formas alimenticias. Una oportunidad para la etnografía, lo cual nos retorna nuevamente a la importancia de la antropología en la comprensión del asunto. La frontera gastronómica propuesta por Barthes (2006) puede extenderse en relación con la concepción de frontera en Augé (2007), la noción de *portal* y no como un muro. La inversión también es útil para revisar la relación entre el *fogón* y el hogar. Por un lado, vincula la alimentación al cuidado, por el otro, la relaciona a la socialización primaria, espacio reiterado constantemente en la publicidad contemporánea: *como el sabor de mamá*.

3. IDENTIDAD VENEZOLANA MIGRANTE

Una cualidad emblemática de la migración venezolana del siglo XXI es la ausencia deliberada de información oficial al respecto. La negligencia se fundamenta en la condición *monolítica* del Gobierno bolivariano donde la lealtad política es la divisa de todas las instituciones del Estado (*dudar es traición* es el *slogan* actual). A partir de la instauración de la lógica *patriótica* puesta en marcha por el expresidente Chávez, cada venezolano que sale de su país es un *apátrida*, así como un traidor al proyecto revolucionario milenarista. Si bien el segundo periodo presidencial de Donald Trump ha forzado al Gobierno bolivariano a reconocer a sus connacionales a través de un trato abiertamente despreciable, la respuesta bolivariana ha sido estrictamente política, instrumentalizando el maltrato con fines a su autopreservación.

El desierto informativo venezolano actual es tanto cuantitativo como cualitativo. Los datos cuantitativos sobre la temática provienen de la sociedad civil y organismos internacionales. Estadísticamente, cada migrante vale 0 para el Estado venezolano el cual, en consecuencia, no dirige recursos ni atención al respecto. La preponderancia de la información cuantitativa en torno a la migración parte de su importancia en la construcción de indicadores, elementos asimismo fundamentales para el desarrollo de políticas públicas. En cuanto a los datos cualitativos, existen trabajos

académicos dirigidos a grupos de migrantes venezolanos particulares (Altez, 2025; Uzcátegui *et al.*, 2022). La presente indagación se inserta dentro de este paradigma, orientado en el sentido que le otorgan a su vida y a su acción los propios protagonistas.

Las personas que salen de su país no lo hacen por las mismas razones como tampoco poseen el mismo estatus migratorio en el país al cual arriban. No es lo mismo la movilidad humana (Augé, 2007), la diáspora (Larrique, 2013) o la migración (Bauman, 2005). Cada definición orienta la interpretación del fenómeno abordado de una manera particular. Mientras para algunos puede surgir como una oportunidad para el desarrollo profesional (jugadores de *béisbol* en la *Major League Baseball* de Estados Unidos o jugadores de *fútbol* en *LaLiga* española), para otros es un problema demográfico de proporciones sanitarias (la situación de los refugiados palestinos o los desplazados sirios) e inclusive el paso existencialmente coherente en términos ancestrales (la vuelta a África alegórica de la cultura *rastafari*). La convergencia conceptual no actúa en menoscabo de la comprensión. Presenta una invitación a la investigación cualitativa sin que ésta pretenda o signifique una generalización.

La inmersión en una nueva cotidianidad le ofrece al emigrante venezolano un regreso inesperado a dimensiones importantes de su gentilicio. Tal es el objetivo de la investigación, examinar la construcción del *ser venezolano* a través de su alimentación en migrantes con más de cinco años fuera del país. Para ello se llevaron a cabo 18 entrevistas a profundidad a venezolanos con edades comprendidas entre los 32 y 60 años residenciados en América y Europa.

3.1. El país en la boca

Aunque no existe un número oficial de la cantidad de migrantes venezolanos en la actualidad, existen otras formas de aproximación a la expansión de la presencia de lo venezolano en el mundo del siglo XXI. Una de estas vías es la alimentación, la posibilidad de reproducir cotidianamente el gentilicio a través de la preparación de platos y el consumo de productos e ingredientes asociados a la venezolanidad. La relación entre el incremento de la migración venezolana y la alimentación se percibe con claridad en la presencia cada vez mayor de los elementos de la alimentación venezolana, alcanzando una especie de cenit recientemente con la presencia de la *reina pepiada* en el *Mundial de desayunos* llevado a cabo por el *streamer* e *influencer* Ibai Llanos. La arepa surge como uno de los símbolos indiscutibles de la venezolanidad, tanto en su aparición pública como en su realización casera. Esta, además de ser de fácil preparación, posee una cualidad particular, va bien con cualquier relleno o *topping*.

