

## CONFORMACIÓN HISTÓRICA DEL PATRÓN ALIMENTARIO EN VENEZUELA

*Claret Giordana Castellanos Altuve\**

### RESUMEN

*El patrón alimentario en Venezuela puede entenderse como un proceso que se ha configurado en diferentes momentos históricos, resultado de fuerzas económicas, políticas, sociales y culturales que a partir del siglo XV permitieron el contacto entre los pobladores originarios de la región y los grupos étnicos provenientes de Europa y África, derivando en un mestizaje gastronómico que en lo sucesivo se nutrió de la llegada de inmigrantes de diferentes partes del mundo. Proceso en el que resalta el arribo gradual de inmigrantes oriundos principalmente de Europa y de Latinoamérica en el siglo XIX y más adelante, de forma masiva en las décadas de los 50 y 70 del siglo XX, como consecuencia de los acontecimientos sociopolíticos ocurridos en dichas regiones. De igual manera, fueron determinantes los cambios socioeconómicos y demográficos generados por la explotación petrolera iniciada en la tercera década del siglo XX, contexto en el que tuvieron lugar importantes migraciones del campo a la ciudad, la conformación de grandes ciudades, el impulso de la industrialización en la producción de bienes, el aumento del ingreso per cápita y la inserción*

---

\* Profesora Asistente a Dedicación Exclusiva del Departamento de Ciencias Sociales de la Universidad de Los Andes. Núcleo "Rafael Rangel". Politóloga, Magister en Etnología y Doctora en Antropología. Investigadora del Instituto Experimental de Investigaciones Humanísticas, Económicas y Sociales (IEXIHES). E-mail: giordana07@gmail.com

*del país en el mercado mundial como exportador de petróleo, hechos que en conjunto dinamizaron las prácticas alimentarias del venezolano hasta la primera década del siglo XXI.*

**Palabras Clave:** *Patrón alimentario, mestizaje gastronómico, movimientos migratorios en Venezuela.*

## **HISTORICAL CONFORMATION OF THE ALIMENTARY PATTERN IN VENEZUELA**

### **ABSTRACT**

*The food pattern in Venezuela can be understood as a process that has been set in different historical moments, the result of economic, political, social and cultural forces that from the 15th century allowed contact between the Inhabitants originating in the region and ethnic groups from Europe and Africa, deriving from a gastronomic mix, that was subsequently nourished by the arrival of immigrants from different parts of the world. A process that highlights the gradual arrival of immigrants mainly from Europe and Latin America in the nineteenth century and later, massively in the decades of 50 and 70 of the twentieth century, as a result of the sociopolitical events occurred in These regions. In the same way, the socioeconomic and demographic changes generated by the oil exploitation started in the Third decade of the twentieth century were decisive, in the context in which important migrations from the field to the city took place, the conformation of Big cities, the impulse of the industrialization in the production of goods, the increase of the per capita income and the insertion of the country in the world market as exporter of oil, facts that together dynamized the food practices of the Venezuelan Until the first decade of the 21st century.*

**Key words:** *Food pattern, gastronomic crossbreeding, migratory movements in Venezuela.*

### **Introducción**

Antes de la llegada de los europeos al continente americano tres alimentos constituían la base de la comida indígena, a saber: el maíz,

la papa y la yuca. Si bien existían “diferencias regionales en la comida prehispánica americana [se puede observar] un sustrato alimenticio común en todo el continente. Fue una dieta esencialmente vegetariana, con pocas fuentes de proteínas de carne animal” (Long, 2003, p. 12), productos en torno a los cuales, como señala Vargas (2000), se estructuraron cocinas diversas, unas que no eran muy complejas sino el resultado del “aprovechamiento integral de los recursos a su alcance, decantado a lo largo de la historia.” Y otras que sí pueden considerarse “sumamente refinadas y complicadas”, siendo un ejemplo de ellas “los amplios recetarios de las papas en la región andina o el del maíz mesoamericano.” (p. 49)

De este patrón no dista mucho la alimentación de los grupos indígenas asentados en lo que hoy corresponde al territorio venezolano, basada principalmente, de acuerdo con Lovera (1988) en la yuca y el maíz. Sobre este punto Popic (2015) afirma que los grupos indígenas que habitaban la parte oriental del territorio tenían como alimento base la yuca, mientras que los que ocupaban la parte occidental el maíz, compartiendo ambos el consumo de ají. Siguiendo la teoría de la H propuesta por Osgood en 1943 sobre el poblamiento del territorio venezolano, Popic sostiene que de la misma manera se puede representar gráficamente este patrón alimentario, en el que las líneas verticales equivalen al maíz y la yuca y la horizontal al ají, los que considera el fundamento de la identidad alimentaria del venezolano.

