Revista de Gastronomía y Cocina 5 (2026) 050203
Web: academiaculinaria.org

REVISTA de GASTRONOMÍA y COCINA

Artículo

Estandarización de la receta, valoración nutricional y significado gastronómico de la Pisca, platillo típico de los Andes venezolanos

Recipe standardization, nutritional analysis, and culinary significance of Pisca, a traditional dish from the Venezuelan Andes

Jesús Enrique Ekmeiro-Salvador [1*], Ana Mercedes Reyes-Avila [2], Robinson Miguel Pérez-Aguilar [3], Rafael Moreno-Rojas [4], José Manuel Colmenares-Belandria [5]

[1] Departamento de Posgrado, Máster de Ciencia de los Alimentos. Universidad de Oriente. Puerto La Cruz, Anzoátegui, Venezuela.
[2] Dirección de Experiencias, Aromía Escuela de Cocina y Obrador. Caracas, D.C., Venezuela
[3] Departamento de Teoría e Historia, Universidad de Los Andes. Mérida, Estado Mérida, Venezuela
[4] Departamento de Bromatología y Tecnología de los Alimentos. Universidad de Córdoba. Córdoba, España
[5] Fundapatrimonio Alimentario y Gastronómico. Bogotá, D.C., Colombia

Resumen

Un símbolo gastronómico identitario de los andinos venezolanos es la pisca, una sopa caliente que, acompañada de café y arepas de trigo, constituye un desayuno emblemático de la región. Aunque es un plato vivo, accesible en hogares y locales comerciales, presenta múltiples formas de preparación, lo que dificulta su estudio y promoción. De igual modo, se sabe muy poco sobre su origen histórico, su valor nutricional y sus usos y significados. Por ello, esta investigación sistematizó, a partir de 263 recetas de pisca recolectadas en el estado de Mérida, los ingredientes y las metodologías de elaboración del platillo, y determinó, además, su aporte de energía y nutrientes. También, mediante la técnica de grupo focal y con panelistas expertos, se obtuvo un análisis del discurso que articuló la preparación de la pisca como un legado intergeneracional que conecta el cuidado emocional con la resistencia cultural frente a la modernidad.

Palabras clave: pisca, sopa, Andes, valor nutricional, cultura culinaria.

Abstract

Pisca, a hot soup, is a culinary symbol that defines the identity of the Venezuelan Andean people. Served with coffee and wheat arepas, it makes up an iconic breakfast in the region. Although it is a living dish, widely available in homes and restaurants, it is prepared in various ways, making it challenging to study and promote. Similarly, very little is known about its historical origins, nutritional value, and cultural significance. Therefore, this research systematized 263 Pisca recipes collected in Mérida state. The study examined the ingredients and methods used to prepare the dish and determined its energy and nutrient content. Additionally, through focus group discussions with technical panelists, the study conducted a discourse analysis that framed the preparation of Pisca as an intergenerational legacy, linking emotional care and cultural resilience in the face of modernity.

Keywords: pisca, soup, Andes, nutritional value, culinary culture.

* Correspondencia: nutridietsalvador@gmail.com

Recibido: 31 de julio, 2026. Reenviado: 15 de septiembre, 2026. Aceptado: 03 de octubre, 2026. Publicado en línea: 26 de octubre, 2026. DOI https://doi.org/10.70221/rgc.v5i2.159

ISSN 2593-6480. © 2026, los autores. Publicado por Le-Fort.org y la Asociación de Chefs del Ecuador.

Documento de acceso abierto bajo la licencia internacional Creative Commons Atribución 4.0.



Introducción

La pisca es una elaboración emblemática venezolana: desayuno tradicional de la región andina, ubicada al suroeste del país y compuesta por los estados de Trujillo, Táchira y Mérida. Su terreno montañoso y accidentado permitió a la región desarrollar rasgos culturales bien diferenciados, con formas de vida, dialecto y tradiciones culinarias muy propias y distintivas, configuradas en gran medida por el intenso intercambio comercial y comunicacional con la cercana Colombia, históricamente más accesible que el resto de Venezuela (Murillo, 2023).

Esta elaboración es una sopa de sencilla preparación, elaborada con elementos básicos y tradicionales del agroecosistema andino, cuya historia parece perderse en el tiempo. Se vincula a ese mestizaje entre pobladores originarios y conquistadores europeos, que aportaron ingredientes locales y foráneos; para idear una propuesta reparadora, adaptada a las necesidades de los trabajadores del campo, sometidos a amplias y duras jornadas, expuestos a un clima inclemente, caracterizado por el frío, fuertes vientos, lluvia frecuente y en muchos casos nevadas, distintivas de las altas montañas. En las zonas más frías de la sierra, los lugareños creen que empezar el día con una sopa para calentar el cuerpo es la mejor manera de continuar con las tareas diarias (Beisser 2015, Vergara 2018).