La arepa es uno de los medios donde se realiza cotidianamente una de las manifestaciones de la afectividad venezolana, la cual, para efectos de la presente indagación, se extiende desde la relación de pareja, pasando por las amistades, hasta llegar a sí mismo. Es uno de los platos predilectos para efectuar la *familiarización*, así como la presentación de lo que el emigrante venezolano *es* ante los habitantes del país destino. Es el *pan* que se comparte, el cual, tal como se comentó anteriormente, es flexible en su combinación. Se comparte con la pareja, amigos, colegas del trabajo y vecinos. Además de su portabilidad, otra ventaja radica en sus componentes nutricionales, de cara al pan

es mucho más saludable, siempre y cuando no sea frita. Es buena tanto para el desayuno como para la cena, siendo considerada tanto como una buena cena ligera, así como la comida adecuada *after party*.

Comenta IL (41 años, residenciado en Bogotá, Colombia):

Mínimo cuatro o cinco días a la semana como arepas de desayuno. Usualmente, el relleno es el mismo, queso crema y jamón; es raro cuando no es así. Acompañado de café. Me he vuelto medio exigente con el café. Digamos con el café que consumo en casa. Compró café en grano, unos específicos. Veo qué variedad es, como el tostado y el nivel de acidez. Tengo todo mi ritual y algunos de mis instrumentos, tengo mi molino.

Agrega Ulises (42 años, residenciado en Ciudad de México, México):

Las arepas son usualmente algo que en México es leído como algo especial. Entonces, muchas veces en situaciones especiales, hago comida venezolana. Invitamos a la gente y hago pabellón criollo, cachapas o mandocas. Ya es oficial que cuando termina el semestre hago un desayuno en mi casa con todos los profesores del departamento. Ellos esperan el desayuno con las arepas, es algo muy generalizado.

El desayuno es la comida más importante para el emigrante venezolano, valoración notable en los adagios 1) *desayuna como rey, come como príncipe y cena como mendigo* y 2) *uno no sabe cuándo se volverá a comer*. Este exhibe una característica importante de la alimentación venezolana, la incorporación de otras gastronomías producto de los procesos migratorios del siglo XX. En este sentido, si bien hay emigrantes que pueden desayunar arepas cinco veces a la semana, otros desayunan panqueques, avena o sándwiches, lo que no puede faltar en todos los casos es el café. El desayuno preferiblemente se prepara en casa, enfatizando la presencia de proteína en el plato. El café con leche produce otra forma de familiarización, una que viaja al pasado y al terruño. Para algunos, a la panadería, para otros, directamente al hogar o la casa de mamá.

Es preciso enfatizar la incorporación de otras gastronomías como cualidad de la alimentación venezolana para poder abordar su presencia de una manera mucho más comprensiva en la actualidad migrante. La alimentación venezolana no son solo los platos (arepa) o ingredientes (ají dulce) que se pueden considerar territorialmente autóctonos; similar a la hermenéutica, es una forma de interpretación que al realizarse se apropia de lo interpretado. El pasticho es uno de estos platos híbridos, del cual se parte de un concepto común, pero que puede variar significativamente sus ingredientes o la sazón en su preparación. La tendencia a la combinación se manifiesta de igual forma en lo que pudiera denominarse tentativamente la *cocina contraste*, la preparación de un plato regular jugando con la mezcla entre lo dulce, lo ácido y lo salado.

Menciona María Gabriela (32 años, residenciada en Estocolmo, Suecia):

Mi mamá si ha sido muy apegada a la cocina y es algo que ella disfruta muchísimo. Ella desde hace mucho tiempo se obsesionó con el término de la comida *mantuana*. Hacía en casa un asado negro y nos explicaba que era una comida *mantuana* y que ella disfrutaba mucho esa fusión entre lo dulce, ácido y salado. Esos tres pilares creo que forman parte de su cocina. Hacía su *sofrito* y le echaba una cucharada de papelón, y le ponía alcaparras.