Al respecto, Lovera (1988) señala que los grupos indígenas en Venezuela usaban el jugo cocido de la yuca amarga mezclado con ajíes para condimentar las comidas. La sustancia por excelencia para endulzar era la miel. Con el maíz hacían una especie de tortas pequeñas o arepas sobre un budare caliente, pero también lo empleaban en la elaboración de una bebida que se dejaba fermentar conocida como chicha. Mientras las proteínas las obtenían de la pesca y la cacería de animales como: “venados, zainos o cerdos salvajes, agutíes, caimanes, aves, tortugas y huevos de tortugas, insectos y demás” (Sanoja y Vargas, 2002, p. 761). Precisamente por depender de la caza y la pesca no tenían horas establecidas para las comidas. No incorporaban variados ingredientes, ni contaban con elaborados procesos en su preparación (Lovera, 1988).

En general ajustaban sus hábitos alimenticios a lo que ofrecía el espacio natural, tal como se desprende de las crónicas de los colonizadores del siglo XVI.

Entre las técnicas de cocción empleaban el hervido, el asado en parrilla, en planchas de barro o bien envolviendo los alimentos en hojas para posteriormente enterrarlos en lo que se conocía como barbacoa, usando como combustión la madera. La grasa no era utilizada en la elaboración de las comidas, de hecho desconocían las frituras, aunque sabían de técnicas para extraerla de ciertos animales (Lovera, 1988). De allí que la introducción del puerco por parte de los españoles en América representó un gran cambio en la culinaria nativa, en tanto que aportaba de forma segura carne y grasa. En este sentido, “se puede afirmar que el auge de las frituras se inicia poco después de la conquista” (Vargas, 2000, p. 52). Por otra parte, preservaban los alimentos por medio de técnicas como la deshidratación, empleada también para la elaboración del casabe, asimismo salaban y secaban en barbacoas distintos tipos de carnes (Fuentes y Hernández, 1993). Los utensilios eran hechos de barro cocido, fibras vegetales, piedra y madera.

En relación con los grupos provenientes de África, Lovera (1988) sostiene que tenían un tipo de alimentación sencilla, similar a la de los grupos indígenas, salaban muy poco los alimentos y empleaban especias como el jengibre y la pimienta. No usaban el aceite de oliva ni la grasa de origen animal, sino aceite de palma y de una planta conocida como karité y en pocas cantidades el sésamo. Entre los utensilios que empleaban estaban los morteros hechos de madera, ollas de barro, cucharillos de hierro y cucharas de madera.

Cabe resaltar la importancia del plátano en la dieta de los africanos, que como sostiene Dorta (2011), si bien fue introducido en el continente por los españoles, éste era un cultivo oriundo de África que siguió formando parte de su dieta una vez en territorio venezolano, consumido “como pan (en tajadas, sancochado o en bollos) y en platos como la cafunga” (p. 61). En términos generales, el autor señala que la alimentación de los africanos en tierra venezolana se sustentó en la de los indígenas.

En lo que respecta a los españoles, Sanoja y Vargas (2002) precisan que esta población, en su mayoría de origen campesino, tenía hábitos alimenticios sencillos que incluían el consumo de “castañas, col, habas, papillas de cereal, poca carne de vacuno, quesos, huevos, aceite y vino” (p. 766). A diferencia de los otros dos grupos sus utensilios estaban compuestos de materiales más diversos, como metales (principalmente el hierro y la plata), vidrio, madera y arcilla. (Lovera, 1988)

La confluencia de estos tres grupos en el continente americano a partir del siglo XV y en lo sucesivo implicó no sólo el intercambio de alimentos, sino de forma más amplia un mestizaje de prácticas y conocimientos culinarios que tuvo lugar “en las cocinas y las mesas, al adoptarse sartenes, ollas, planchas, asadores y otros utensilios de cobre o de hierro, pero también técnicas como la de freír, cocer en horno de superficie, o el uso de cubiertos y otra forma de vajilla para consumir los platillos.” (Vargas, 2000, p. 52)

Fue así como las cocinas de estos tres grupos se nutrieron al incorporar nuevos alimentos, modos de preparación y consumo que se diversificaron y resignificaron derivando en algunos casos en nuevos usos y platos. De allí que la mezcla de alimentos y formas de preparación de los indígenas, españoles y africanos permitió en el continente la conformación de una cocina regional. Este mestizaje en Venezuela dio origen a una “cocina criolla”, que de acuerdo con Popic (2015) se fue configurando geográficamente en lo que hoy corresponde al Estado Lara, en buena medida porque su posición equidistante permitió integrar y extender hacia todo el territorio productos y preparaciones de los diferentes grupos étnicos.