Aunque generalmente se disfruta como plato de desayuno, puede servirse a cualquier hora del día y acompañarse con las tradicionales arepas andinas, elaboradas con harina de trigo (García 2025). Se consume en hogares, instituciones y se puede adquirir en el mercado regularmente. Es un interesante ejemplo local de domesticación dentro de la hegemónica globalización alimentaria, donde sobrevive la tradición frente a la homologación de hábitos de consumo a nivel planetario (Bertrán 2017, Ekmeiro-Salvador y Rivas 2024).

Sin embargo, la pisca puede prepararse de varias formas, según la usanza de cada familia. Esta diferencia también se refleja en los libros de cocina venezolana, recetarios institucionales y diferentes blogs de cocineros profesionales (Peña 1997, Brito 2010), así como en la industria de la restauración colectiva, donde, dependiendo del establecimiento, algunos ingredientes o las proporciones de estos frecuentemente varían.

Estas diferencias no solo han generado polémica y confusión colectiva a propósito de la receta "genuina" de la elaboración, sino que además, en muchos casos han ocasionado inconformidad en los comensales, al no encontrar servido el producto que esperaban consumir; por tal motivo, en esta investigación nos hemos planteado estandarizar su forma de elaboración, así como caracterizar su valor nutricional y sistematizar su contexto histórico-cultural, para aportar información unificada al respecto de este importante platillo venezolano. Tal información resultaría muy útil y valorada en planificación de la alimentación colectiva, dietoterapia, educación nutricional y turismo; pero la estandarización también es particularmente importante para alcanzar una eventual protección por indicación geográfica o denominación de origen, vital para

garantizar que la pisca, y todos sus ingredientes, no pierdan sus cualidades únicas vinculadas al particular lugar de origen, protegiendo así a los productores locales contra fraudes e imitaciones, y preservando las tradiciones culturales y recetas ancestrales de la región (Mincomercio 2021).

Patrimonialización culinaria y saberes locales

La pisca andina es mucho más que una sopa; es una tradición culinaria de los Andes venezolanos (María 2025); en la cual entran caldo de ave o simplemente agua, papas, leche de vaca y huevos escaldados, constituyendo su ingrediente final el cilantro, que le da su aroma característico (Lovera 2007). A través de la selección de sus ingredientes, los tiempos de preparación y el consumo compartido de la pisca, las comunidades andinas han reafirmado a lo largo del tiempo su pertenencia territorial y cultural frente a los procesos de homogeneización global.

La alimentación actúa como un marcador identitario primordial, y la cocina tradicional funciona como un espacio de resistencia cultural; preparar platos autóctonos con insumos locales representa una respuesta activa ante la transculturación alimentaria y la imposición de patrones de consumo industrializados (Altieri 2011). Las preguntas orientadas a mapear sus ingredientes tradicionales y las ocasiones de consumo, permiten perfilar los elementos materiales e inmateriales que configuran esta identidad alimentaria colectiva; las decisiones de consumo consolidan las fronteras identitarias de los diferentes grupos humanos, en su espacio social alimentario (Poulain 2019).

El patrimonio cultural inmaterial, según la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO 2003, 2024), abarca los usos, representaciones, conocimientos y técnicas que las comunidades reconocen como parte integrante de su identidad, transmitiéndose de generación en generación para infundir un sentimiento de continuidad histórica. En el ámbito alimentario, este concepto trasciende la simple preparación de un plato para centrarse en los saberes colectivos, los rituales cotidianos y el arraigo social que rodean la cocina.

Bajo esta perspectiva, la pisca califica plenamente como exponente de este patrimonio en los Andes venezolanos; más allá de ser un caldo reconstituyente, representa un complejo entramado sociocultural. Su elaboración y consumo conectan los ciclos de la agricultura local, las técnicas culinarias heredadas en el núcleo familiar y la práctica comunitaria del desayuno andino como un ritual de resistencia frente al frío del páramo, convirtiéndola en un símbolo vivo de la memoria colectiva de la región. En ese contexto, la pisca deja de ser un simple plato de consumo cotidiano para convertirse en un emblema patrimonial.

La patrimonialización culinaria no es un proceso neutral, sino una construcción social y política mediante la cual ciertos saberes, prácticas y productos adquieren un valor cultural excepcional. La conversión de la comida en patrimonio no es un reflejo "natural" de la tradición, sino un proceso selectivo, asimétrico y cargado de intenciones institucionales o de mercado, construcciones discursivas y diplomáticas diseñadas incluso para posicionar marcas país (Matta 2015, Amaya 2022).