Añade Sofía (38 años, residenciada en Londres, Inglaterra):

En la alimentación venezolana una de las cosas más particulares diría yo es el contraste entre lo dulce y lo salado. Por ejemplo, y eso es algo que hemos intentado replicar a nosotros aquí en la comida. Tenemos un plato en mi familia que es la cosa más sencilla del mundo. Es atún con mayonesa mezclado con un poquito de *celery*, sal y pimienta. Eso es para una pasta. Le pones eso y le pones pasas, y coco rallado.

La atención a la sazón es un elemento primordial en la reproducción de la alimentación venezolana en relación con el uso de ingredientes propios del país destino. Justamente por ello el ají dulce es una preocupación constante para el emigrante venezolano que desea reproducir de una manera fiel un plato nacional. El *sofrito* es otra manifestación en esta dirección, un componente flexible que aparece tanto en la preparación de una sopa, granos o proteína animal de cualquier tipo. La incorporación de la alimentación extranjera en combinación a la sazón gastrolocalizan la experiencia familiar. Si bien el emigrante venezolano reconoce la diversidad de la alimentación regional venezolana, el retorno a la venezolanidad se dirige principalmente al hogar.

La alimentación venezolana tiende a lo colectivo. La ceremonia navideña es la mejor expresión de ello, ya que conjuga la alimentación a la evocación de lo familiar y de la amistad a través de un ánimo compartido por un tiempo determinado. La hallaca convoca a un proceso complejo que se extiende desde la búsqueda de los ingredientes, la preparación y cocción hasta su consumo final en una mesa compartida con familiares y amigos. La cocina deviene en un punto de encuentro donde acontece una división del trabajo particular para la producción del alimento. La división presenta un aspecto familiar, aunque sean diversas familias venezolanas e inclusive habitantes del país destino involucrados. Es posible ubicar al menos cinco roles en el proceso preparativo: 1) quien prepara el *guiso* (a la cabeza de la producción); 2) quien prepara la masa y las *bolitas* o cuadros; 3) quien prepara las hojas; 4) quien combina el guiso a los otros ingredientes y cierra la hallaca; y 5) quien la amarra. La división en muchos casos presenta el aspecto de una *cadena*, ya que, por su complejidad, se trata de hacer la mayor cantidad de hallacas posible para que valga la pena el esfuerzo que conlleva.

Sostiene María Alecia (60 años, radicada en Miami, Estados Unidos de América):

La comida navideña no solo es la ceremonia del momento de comer, sino también de la preparación que no necesariamente es el mismo día. Es decir, son muchos pasos, son muchos platos; entonces, es una ceremonia que dura muchos días, y la *sobremesa*, por supuesto, dura bastante. También tiene su música específica, tiene su ritmo, momento hasta de fotografía.

Agrega Gabriela (36 años, radicada en Santiago de Chile, Chile):

Las hallacas son las que tienen más ritual. Son las de *pongámonos de acuerdo* a ver cuándo nos vamos a reunir, quién compra qué, quién corta qué. Entonces, es la ceremonia del corte, la ceremonia de organizar todo, de lavar las hojas, de quién hace el guiso. Y también es el ritual de disfrutarlo. Se toma uno algo. Es una celebración; mientras se cocina estás hablando, *echando cuentos*, estás poniéndote al día con gente que no veías en un año.

Otro plato colectivo emblemático de la alimentación venezolana son las caraotas negras. No se prepara un plato de caraotas, se prepara *una olla*. Las caraotas negras están igualmente cargadas por la nostalgia familiar y similar a las hallacas, están a un *Tupperware* de distancia para compartir con connacionales en la misma situación migratoria. Su consumo es asimismo flexible. Pueden comerse tanto en un *bonol*, así como relleno, lo cual las conecta con otras dos

expresiones de la alimentación venezolana, las empanadas y las arepas. La combinación con queso blanco rallado toma el nombre de *dominó*, lo cual nos lleva a la segunda preocupación del emigrante venezolano en cuanto a su alimentación, la posibilidad de adquirir o consumir *queso venezolano*. Este adquiere relevancia ya que no solo forma parte del *dominó*, es un ingrediente fundamental en muchos otros platos alegóricos, tal como la cachapa.