En este sentido, el presente artículo tiene como objetivo hacer una revisión histórica de los aportes gastronómicos de los diversos grupos que han poblado el territorio venezolano desde el siglo XV en adelante y más recientemente, las influencias generadas por las transformaciones socioeconómicas ocurridas a partir del siglo XX. Hechos que en conjunto han dado como resultado un sincretismo de prácticas y representaciones que perviven en la actualidad, hoy amenazadas por la crisis económica que atraviesa el país.

## El Mestizaje Gastronómico en Venezuela

La llegada de los españoles al continente americano a partir del siglo XV representó el inicio de importantes cambios en la dieta de los indígenas, así como en la de los españoles y posteriormente en la de los africanos traídos al continente. Como ya se señaló, la concurrencia de estos tres grupos dio origen a un mestizaje gastronómico que no estuvo exento de resistencia y aceptación, de aversión e incorporación. Así, de acuerdo con Lovera (2003), podría decirse en términos generales que en un primer momento hubo un rechazo recíproco y en un segundo momento el de reproducir por parte de los colonos sus prácticas alimentarias, al tiempo que se daba la integración mutua de alimentos y técnicas, lo que llevó “al nacimiento de un régimen alimentario que denominaremos criollo.” (p. 64), reflejo de un sincretismo que se expresa en una mayor diversidad de ingredientes, colores, texturas, olores y sabores.

Ciertamente, numerosos alimentos de la dieta europea pasaron a formar parte de la de los pobladores de América, entre ellos el trigo, la caña de azúcar, el arroz, el ajonjolí, variedades de frutas cítricas, hortalizas y condimentos. Sin dejar de mencionar la introducción de ciertos animales como “cerdos, vacas, ovejas y gallinas. De ellos el puerco se volvió desde el principio del contacto el rey de la comida mestiza, por su fácil crianza y ser fuente de manteca, ya que en épocas anteriores las fuentes de grasas eran escasas.” (Vargas, 2000, p. 51)

Ahora bien, esta introducción de alimentos provenientes de Europa supuso también la de otras regiones como Asia y África, en tanto que alimentos originarios de estas dos últimas ya formaban parte de aquella. “Pensemos en las cocinas de esos tiempos en Europa y encontraremos productos nativos del Mediterráneo, combinados con las especias de Oriente, algunas técnicas culinarias del norte de África y muchas más.” (Vargas, 2000, p. 49)

No obstante, la incorporación tanto en la dieta venezolana como en la del resto de Latinoamérica de los alimentos de origen europeo, dependería en buena medida del éxito de la aclimatación de animales y cultivos a las condiciones ambientales de la región (Fundación Polar, 1998). Esto se puede ilustrar haciendo mención a un cultivo fundamen-

tal de la dieta europea como era el trigo, que de acuerdo con Lovera (2003), una vez establecidas las ciudades por parte de los colonos fue sembrado en las “zonas frías y aún en las semi-cálidas, que se encuentran a lo largo del arco, que de oeste a este, forman la cordillera andina y sus estribaciones costeras hasta el valle de Caracas.” En un inicio fue tan fructífero el cultivo de este cereal que para el siglo XVI “se obtuvieron abundantes excedentes que convirtieron a las harinas en el renglón principal de comercio entre las nacientes ciudades venezolanas y las principales Antillas y Cartagena de Indias” (p. 66). Lo que no sucedió en las zonas cálidas donde no se aclimató, obligando a los españoles asentados en ellas a conformarse con el consumo de maíz y yuca en la modalidad de arepa y casabe respectivamente. Más adelante,

dentro de las principales ciudades, cuando decayó la producción de trigo-circunstancia que ocurrió a mediados del siglo XVII- se optó por la importación de harina que comenzó a tener verdadero auge a partir del establecimiento, en la primera mitad del siglo XVIII de la Compañía Guipuzcoana, monopolizadora del comercio de ese renglón. No cesó, aun después de extinguida esa sociedad mercantil, de incrementarse dicha importación, a un ritmo análogo al del crecimiento demográfico de los núcleos urbanos. (Lovera, 2003, p. 67)