Globalización alimentaria y cocinas locales: el caso de la pisca andina

Entendida como la homogenización de los patrones de consumo, la industrialización de la cadena de suministro y la transnacionalización de los ingredientes (Contreras 2019), la globalización alimentaria genera una tensión constante con las cocinas tradicionales. Por un lado, amenaza con desplazar las prácticas culinarias locales mediante la imposición de la comida rápida y los productos ultraprocesados. Por otro lado, activa procesos de resistencia cultural donde los platos típicos se revalorizan como símbolos de identidad y arraigo (Ekmeiro y Rivas 2023).

La industrialización contemporánea deslocaliza los alimentos, generando una enorme tensión sobre las identidades locales, al romper los vínculos que unían la gastronomía con un territorio específico (Contreras y García 2005). Hoy vemos como ese desayuno tradicional de pisca, arepa de trigo y café, tiene que competir directamente con productos ultraprocesados de consumo masivo global (como cereales azucarados de caja, panificación industrializada, jugos envasados, barras de granola, fiambres, margarinas comerciales), en una lucha asimétrica, pues la comida tradicional no cuenta con costosas campañas de publicidad global ni políticas que la respalden. Esto desplaza el consumo de alimentos frescos y locales hacia opciones rápidas y estandarizadas. La vida urbana acelerada, impulsada por ritmos globales de trabajo, prioriza la conveniencia sobre la tradición, relegando platos complejos a los fines de semana o al ámbito rural (Meza Miranda *et al* 2026).

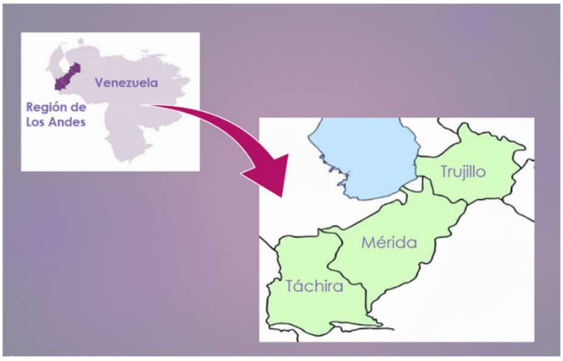
Curiosamente, la misma globalización genera un efecto de contrarrespuesta, bajo las premisas del turismo gastronómico, o las del movimiento slow food, la pisca encuadra como un atractivo de identidad cultural, un símbolo de autenticidad frente a la comida rápida global. Esta sopa se ha transformado en un emblema de la hospitalidad andina y en un recurso identitario para restaurantes y chefs, quienes la utilizan para posicionar la cocina tradicional como medio de subsistencia, convirtiéndola en un producto cultural de consumo turístico regional. De igual forma, e irónicamente, los procesos migratorios globales han dispersado la receta más allá de las fronteras venezolanas. Cocineros migrantes replican la pisca andina en nuevos países, adaptándola con ingredientes locales (como nuevas variedades de papa), pero conservando el sentido de pertenencia y la memoria colectiva, lo que demuestra que la globalización también puede descentralizar y difundir la cocina tradicional.

La pervivencia de platos como la pisca, en los Andes venezolanos, demuestra que la globalización no borra por completo las tradiciones, sino que obliga a las comunidades a redefinir sus sabores locales entre la nostalgia, la adaptación y la defensa de su patrimonio alimentario.

Métodos

Se trata de un estudio descriptivo, transversal y semicuantitativo realizado en el Estado de Mérida (8°31′00″N 71°16′00″O), ubicado en la zona central de los Andes venezolanos (Figura 1). Para el levantamiento de la información, se aplicaron encuestas mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia en 15 localidades de todo el territorio estadal, procurando equilibrar la intervención de campo entre los sectores urbano y rural del interior del Estado y privilegiando a las poblaciones de altura, donde la elaboración y el uso de la pisca han sido históricamente más tradicionales. Sin embargo, el factor más determinante en la selección de las localidades fue la disponibilidad de combustible para los vehículos, irregular y en ocasiones muy crítica en muchas zonas del Estado para la época de estudio, período comprendido entre el 03 de marzo y 22 de octubre de 2025.

Figura 1. Zona de estudio: ubicación geográfica del Estado de Mérida.



Fuente: elaboración propia.

Se contactaron, para la recopilación de datos relativos a la receta, personas que, en cada localidad, manifestaban continuar en sus hogares la tradición familiar de elaborar Pisca de manera regular, así como cocineros que, de manera comercial, ofrecían el platillo en establecimientos de restauración. Como criterio de inclusión, todos los participantes, ya fueran cocineros domésticos o

profesionales, debían ser nativos y residentes de larga data de esta zona andina.