Comenta María Isabel (36 años, residenciada en Berna, Suiza):

Conocí a una señora venezolana aquí por unos amigos de unos amigos. Es una señora, es como una *tía*. Ella, si hace hallacas en diciembre, me avisa para que participe y luego me da hallacas; es decir, formo parte de la vaca, de la *hacedera*. Ella siempre comparte. Si hace una *olla* grande de sopa, me llama y me pregunta *si quiero comerme una sopita*. Cuando yo hago caraotas negras, que hago el kilo entero, intento verla pronto para darle un *Tupperware* de caraotas congeladas porque *sé que ella las valora*.

Existen empresas *overseas* dedicadas a la producción de *queso venezolano*. No obstante, como no es un bien accesible o masificado en la actualidad, tal como la harina de maíz precocida (*Harina P.A.N.*), su costo es elevado. Una percepción común de los emigrantes venezolanos que participaron en la presente investigación va un poco más allá. En comparación con otros restaurantes y puntos de venta de alimentación próximos a nuestro país en términos de territorialidad (comida colombiana específicamente), la alimentación venezolana en general es costosa, así como la porción servida es bastante reducida. Más de un emigrante venezolano rebasado por la nostalgia se ha llevado una profunda decepción en un restaurante de algún connacional. La masificación de puntos de venta venezolanos en el extranjero no garantiza bajo ninguna forma su calidad. Esta es una de las primeras formas de emprendimiento del migrante en pro de su supervivencia, por lo cual en su producción predomina la lógica de los bajos costos sobre la calidad de lo producido.

Menciona María Gabriela (32 años, residenciada en Estocolmo, Suecia):

La comida venezolana es muy cara, lastimosamente. No sé a qué se deba esto. Si a que los ingredientes son costosos o si el hacerlo lleva mucho más tiempo de lo normal. A mí me pasaba mucho que cuando comencé en este trayecto migratorio me refugiaba en los restaurantes colombianos. Los colombianos tienen muchos más años migrando que los venezolanos y por ende tienen más negocios, tienen más lugares y eso ha hecho que se expanda su gastronomía, un poco más que la venezolana. Entonces iba y me comía unas empanadas colombianas, una bandeja paisa, un mondongo colombiano y me costaba muchísimo menos que ir a un restaurante venezolano.

Añade Joss (32 años, residenciada en Cincinnati, Estados Unidos de América):

Aquí podemos encontrar algunos lugares como tiendas dedicadas a traer productos de diferentes países del Sur y varios supermercados en donde comprar los productos congelados como el tequeño, cachitos, golfeados, incluso las arepas precocidas son una opción. Pero la realidad es que no es cotidiano ya que sus precios son elevados. De esta manera he podido observar cómo nuestra gastronomía se ha acoplado a una pseudofusión, integrándose al menú de propuestas mayormente colombianas en donde siempre predomina la arepa, por supuesto, pero además también integran como productos estrella al tequeño y a la cachapa.

Además de la arepa y la cachapa, el tequeño ha adquirido una presencia considerable fuera de Venezuela. Se ha abierto un espacio en ciertos mercados *overseas* como un producto comercializado con el interés más allá de satisfacer a los comensales venezolanos. Actualmente, se puede conseguir tanto como *snack* en el cine, así como en *pack* listos

para freír en cadenas de mercados en las capitales de España, Chile y Argentina. Vale la pena acotar que las empresas que los comercializan industrialmente sus propietarios no son exclusivamente venezolanos. Tal como se comentó previamente, es un producto que se ha integrado espontáneamente a la alimentación local. Similar a la hallaca, la cual fuera del país es considerada *un tamal*, el *tequeño* corre con la misma suerte y es presentado como una variación del dedo de mozzarella.

Sostiene Diana (33 años, radicada en Madrid, España):

Los mundos de los supermercados están en continua ampliación con la migración. Aquí cada vez se consiguen muchas más cosas. Los tequeños han tenido un triunfo increíble aquí en España. Ya se venden tequeños en algunos cines, se consiguen en el supermercado. Es fácil conseguir tequeños en casi cualquier sitio.