Esta disminución en la producción de trigo a mediados del siglo XVII, obedeció no sólo a las dificultades de su producción por razones geoclimáticas, sino también por la aparición de un fuerte competidor como fue el cacao, producto que comenzó a tener una gran demanda en Europa (Dorta, 2011). Sin embargo, a finales del siglo XIX y comienzos del XX el cultivo de trigo tuvo un repunte en la zona andina donde logró aclimatarse, específicamente en Mérida (Cartay, 2005), sin dejar de ser un producto de importación.

De manera similar sucedió con los españoles establecidos en tierra americana, quienes progresivamente fueron aceptando y apropiándose de los alimentos y formas de preparación de los grupos nativos, en la medida en que no tenían otra disponibilidad de alimentos (Lovera, 1988). Más aún, esta adopción de alimentos no fue sólo en tierra

americana sino también en la propia Europa, así a partir del siglo XVI muchos alimentos oriundos de América comenzaron a ampliar la dieta ibérica y de manera general la mediterránea, zona en la que por sus características geoclimáticas prosperaron muchos de los cultivos provenientes de América.

Al respecto, Bengoa (2001) señala que las cocinas europeas se nutrieron de variados rubros como la papa, la batata, el maíz, el tomate, el cacao, los frijoles, los pimientos, el ají, la auyama, el girasol, el maní, el merey, la piña y la lechosa, entre otros. “Menos impacto en Europa tuvo la yuca (mandioca), que arraigó sin embargo en África y Extremo Oriente” (s. p.). Todos estos rubros llegaron a formar parte importante de su gastronomía e incluso contribuyeron a paliar sus necesidades en tiempos de hambruna, a falta de otros productos que presentaban mayor dificultad para su cultivo y cosecha. No obstante, esto no se dio de un momento a otro, sino que abarcó varios siglos, de allí que fue bien entrado el siglo XVIII cuando las plantas americanas comenzaron a ocupar un espacio determinante en la cocina europea y de manera especial en la dieta diaria de los pobladores del Mediterráneo (Armelagos, 2003). De hecho,

Sin lo que llegó de México, del Perú, Caribe y otros lugares de América, la base de esta famosa dieta mediterránea seguirían siendo los cereales y las grasas animales, sin más originalidad que la del aceite de oliva, muy poco usado en la Edad Media, y el vino. Pero nadie podría hacer una paella, unos espaguetis boloñeses, una bullabesa, o un verdadero cocido o una chucruta alemana sin patatas, tomates o pimientos. Es decir que si estimamos que la cocina también es cultura, un elevado porcentaje de la cultura europea se debe a la América precolombina. (Domingo, 2003, p. 17)

Como ya fue dicho, este mestizaje gastronómico no estuvo exento de las relaciones de dominación de la sociedad implantada colonial, imponiéndose en muchos casos la dieta española por encima de la de los otros grupos étnicos. Lo que llevó a que se privilegiara en determinados espacios sociales el consumo de trigo en detrimento de la yuca y

el maíz, de allí que alimentos como el casabe fueron despreciados por no calzar dentro de las costumbres de los españoles, al ser considerado insípido y de textura áspera (Lovera, 2003; Atlas de Tradiciones Venezolanas, 1998).

En efecto, como señala Cartay (2005), el trigo fue impuesto en Venezuela por las autoridades coloniales al promover inicialmente su producción sin mucho éxito y más tarde su importación. Esta imposición del trigo permitió más adelante en el siglo XIX la masificación del consumo de pan, en especial en las principales ciudades del país, cuya elaboración artesanal, como señala el autor, estaba a cargo de inmigrantes europeos quienes lo distribuían por medio de una red de pulperías y luego de panaderías. Sin embargo, es necesario aclarar que esta masificación del consumo de trigo no se extendía a todos los estamentos sociales debido a “dos razones: la primera, porque representaba el estatus adquirido por tener estrechos vínculos con Europa y, la segunda, por los precios elevados de la harina de trigo que generalmente era importada” (Dorta, 2011, p. 66), por lo que el pan era un alimento fundamentalmente disponible para los sectores dominantes conformados por los blancos criollos.