Estos fueron abordados a través de una encuesta cumplimentada mediante entrevista personal o por medios telemáticos, ya que estaba diseñada para ser autocompletada. La estructura de la encuesta corresponde al modelo desarrollado y validado por la Universidad de Oriente, estructurado en tres partes: a) Identificación (datos generales y ubicación del entrevistado); b) Descripción de la receta (ingredientes, cantidades y medidas prácticas, secuencia detallada de la forma de preparación, volumen de elaboración y servicio); y c) Presentación (denominación y uso del plato, acompañantes, significado y origen de la receta). En total, incluía unas diez preguntas sobre el platillo estudiado. El formato de la encuesta era un fichero de MS Excel, aunque en algunos casos se utilizó el formato impreso.

Para sistematizar la elaboración se utilizó el programa Nutriplato v365, el cual estandarizó los platos en función a la moda estadística obtenida del gramaje reportado para cada ingrediente, y luego estimar el valor nutricional de la elaboración basado en los datos combinados de las Tablas de Composición de Alimentos venezolana (INN 2015) y Latinoamericana (FAO/LATINFOODS 2024). Estos aportes fueron posteriormente contrastados con los Valores de Referencia de Energía y Nutrientes (INN 2018) para la población venezolana, lo que permitió visualizar la magnitud e importancia del aporte nutricional que implicaba el consumo de la elaboración estudiada.

El origen y el significado de la receta se abordaron mediante la técnica del Focal Group (FG), para obtener información cualitativa sobre opiniones, actitudes, percepciones y datos históricos que el colectivo podría manejar sobre la Pisca. Se convocaron dos paneles o grupos de expertos que trabajaron de forma independiente, uno conformado por profesionales del área de alimentos (nutricionistas y gastrónomos, profesores de la Universidad de Los Andes y de la Universidad Nacional del Turismo, respectivamente) y otro por adultas mayores andinas (Proyecto Socio Comunitario "Abuelitas Lindas" de la Cátedra de La Paz de Universidad de Los Andes). Para cada grupo se programó una sesión independiente, consistente en un debate guiado por una lista de preguntas previamente diseñada. Las discusiones fueron grabadas, tras el consentimiento informado de todas las personas participantes, para posteriormente transcribir el contenido del corpus y analizarlo con el programa Voyant Tools. Este, permitió observar patrones objetivos en el uso del lenguaje de los participantes, que sirvieron de base o marco para un análisis del discurso desde la perspectiva crítica (ADC), propuesta por Fairclough (1995), la cual permite identificar patrones semánticos, narrativas emocionales y representaciones sociales.

Esta aproximación cualitativa para analizar el discurso, se desarrolló en tres dimensiones. La primera es el *Texto,* dimensión que se enfoca en el análisis lingüístico del discurso. Luego observamos la *Práctica discursiva,* que examina los procesos de producción (quiénes hablan y cómo sus perspectivas reflejan valores sociales), de distribución (dónde circula espacialmente el discurso) y de recepción del discurso (cómo es, entre los proferentes del discurso, la internalización simbólica identitaria del objeto o tópico de referencia). Y finalmente, está la dimensión de la práctica social, que conecta el discurso con estructuras sociales más amplias, como el género y la economía, entre otras. Decantarnos por este marco nos permitió integrar lo micro y lo macro, al conectar discursos individuales (los testimonios personales) con estructuras sociales más amplias. También nos brindó la posibilidad de realizar una crítica ideológica al revelar cómo el discurso analizado refuerza o cuestiona las jerarquías de género, clase y cultura.

Finalmente, para contextualizar los datos arrojados por los FG, se realizó un análisis documental persiguiendo las raíces de la receta. Con técnicas heurística se abordaron tanto el Archivo General del Estado como el

Archivo Arquidiocesano de Mérida, bibliotecas institucionales por su hemerografía alimentaria y gastronómica de la región, así como una amplia revisión documental en línea sobre diferentes bancos y repositorios digitales.

Se construyó una base de datos para el manejo informático con el programa Microsoft Excel® XLSTAT versión 2021, utilizado también para graficar los resultados.

Resultados

Para obtener información sobre las formas de preparar la receta, se logró encuestar a 263 personas, como se aprecia en la Figura 2, desagregadas por localidades. De igual modo, para obtener la información relativa a la historia y los usos de la elaboración mediante los FG, se logró convocar a 11 profesionales para conformar el panel de expertos en el área de alimentos y a 19 mujeres adultas mayores para el panel de "abuelitas" de la comunidad, ambos en Mérida capital, cuyas características sociodemográficas se desglosan en la Tabla 1.