Agrega Libertad (42 años, radicada en Santiago de Chile, Chile):

En cualquier supermercado chileno ya está la oferta de *Harina P.A.N.* y también hay una harina de choclo, que es inclusive mejor que las de cachapas allá en Venezuela, de la misma producción de *P.A.N.* Y hay fábricas de queso. Hay queso *guayanés*, queso *palmito*. Ya está presente una marca específica. También hay otros locales que se dedican a hacer tequeños de manera industrial, así que cada cierto tiempo me acerco a esos lugares y busco los productos que sé que a mí me gustan.

El tequeño es otra expresión de la diversidad que constituye a la alimentación venezolana. Mientras la arepa y la cachapa parten de la harina de maíz, el tequeño y el cachito fungen como los representantes de la venezolanidad en relación con la harina de trigo. El último es una versión de la panadería de la península ibérica destinado al desayuno usualmente acompañado por un café con leche de máquina italiana, las cuales se establecieron en Venezuela durante la década de los sesenta del siglo pasado. El café es la tercera preocupación alimenticia del emigrante venezolano, tanto como ingrediente para la preparación en casa hasta su consumo fuera de ella. Lo que en Venezuela es un producto cotidiano fuera adquiere el rango *gourmet*. El equivalente al café de panadería es un café de *especialidad*.

Menciona María Alecia (60 años, radicada en Miami, Estados Unidos de América):

Todos los días me levanto y me preparo mi café para tomármelo tranquila, antes de que se despierten todos los demás. Me gusta ese ritual de prepararme un buen café con *greca* y con leche de vaca batida, para sacarle la mayor cantidad de espuma posible. Y eso me lo tomó con un gusto, a manera prácticamente de *ritual religioso*.

Añade Diana (33 años, radicada en Madrid, España):

Siempre he sido muy de café. Uno está acostumbrado a un café muy bueno y aquí en España el café es una mierda. Al sitio que vayas y pidas un café lo más probable es que sea un café aguado y con un sabor tan malo que si no le pones azúcar eso es *ugh*, imposible. Entonces, ahora se han puesto de moda las cafeterías de especialidad donde el café es de mejor calidad, donde hay baristas que realmente saben preparar el café con *espuma*. Si queremos un café en la calle hay que ir a un sitio de esos porque si no, imposible.

Los perros calientes y los *pepitos* son, asimismo, otra faceta de la variedad que compone a la alimentación venezolana. Si bien básicamente ambos están conformados por ingredientes que se pueden conseguir en cualquier capital del mundo, poseen tres características puntuales atadas al *carrito del perrero* 1) el pan suave producto del vapor del agua donde están cocinadas las salchichas; 2) una enorme variedad de salsas; y 3) en el caso del *pepito*, una porción

copiosa de acompañantes tales como tocineta, queso amarillo rallado, repollo y papas fritas trituradas. Ambos son considerados comida *after party*. Mientras en capitales de Europa como Madrid existen franquicias (*Galipán*), en América se reproducen las *calles del hambre*, espacios donde se concentra oferta de comida callejera la cual incluye arepas, cachapas y empanadas.

Comenta Maidelyn (36 años, radicada en Cuzco, Perú):

Aquí en Cuzco hay un restaurante que se llama *Neros*. Es un restaurante peruano de comida rápida, pero en su menú ha hecho un *mix* de comida callejera venezolana y peruana. El dueño es peruano, los trabajadores son venezolanos y peruanos. Tienen un *pepito*. Y se llama así, y es un *pepito* exactamente igual. Eso es algo que no es común acá, ellos no tienen un *pepito*, no tienen esa misma forma de prepararlo y ellos lo incluyeron en el menú. Aquí no hay cultura de perros calientes, no existe. Son más de hamburguesas; en la calle no los vas a conseguir, solo en cuestiones de venezolanos. Mis amigos peruanos no se imaginaban que se le iba a meter chuleta, tocino, pollo, la mezcla de repollo con zanahoria y los diez tipos de salsa. No se pueden imaginar esos sabores.

Agrega Jorbelys (40 años, radicada en Madrid, España):

Creo que están en otros lados, pero donde más se ven es en Madrid, son los perros calientes. Quien se metió en ese proyecto agarró ese nicho de mercado, ese vacío que había, que *no había nada que comer en la madrugada*. Porque aquí el *kebab* y esas cosas, las comidas de cierre, están hasta las dos de la mañana más o menos, pero ya a eso de las cuatro de la mañana están los perros calientes, *Galipán*. Recuerdo que cuando abrió *Galipán* había uno, ahora hay 15. La cuestión con ellos es que trabajan 24 horas, no todos, pero a las cuatro de la mañana están.