Así pues, de acuerdo con Lovera (1988), para 1870 el creciente número de panaderías propiedad de franceses hizo del pan de trigo un alimento de prestigio social, en la medida que se relacionaba con los poderes establecidos de orden político, militar y religioso, vinculándose sus propiedades nutritivas con la civilización, la modernidad y el progreso. De allí que,

Paralelamente al proceso de formación de la sociedad criolla, se originó una oligarquía alimentaria en cuya cúspide se situaba el trigo, seguido por el maíz y en último término por la yuca. Que no obstante la generalización, en el plano cuantitativo, del uso del pan de maíz o del casabe por la sociedad criolla, desde el punto de vista cualitativo, permaneció incólume la referida jerarquía en la mentalidad de esa sociedad. (Lovera, 2003, p. 67)

Ahora bien, Torres (2009) afirma que para el siglo XVIII al núcleo maíz-casabe y a los alimentos cárnicos derivados de la cría de ganado, la caza y la pesca se le sumó un cuarto alimento como fue el plátano. Introducido en las Islas Canarias en el siglo XV y a partir del XVI de forma gradual en América, este cultivo se aclimató bien en las zonas tropicales y subtropicales. “La enorme importancia del plátano era el resultado de que su producción era complementaria a la del café, puesto que esta planta proporcionaba sombra a los cafetales.” (, p. 34)

En la segunda mitad del siglo XIX, siguiendo al autor, el plátano comenzó a sustituir al casabe, afianzándose junto al maíz como dos de los alimentos más importantes en la dieta diaria, asimismo el consumo de carne fue disminuyendo en favor de los granos y el de miel por el de papelón extraído de la caña de azúcar. Planta que también fue introducida desde las Islas Canarias al continente americano a finales del siglo XV y en Venezuela entre los siglos XVI y XVII. Este último fue uno de los alimentos que más rápidamente se adoptó en las cocinas de América Latina, por ser “de fácil uso, capaz de incorporarse a guisos y combinarse armónicamente con los frutos locales, además de ser transformable en caramelo. Su éxito fue casi inmediato.” (Vargas, 2000, p. 52)

De hecho, a finales del siglo XVIII el papelón ya formaba parte esencial de la dieta del venezolano, al punto que Alexander Von Humboldt llegó a hacer referencia al fuerte consumo per cápita de este producto en Venezuela. Fue precisamente esta excesiva ingesta la razón por la cual no llegó alcanzar niveles de excedentes más allá de lo destinado para satisfacer la demanda interna, de allí la dificultad para su exportación en buena parte de ese siglo.

En términos generales, para Torres (2009) la dieta del venezolano hasta el siglo XIX se basaba en muy pocos productos, manteniendo un patrón alimentario que guardaba aún muchas similitudes con el colonial e incluso se podría sostener que continuó así hasta las primeras décadas del siglo XX.

En todo caso, sólo cuatro productos eran responsables de cerca del 90 % de las calorías nutritivas: maíz, carne, plátanos y papelón, lo que mantenía continuidad con las

raciones generales estudiadas desde 1775. Comparativamente esta dieta, que pudo ser característica de los llanos centro-occidentales, revela una mejor adecuación que la de 1873 puesto que en ella figuraba proteína animal. Difiere de ésta en tanto que no estaban presentes los granos.... Lo que llama la atención es la persistencia del binomio carne-maíz característico de la dieta colonial, lo que puede asociarse a la persistencia de las relaciones sociales predominantes en los llanos y, en particular, de relaciones de trabajo que mantenían continuidad con las configuradas en la segunda mitad del siglo XVIII. (p. 32)

En cuanto a la zona andina, Torres (2009) señala que la dieta era un poco más amplia que la llanera, sin embargo, no aportaba los componentes y las calorías necesarias que sí tenía ésta por el maíz y la carne (glúcidos y prótidos). En todo caso, agrega que independientemente de la región, bien haciendas o hatos, la “alimentación como parte de la remuneración era un mecanismo para vincular la mano de obra a las unidades de producción, y esa alimentación reflejaba en su estructura la aportación de la producción de alimentos de la hacienda y de las tenencias cautivas en su interior”. (p. 33)