Tabla 1. Datos sociodemográficos de los participantes.

Variable y Categorías	*FG1*		*FG2*	
	Frecuencia (n)	Porcentaje (%)	Frecuencia (n)	Porcentaje (%)
Género				
Mujeres	11	100	19	100
Hombres	0	0	0	0
Edad (años)				
40 - 49	8	72,72	0	0
50 - 59	3	27,27	0	0
60 - 69	0	0	2	10,52
70 - 79	0	0	11	57,89
+ 80	0	0	6	31,57
Nivel Educativo máximo				
Primaria	0	0	11	57,89
Secundaria	0	0	6	31,57
Técnico Superior	0	0	1	5,26
Universitario	0	0	1	5,26
Posgrado (Especialización/Maestría/Doctorado)	11	100	0	0
Residencia en la zona (años)				
20 - 30	5	45,45	0	0
31 - 40	4	36,36	0	0
40 - 50	2	18,18	5	26,31
+50	0	0	14	73,68

Fuente: elaboración propia (2026).

FG1: panel de expertos en el área de alimentos. FG2: panel de adultas mayores.

Denominación y origen de la receta

Con respecto a la ortografía del nombre de la elaboración, existe discrepancia, que se observa en la bibliografía consultada, así como en la opinión de las personas encuestadas. El 68,06% (n=179) de la muestra utiliza el nombre escrito con "s", Pisca, mientras que el 31,93% restante (n=84) lo reconoce como Pizca. De igual modo, el 48,28% (n=127) de las personas denotan el producto como Pisca "Andina", lo cual resulta relevante, pues no es habitual que en su propia región se utilice el topónimo en el nombre de un platillo. Con respecto al origen de la receta, el 92,39% (n=243) de los encuestados aseveraron haber aprendido su elaboración en su núcleo familiar, directamente de sus abuelas o en el hogar materno; un 4,56%

(n=12) afirmaron haberla aprendido en algún curso de cocina; y el 3,04% restante (n=8) a través de otras personas locales al asentarse en Mérida.

A pesar de la exhaustiva y rigurosa investigación emprendida en las principales fuentes documentales históricas merideñas, incluyendo una minuciosa revisión tanto en el Archivo General del Estado como en el Archivo Arquidiocesano, no fue posible encontrar ningún registro, libro manuscrito, recetario antiguo, menú institucional, publicidad de servicios de restauración ni otra fuente primaria que ofreciera una orientación directa sobre el período histórico en el que comenzó a denominarse el platillo "Pisca" de esa forma. Tampoco se encontraron referencias sobre la evolución de su conformación a lo largo del tiempo ni alguna disertación sobre su origen más preciso. La ausencia de estos documentos originales sugiere que el nombre y la receta pudieron haberse consolidado mediante la tradición oral y popular, lo que dificulta la datación precisa de su origen onomástico en los acervos históricos formales.

Las 263 recetas estudiadas reportaron, en general, hasta 21 ingredientes diferentes para la elaboración de la pisca, pero solo 9 de ellos alcanzaron significancia estadística como los más habituales en la elaboración del platillo: leche, mantequilla, huevo de gallina, queso blanco, papa (*Solanum tuberosum*), cilantro (*Coriandrum sativum*), cebollín (*Allium schoenoprasum*), agua y sal común de mesa. La mayor parte de ellos son productos locales, cuyo uso podría estar asociado a los animales tradicionalmente criados por las familias campesinas de la región (gallinas que aportan huevos, bovinos que aportan leche y sus derivados, como la mantequilla y el queso) y, en el caso de los ingredientes vegetales típicos andinos, a las temporadas de cosecha.

Ingredientes y porciones

De igual forma, la sistematización permitió identificar el uso, aunque no significativo desde el punto de vista estadístico, de hasta otros 12 ingredientes en la confección de la receta: zanahoria, apio, ajo, perejil, cebolla, pimienta, galletas de soda, pan, margarina y/o aceite para sustituir la mantequilla, crema de leche, y los concentrados de caldo de pollo. Especialmente el ajo (*Allium sativum*) y la cebolla (*Allium cepa*) aparecen como elementos de uso amplio, probablemente influenciados por su disponibilidad en la zona, gran productora de estos rubros agrícolas.

Figura 2. Muestreo: ubicación geográfica y número de encuestas recolectadas por localidad.



Fuente: elaboración propia (2026).