Semejante a las arepas, las empanadas son bastante flexibles en cuanto a su relleno. Existe uno particular (pescado) capaz de generar un viaje al terruño, específicamente a la experiencia caribeña, a la costa y la playa. La empanada forma parte del desayuno, así como de lo que podría denominarse la *cultura de lo frito*, asociada típicamente a la alimentación *maracucha*. En cuanto a su nutrición, la alimentación venezolana es considerada generalmente balanceada a través de la ausencia de ciertos elementos en la alimentación fuera del país. Uno de estos componentes es la *ensalada*. El balance se expresa en la combinación de proteínas, carbohidratos y vegetales en una porción adecuada. Los vegetales, así como las frutas, son otros componentes fundamentales de la alimentación venezolana, unos que pueden desaparecer completamente por las condiciones climatológicas de ciertos países destino.

Sostiene Sara (38 años, radicada en Buenos Aires, Argentina):

La gente come comida chatarra, pero no necesariamente, me parece a mí, que no es barato. El aceite para hacer la *agüita de sapo*, el *yoyo*, el *patacón*, todas esas frituras no es barato, pero bueno, lamentablemente se ha generado y se ha convertido en un componente principal y primordial de este estilo de comidas. Por eso pienso que hay una muy mala nutrición desde ese punto de vista en el maracuco.

Otra ceremonia venezolana donde la alimentación cumple una importante función integrativa es la celebración del *cumpleaños*. El plato de cumpleaños venezolano está compuesto por tres elementos, torta, *quesillo* y gelatina. En cuanto a la torta, se estila el tipo ponqué sobre el pastel de crema, aunque no es discriminativo. La distinción radica en la *triada* la cual evoca la *fiesta infantil* tradicional. Semejante a la *Navidad*, la cual posee su propio telón musical, el *cumpleaños* posee su canción específica, la cual al ser entonada colectivamente ejerce otro viaje al país, a la ceremonia hogareña entre familiares y amigos.

Comenta Nohelia (34 años, radicada en Buenos Aires, Argentina):

Acá en Argentina, los cumpleaños, al igual que la Navidad, son diferentes. En Venezuela el cumpleaños es el agasajado. El cumpleaños no hace nada, se cocina lo que le gusta al cumpleañosero y así. La torta del sabor que le gusta al cumpleañosero. En cambio, aquí el cumpleañosero le da a los demás. Allá está la canción, la torta. No como la canción aquí que es una *chotada*. Nosotros tenemos nuestro himno de cumpleaños que es precioso, y uno no sabe qué tanto puedes extrañar a Venezuela. Para mí no es tanto diciembre y las hallacas, sino el cumpleaños. Cuando cumpla años es cuando más extraño mi país. Incluye la torta, las velas, cantar alrededor, la gelatina, el quesillo, y en Venezuela, así como dice la canción, *invitas a tus más íntimos amigos y familiares*.

Añade Daniel (58 años, radicado en Pittsburgh, Estados Unidos de América):

En los cumpleaños siempre hacemos una reunión en la que tratamos de recordar y recordarnos cuando éramos pequeños. Lo principal es que no hay fiesta, no hay torta sin quesillo y sin gelatina. Eso le parece raro aquí a los amigos que hemos invitado: «¿Por qué ustedes siempre tienen gelatina y quesillo?». Sabes que en la torta de cumpleaños *no puede faltar eso*. La torta, la gelatina y el quesillo son impelables, son parte de nuestro acervo, como ceremonia de nuestro cumpleaños.

En relación con la regionalidad, el emigrante venezolano reconoce la presencia de la oferta en ciertos países; no obstante, es poco lo que prepara en casa cotidianamente más allá de una variación de la arepa (arepa andina) y de la sopa (pizca andina). El consumo de alimentación regional está dirigido usualmente a la comida zuliana (patacones y mandocas) y, en algunos casos, a la comida margariteña (empanadas de pescado). La regionalidad se expresa con mayor claridad en la celebración de la Navidad y la variación de ingredientes (garbanzos para la zona andina, huevo sancochado para el oriente) y pasos de cocción (guiso crudo o cocido) de las hallacas.