### **Influencias en la Gastronomía Venezolana en los Siglos XIX y XX**

La inmigración hacia Venezuela en el siglo XIX estuvo conformada por una diversidad de grupos provenientes de Europa, principalmente españoles, italianos, franceses, ingleses y holandeses, junto a una importante presencia de colombianos. “Esos grupos de inmigrantes fueron difundiendo sus usos alimentarios entre la población venezolana, por lo que encontramos en algunas regiones su presencia en muchos de los platos más representativos de su cocina” (Cartay, 2005, p. 5). Para finales del siglo XIX con Guzmán Blanco y su afán de promover la cultura europea en especial la francesa, se introduce como una moda la culinaria de este país, estimulando la contratación de cocineros franceses en las clases altas, así como el consumo de ingredientes, maneras de preparación, platos y recetarios propios de la cocina francesa. (Cartay, 2005)

Como parte de estas influencias, Cartay señala también la importancia de las casas comerciales inglesas, francesas y alemanas establecidas en los puertos más importantes tanto del occidente como del oriente del país, al introducir alimentos, utensilios y cocineros para atender a sus connacionales que atracaban en dichos puertos. Lo que representó la incorporación de nuevas ideas, alimentos, formas de preparación y modos de mesa a la cocina nacional.

Igual importancia tuvo la migración proveniente de las islas antillanas en la segunda mitad del siglo XIX, en tanto que muchos se desempeñaron en las cocinas de las clases altas caraqueñas. Atraídos inicialmente por la explotación aurífera en el sureste de Venezuela y más adelante a comienzos del siglo XX por la explotación petrolera al noroeste, en especial en los Estados Zulia y Falcón (Cartay, 2005; Fundación Polar, 1998).

En efecto, la actividad petrolera de comienzos del siglo XX le permitió al Estado venezolano modernizar su economía, al ampliar progresivamente el gasto público e incrementar la importación de bienes y servicios conjuntamente con las compañías petroleras y el sector privado. Como consecuencia de esta dinámica, para la década de los 50 se registró en el país un importante movimiento migratorio del campo a la ciudad, que se asentó fundamentalmente en las zonas de explotación minera y petrolera (Maza, 1979). Toda esta actividad económica hizo posible un aumento del ingreso per cápita, que a la postre conllevó a un mayor consumo y diversificación de alimentos por parte de la población, que antes de 1950 presentaba un patrón alimentario caracterizado por ser

alto en glúcidos, aportados por alimentos como arepa, ca-raota, yuca, ñame, arroz, frijol, quinchoncho y papelón; pero deficiente en proteínas de origen animal, pues se consumía muy poca carne, salvo en la región de los llanos (...) En esa época sólo se consumían las frutas y hortalizas que se cosechaban. (Landaeta, López, Cifontes y Machado, 2000, p. 240)

A partir de estas transformaciones socioeconómicas, el patrón alimentario del venezolano experimentó cambios, por ejemplo, una disminución en la ingesta de plátano y tubérculos, mientras que “las leguminosas fueron sustituidas por los productos cárnicos a medida que se incrementaba el poder adquisitivo en el hogar”. Asimismo, se modificó el consumo de grasas en tanto que “la manteca vegetal o animal, que predominaba en el régimen alimentario tradicional, [fue] desplazada por el aceite vegetal en un 80%”. En lo que respecta a la ingesta de hortalizas y frutas “exceptuando cambur, tomate y cebolla se [mantuvo] tradicionalmente bajo.” (Landaeta, López, Cifontes y Machado, 2000, p. 242)

Simultáneamente, como señala Cartay (2005), para esa misma década de los 50 se van introduciendo en el país nuevos utensilios, artefactos y electrodomésticos, lo que implicó también importantes reconfiguraciones en la cocina venezolana. Así, el acceso a cocinas de gas, refrigeradores, batidoras, tostadoras, ayudantes de cocina, entre otros, representaron nuevas formas de conservación, combinación, preparación y consumo de los alimentos. Cambios que, como sostiene el autor, fueron asociados a la idea de prestigio al ser vinculados con lo moderno y el estatus en medio de los procesos de urbanización y desarrollo económico que vivía el país. Razón por la cual en muchas familias venezolanas se dejaron de preparar platos tradicionales, desestimados por ser considerados simples o poco sofisticados, lo que hizo que se perdiera parte de la gastronomía tradicional en aproximadamente dos generaciones.