No se encontró un criterio definido al respecto del tipo de queso utilizado; el más común fue el queso blanco en el 50,19% (n= 132) de las preparaciones, seguido por el queso ahumado en el 42,20% (n=111), y el queso tipo mozzarella con 7,60%(n=20). Los entrevistados no definieron, en el caso de sustituir la mantequilla por aceite, la necesidad de un determinado tipo de aceite para la preparación de la pisca, pero mencionaron principalmente el aceite de soja 47,52% (n=125) y el aceite vegetal 37,64%(n=99), como los más empleados.

La mediana de la porción de servicio fue de 295 gramos, que incluye exclusivamente la sopa elaborada, sin contemplar las guarniciones con las que tradicionalmente puede ser servida.

Preparación

Aunque se trata de una preparación sencilla, la totalidad de los encuestados consideró fundamental el orden específico de incorporación de los ingredientes en la elaboración

de la pisca. Parte de unas operaciones preliminares en las que se lavan y cortan finamente el cebollín y el cilantro, así como las papas y el queso en cubos medianos. En una olla se derrite la mantequilla a fuego medio para saltear el cebollín, las papas y los tallos de cilantro, evitando que las papas se doren. Luego se agregan la leche y la sal, y se tapa la olla para que se cocine todo durante unos 10 minutos. Posteriormente, se agregan los cubos de queso y se apaga la estufa. Para servir, se coloca un huevo pochado en cada plato (preparado en paralelo a la cocción de la sopa); luego se agrega la sopa y, finalmente, se adorna con hojas de cilantro.

Los entrevistados no coincidieron respecto del manejo de los huevos, ya que hasta un 32,69% (n=86) no los pocha previamente, sino que los agrega directamente a la sopa durante la cocción. Generalmente, toda la elaboración se hace al momento de consumirla, en lugar de prepararla con anticipación y conservarla refrigerada.

Tipo de plato y acompañantes

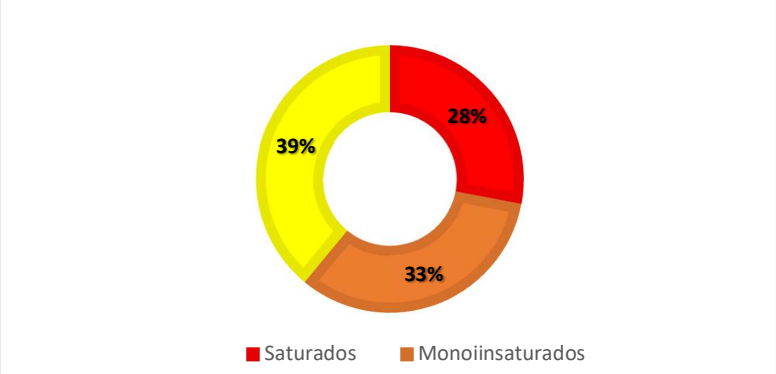
La pisca es utilizada por la totalidad de los encuestados como plato principal del desayuno, tanto en hogares como en servicios de restauración. Excepcionalmente, puede consumirse como cena y, en raras ocasiones, como almuerzo. Los participantes, en su totalidad, indicaron que suelen servirla con guarniciones; la más común es la arepa, con 67,30% (n=177), seguida de las galletas de soda, con 17,87% (n=47), el pan blanco, con 13,30% (n=35), y el aguacate, con 1,52% (n=4).

Aunque existe anuencia al respecto de la arepa como principal acompañante de la elaboración, los consultados señalaron a la arepa de trigo como la más utilizada en un 61,01% (n=108), por encima de la arepa de maíz con 26,23% (n=69). De igual modo, todas las encuestas señalaron al café como el otro elemento estructural fundamental de esta propuesta de desayuno.

Valor nutritivo

La tabla 2 expone el aporte de macro y micronutrientes obtenido para la Pisca, presentando tanto el valor nutritivo para la porción habitual o ración de servicio frecuente, que permite apreciar el aporte nutricional real del plato en la dieta, como para una porción técnica de 100 g, que permite comparar la densidad nutricional objetiva con la de otros alimentos. De igual modo, el Gráfico 1 muestra la proporción de los diferentes ácidos grasos presentes en la elaboración estudiada.

Gráfico 1. Composición porcentual de ácidos grasos.



Fuente: elaboración propia (2026).