En cuanto a los elementos de la alimentación venezolana reconocidos por los emigrantes, se presenta la siguiente matriz de datos:

Cuadro 1
Elementos de la alimentación venezolana

Ingredientes	Platos y bebidas	Dulces	Marcas	Frutas
Plátano, yuca, ají dulce, queso.	Arepa, cachito, empanada, tequeño, pan sobao, pastel de chucho, pepito, sopa (pizca, cruzado, pescado), parrilla, pasticho, perro caliente, lentejas, caraotas negras, asado negro, ensalada de gallina, hallacas, pan de jamón, pabellón, café, ponche crema, papelón con limón, mandoca, patacones, pabellón, casabe.	Quesillo, golfeado, torta de pan, arroz con coco, dulce de lechoza, majarete, bocadillo de guayaba.	Harina P.A.N., Maltín Polar, Cocosette, Pirulin, Flips, Toddy, Rikesa, Mavesa, Toronto, Diablito.	Mango, aguacate, lechoza, parchita, piña, guayaba.

CONCLUSIONES: PERO TÚ TAMBIÉN LLEVAS SABOR A MÍ

Salir del país ilumina por partida doble la presencia y existencia del saber venezolano. El descubrimiento ocurre en la cotidianidad proporcionando una amplia oportunidad para su reconocimiento sin distinción de edad o género. La

situación migratoria presenta una ruptura que demanda la adecuación de la actuación, el lenguaje y del conocimiento al país destino planteando consigo la posible justificación de lo que en la cotidianidad del país de origen quizás nunca fue reflexionado. A través de los sabores del país destino los venezolanos reconocen dimensiones significativas de su gentilicio, la existencia en la diferencia y la sorpresa los impulsa a la identificación de lo propio formulando el reto de su posible reproducción con los elementos circundantes del país destino.

La presencia de la alimentación venezolana, tanto en ingredientes como en platos y bebidas preparados, es un indicador indiscutible de la expansión de la migración. La oferta no está dirigida exclusivamente a los connacionales, ciertos productos han logrado calar en la alimentación de los países destino lo cual, además de aportar visibilidad al gentilicio, inciden positivamente en su economía. La reproducción de la alimentación venezolana les permite a los migrantes el restablecimiento del pasado mediante una actividad rutinaria en el presente. Es una auténtica forma de realización de la venezolanidad. Vale la pena resaltar que no es narrativa, ideológica o ética, es una forma de transmisión práctica y cotidiana.

La reproducción de la alimentación venezolana posee sus avatares. Mientras por un lado existe documentación textual, siendo emblemática la recopilación de recetas titulada *Mi cocina. A la manera de Caracas* (1986) de Armando Scannone, gran parte de la cocina cotidiana venezolana se prepara a partir de instrucciones orales y observables. En muchos casos se *recuerda* y se *sabe* qué se quiere comer, pero no cómo prepararlo exactamente. Aquí es necesario tener presente que parte de la alimentación venezolana ha incorporado platos de gastronomías foráneas, no obstante, en la preparación el orden o algún ingrediente puede variar lo cual altera completamente el producto y la manera en que el migrante al probarlo, lo *recuerda*. Las videollamadas familiares se han hecho cada vez más comunes; cuando es posible lo mejor es ir a la *raíz*, a la cocinera en Venezuela.

Por otro lado, dentro de la actual sociedad de la información la propia situación migratoria venezolana ha suscitado la generación de recetas genéricas a través de plataformas como *TikTok*, *Facebook* o *Instagram* en el formato ASMR (respuesta sensorial meridiana autónoma, por sus siglas en inglés). Para el migrante joven son un gran punto de apoyo si no prestaron atención a los procesos alimenticios venezolanos antes de su partida. Sin embargo, tal como se mencionó previamente, el plato *exacto* pasa por un toque personal o muy circunstancial. En este sentido, la alimentación venezolana se conecta a tres escenarios primordiales: el hogar, la calle y la Navidad.