Estas transformaciones no habrían sido posibles de no ser por el surgimiento de las cadenas de distribución y comercialización de alimentos en las principales ciudades del país, como charcuterías, carnicerías, supermercados y restaurantes que socializaron el consumo de determinados ingredientes y menús. Conviene subrayar que, en medio de esta transición alimentaria, también fue determinante “el cambio tecnológico que permitió elaborar la harina precocida de maíz que permitió aumentar el consumo de maíz los años subsiguientes (...) [Sin dejar de mencionar] la fortificación de la harina de maíz y trigo con hierro y vitaminas.” (Landaeta, López, Cifontes y Machado, 2000, p. 267)

A lo largo de este período, especialmente desde finales de la década de los 40, el flujo migratorio europeo hacia Venezuela aumentó impulsado por los efectos de la Guerra Civil Española y la II Guerra Mundial. Al punto que, de acuerdo con Cartay (2005), el principal grupo de inmigrantes conformado hasta la fecha por colombianos, fue desplazado por personas provenientes del viejo continente, en especial, españoles, italianos y portugueses, llegando a la cifra aproximada de 800 mil.

Luego la inmigración se estancó en una cifra anual promedio de 13.000 personas, hasta que a principios de la década de 1970, con el incremento de los precios del petróleo, volvió a crecer la inmigración, a un ritmo mayor que el experimentado en la década de 1950. Esta segunda oleada inmigratoria del siglo XX fue diferente a la primera: esta vez la inmigración procedente de los países sudamericanos superó a la europea y además ingresó de manera ilegal. No se trataba solamente de la inmigración colombiana, importante desde el siglo XIX por su condición de país fronterizo.... A ella se agregaron, primero, los argentinos, chilenos y uruguayos, expulsados por las dictaduras militares que gobernaron de manera cruel esos países y, luego, los inmigrantes peruanos, ecuatorianos y dominicanos, en procura de empleo y mejores condiciones de vida. (Cartay, 2005, s.p)

Como se desprende de lo anterior, estos procesos migratorios de las décadas del 50 y 70 estuvieron relacionados con los eventos políticos ocurridos en los países de origen, como fueron los conflictos bélicos en Europa y las dictaduras militares en Suramérica. A lo que se suman las expectativas generadas por la explotación petrolera, que prometía grandes oportunidades en un país que daba importantes pasos hacia la modernización.

Es precisamente en la década de los 70, como señala Cartay (2005), que con el boom petrolero arribaron nuevamente al país chefs en su mayoría de Francia y en menor medida de Italia, quienes le dieron a la gastronomía nacional aires más cosmopolitas, sobre todo en las

grandes ciudades a nivel de los estratos medios y altos. Posteriormente, en los años 80, 90 y en la primera década del siglo XXI los inmigrantes árabes y asiáticos, conjuntamente con la proliferación de restaurantes y franquicias de comida rápida principalmente de origen estadounidense, contribuyeron ampliar mucho más las opciones gastronómicas del comensal venezolano.

No obstante, a pesar de las múltiples influencias provenientes de los distintos grupos de inmigrantes establecidos en el país y de los cambios socioeconómicos generados en el siglo pasado, la dieta del venezolano posee una homogeneidad indistintamente “del sector, la región o el estrato social [compuesta básicamente por] la harina de maíz precocida, aceite vegetal, arroz, plátanos, caraotas negras, pasta seca, pan de trigo, carne de res, carne de aves, huevos, leche en polvo y sardina.” (Landae-ta, López, Cifontes y Machado, 2000, p. 244)

## **Consideraciones Finales**

Como bien es sabido, los patrones alimentarios en Latinoamérica han sido el resultado de la mezcla de la cultura indígena, europea y africana a lo largo de los siglos XVI, XVII y XVIII. Para el caso venezolano, a lo largo del siglo XIX fueron pocos los inmigrantes provenientes de Europa y más de la región, principalmente de Colombia, esquema que se mantuvo en el siglo XX a excepción de los años 50, periodo en el que el grupo más numeroso era de origen europeo, particularmente de España, Italia y Portugal, mientras que en los 70 volvía a ser de la misma región, pero esta vez mayoritariamente del Cono Sur. Sin dejar de mencionar en menor cantidad los procedentes del Medio Oriente (sirios y libaneses) y Asia (chinos y japoneses) (Cartay, 2005).