Tabla 2. Valor nutricional de la Pisca

Nutriente	Porción	Ración
	100 g	295 g
Energía (Kcal)	117	345,15
Proteínas (g)	6,0	17,7
Lípidos (g)	6,3	18,58
Carbohidratos (g)	9,9	29,20
Alcohol (g)	0,0	0,0
Fibra (g)	0,8	2,36
Ca (mg)	157,9	465,80
Mg (mg)	46,0	135,7
P (mg)	120	354
Na (mg)	778	2295,1
K (mg)	368	1085,6
Fe (mg)	2,55	7,52
Cu (mg)	0,09	0,26
Zn (mg)	0,86	2,53
Mn (mg)	0,27	0,79
I (ug)	10	29,5
Se (mg)	5	14,75
Tiamina (mg)	0,10	0,29
Riboflavina (mg)	0,21	0,61
Niacina (mg EN)	1,59	4,69
Pantoténico (mg)	0,26	0,76
Vit B6 (mg)	0,15	0,44
Biotina (ug)	1,11	3,27
Ac Fólico (ug)	29,51	87,05
Vit B12 (ug)	0,32	0,94
Ac Ascórbico (mg)	29,96	88,38
Vit A (ug ER)	329	970,55
Vit D (ug)	0,2	0,59
Vit E (mg a-TE)	0,3	0,88
Ac grasos saturados (g)	3,64	10,73
Ac grasos monoinsaturados (g)	1,93	5,69
Ac grasos poliinsaturados (g)	0,49	1,44
Colesterol (mg)	21	61,95

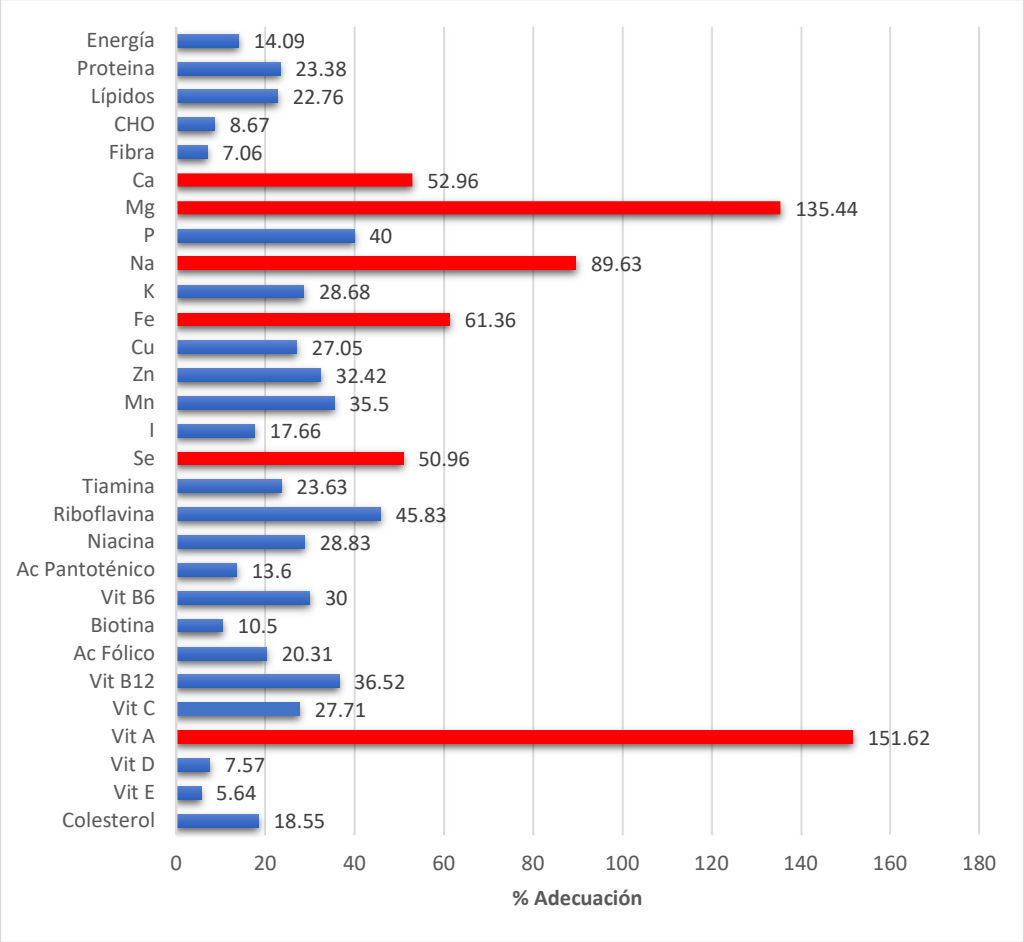
Fuente: elaboración propia (2026).