La familiarización es uno de los elementos fundamentales de la alimentación venezolana, tanto en su relación con el pasado y la tradición como en su función *presente*, la realización cotidiana. En cuanto al presente, de alguna forma, el emigrante venezolano *es lo que come*. Usa la alimentación venezolana como carta de presentación para darse a conocer con vecinos, colegas y amistades en el país destino. Pero no solo *es* lo que se come, sino también *dónde*. La alimentación venezolana tiene una relación estrecha con el hogar y el servicio. Se convoca a casa a comer; la invitación es un encuentro íntimo, tal como dice la canción de cumpleaños. En este sentido, la alimentación venezolana es un acto afectivo, una preocupación por el otro más allá de la relación de pareja.

La alimentación provee de un marco reproducible cotidianamente para estabilizar la identidad afirmativamente. El *ser venezolano* se realiza y se difunde globalmente a través de cada connacional fuera de nuestras fronteras que prepara o sirve un plato o una bebida asociada a la venezolanidad. La alimentación promueve una auténtica integración afectiva; no en vano hay una relación muy estrecha entre el *saber* y el *sabor*, tal como es acentuada por Vélez Jiménez (2013). El gusto, comprendido como facultad corporal, incide en la construcción de sentido, la identificación de un nosotros más allá del discurso estructurado. Dicho de otra manera, conocer a los demás es simultáneamente conocerse a sí mismo.

Por último, es necesario destacar algunas limitaciones y recomendaciones con el objetivo de contribuir a posteriores investigaciones en torno a la construcción de la identidad venezolana. La presente investigación se centró en las diversas formas de reproducción del saber venezolano fuera del país a través de un elemento rutinario. Sus hallazgos son contingentes pero formulados y tratados rigurosamente. Por la cualidad y pronunciamiento típico de la temática, fueron más las mujeres interesadas que los hombres (15 mujeres, tres hombres). Se sugiere extender el estudio de campo con perspectiva de género, en este caso, atendiendo a los últimos.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Altez, Y. (2025). Una diáspora en el limbo. *Antropológica*, (135-138), 217-228.
- Augé, M. (2007). *Por una antropología de la movilidad*. Gedisa.
- Barthes, R. (2006). Por una psico-sociología de la alimentación contemporánea. *Empiria. Revista de Ciencias Sociales*, (11), 205-221.
- Bauman, Z. (2005). *Vidas desperdiciadas*. Paidós.
- Berger, P. (1969). *El dosel sagrado*. Amorrortu.
- Berger, P. y Luckmann, T. (2021). *La construcción social de la realidad*. Amorrortu.
- Durkheim, E. (2012). *Las formas elementales de la vida religiosa*. Alianza Editorial.
- Foucault, M. (2006). *Seguridad, territorio y población*. Fondo de Cultura Económica.
- Gadamer, H. G. (2003). *Verdad y método*. Sígueme.
- Habermas, J. (1987). *Teoría de la acción comunicativa II*. Taurus.
- James, W. (2000). *Pragmatismo*. Alianza Editorial.
- Larrique, D. (2013). Residencias-en-viaje: dimensiones diaspóricas en Rastafari. *Aposta. Revista de ciencias sociales*, (59), 1-22.
- Luckmann, T. (1973). *La religión invisible*. Sígueme.
- Luhmann, N. (2008). *El amor como pasión*. Península.
- Mannheim, K. (1987). *Ideología y utopía*. Fondo de Cultura Económica.
- Moreno, A. (2013). *Historias-de-vida e investigación*. Centro de Investigaciones Populares.
- Rorty, R. (1990). *El giro lingüístico*. Paidós.
- Scannone, A. (1986). *Mi cocina*. Jaimes Libros.
- Schütz, A. (2003a). *El problema de la realidad social*. Amorrortu.
- Schütz, A. (2003b). *Estudios sobre teoría social*. Amorrortu.
- Uzcátegui, R., Salcedo, A. y Aray, M. (2022). Profesoras universitarias venezolanas migrantes en el mundo. *Aldea Mundo. Revista sobre Fronteras e Integración Regional*, 27(54), 60-71.
- Vélez Jiménez, L. M. (2013). Del saber y el sabor: un ejercicio antropofilosófico sobre la gastronomía. *Escritos*, 21(46), 171-200.
- Wodak, R. y Meyer, M. (2003). *Método de análisis crítico del discurso*. Gedisa.