Ahora bien, junto a las influencias de las migraciones externas, se deben considerar de igual importancia las internas que se dieron en el país a partir de la década de los 50 como consecuencia de la actividad petrolera, tomando en cuenta que antes de esa década la mayor parte de la población se encontraba en las zonas rurales y posterior a ella la distribución poblacional se inclinó en favor de las urbanas. Estas migraciones vinieron acompañadas de significativas transformaciones de los indicadores sociales que se expresaron en un progresivo aumento del

ingreso per cápita y del nivel educativo, así como de variables económicas como la industrialización de la producción y procesamiento de los alimentos, la incorporación cada vez más creciente de la población en el sector secundario y terciario de la economía, sobre todo la participación de la mujer en el mercado laboral, entre otros.

Como resultado de estos cambios, el patrón alimentario tradicional del venezolano se fue acercando más al patrón de las sociedades industrializadas en cuanto a un aumento calórico de las comidas, lo que se tradujo en un incremento del consumo de proteínas de origen animal, una mayor ingesta diaria de grasas, carbohidratos, azúcares y alimentos procesados. No obstante, en lo que va de la segunda década del presente siglo, la crisis económica que atraviesa el país ha significado un importante retroceso que amenaza el patrón alimentario del venezolano.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Armelagos, G. (2003). Cultura y contacto: el choque de dos cocinas mundiales. En J. Long (Comp.), *Conquista y comida. Consecuencias del encuentro de dos mundos* (pp. 104-129). México: UNAM.

Atlas de Tradiciones Venezolanas. (1998). Fundación Bigott, Diario El Nacional.

Bengoa, J. (2001). La contribución de América Latina en la Alimentación y Nutrición mundial. *Anales Venezolanos de Nutrición* [Revista en línea], 14(2). Disponible: [http://www.scielo.org.ve/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0798-07522001000200008](http://www.scielo.org.ve/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0798-07522001000200008) [Consultado: 2014, Julio 20]

Cartay, R. (2005). Aportes de los inmigrantes a la conformación del régimen alimentario venezolano en el siglo XX. *Agroalimentaria*, 20 (10), 43-55.

Domingo, X. (2003). La cocina precolombina en España. En J. Long (Comp.), *Conquista y comida. Consecuencias del encuentro de dos mundos* (pp. 17-35). México: UNAM.

Dorta, M. (2011). La alimentación en el periodo finisecular del Antiguo Régimen en la Provincia de Venezuela. *Anuario de Estudios Bolivarianos*, (18), 53-81.

Fuentes, C. y Hernández, D. (1993). *Fogones y cocinas tradicionales de Venezuela*. Venezuela: Cavendes.

Fundación Polar. (1998). Alimentación. Historia de Venezuela para nosotros. Venezuela: Fundación Polar.

Landaeta, M., López, M., Cifontes, Y., Machado, V. (2000). En torno al desarrollo de la alimentación y la nutrición en Venezuela. 1940-2000. En H. Bourges, J. Bengoa, A. O'Donnell (Coord.) Historia de la nutrición en América Latina. (pp. 47.56). Caracas: SLAN.

Long, J. (2003). Introducción. Conquista y comida. Consecuencias del encuentro de dos mundos. En J. Long (Coord.). México: UNAM.

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

\_\_\_\_\_ (2003). Intercambio y transformaciones alimentarias en Venezuela colonial: diversidad de panes y de gente. En J. Long (Coord.), *Conquista y comida. Consecuencias del encuentro de dos mundos* (pp. 57-69). México: UNAM.

Maza, D. (1979). Historia de medio siglo en Venezuela: 1926-1975. En P. González (Coord), *América Latina: Historia de medio siglo. América del sur*. Volumen 1 (pp. 458-551). México: Siglo XXI.

Popic, M. (2015). *Comer en Venezuela: del cazavi a la espuma de yuca: una historia de la comida para tratar de entender por qué comemos lo que comemos*. Caracas: Miro Popić Editor.

Sanoja, M. y Vargas, I. (2002). Visión histórica de la gastronomía y la culinaria en Venezuela. *Boletín Antropológico*, 20(56), 753-774.

Torres, J. (2009). Alimentación en Venezuela: Una revisión histórica. *Revista Heurística* [Revista en línea], 11. Disponible: <http://www.saber.ula.ve/handle/123456789/30645> [Consulta: 2014, noviembre 4]

Vargas, L. (2000). El mestizaje de la alimentación en América Latina. En H. Bourges, J. Bengoa, A. O'Donnell (Coord.) *Historia de la nutrición en América Latina*. Caracas: SLAN.