Alcance sobre los valores de referencia ponderados de energía y nutrientes

En la Gráfica 2 se muestra cómo, como desayuno, la Pisca constituye una preparación de alta densidad energética y nutricional. Destaca su aporte proteico, de alto valor biológico, así como el de hierro que es básicamente hemínico, debido a sus ingredientes fuentes de origen animal, como queso, leche, mantequilla, y sobre todo los huevos. Los mismos también aportan cantidades

extraordinarias de selenio, calcio y vitamina A, así como de riboflavina y cobalamina. Su contenido de lípidos también en importante, con un contenido de ácidos grasos muy interesante dada su presencia de poliinsaturados, pero a la vez también aporta colesterol. Las papas, como ingrediente, aportan energía en forma de carbohidratos, pero, sobre todo, magnesio en esta elaboración. También, las papas junto al cilantro y el cebollín, logran una oferta importante de ácido ascórbico. La Pisca también es alta en sodio, aporte que puede ajustarse en función a un uso más ponderado de la sal en su preparación.

Gráfico 2. Cobertura porcentual de los valores de referencia de energía y nutrientes para la población venezolana, de una porción de Pisca.



Fuente: elaboración propia (2026).

Significados de la elaboración

El análisis del discurso desde las perspectivas semiótica e interpretativa permitió observar que los dos grupos estudiados presentan resultados similares. Este se complementó con un análisis numérico, herramienta adicional que permitió corroborar y describir con más detalle los elementos estudiados. Para ello se seleccionó el corpus obtenido en el FG del Hotel Escuela, ya que resultó el más grande y denso para reflejar números, que permitieran complementar o corroborar relaciones entre variables consideradas.

Para este análisis, partimos de contabilizar y categorizar las menciones explícitas e im-

plícitas de términos clave, siendo estas últimas organizadas por temas que nos permitan una visualización más accesible. Tenemos, entonces, entre estos temas, la frecuencia de las emociones, los roles sociales presentes, los ingredientes, los espacios de consumo, las motivaciones y otros aspectos relevantes derivados del texto (Tabla 3). El término "pisca" resultó el punto central del análisis cuantitativo, por tanto, fue revisado a través de las herramientas de visualización de Voyant Tools los resultados de su Frecuencia de aparición, la Correlación con otros términos y el Contexto (Gráfico 3).

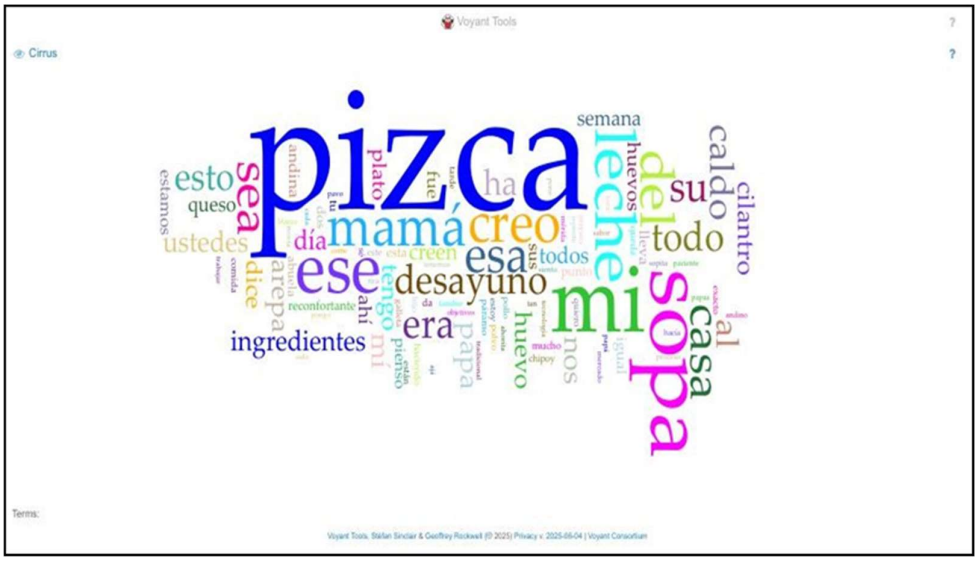
Tabla 3. Cuadro de Frecuencia de Términos principales.

Tema	Menciones*
Pizca (definición general)	70+
Emociones/nostalgia	50+
Abuelas/madres	40+
Ingredientes principales	35+
Género/rol femenino	30+
Tradición/cultura andina	28+
Pérdida de tradición	25+
Modernización/modificaciones	20+
Espacios de consumo	18+
Nutrición/salud	15+
Tecnología/alimentos procesados	12+
Sopa vs caldo	10+

*Menciones: número de veces que se repite un tema o una palabra en el diálogo del FG.

Fuente: elaboración propia (2026).

Gráfico 3. Cuadro de Cirrus (contexto)



Fuente: elaboración propia (2026).

La relevancia se relaciona con el alto valor semántico y cultural que los términos seleccionados pueden tener en este contexto específico. Así que entre los que fueron considerados, además de "pisca", están:

- Sustantivos principales: sopa, caldo, abuela, madre, comida, tradición, receta, hogar, memoria, nutrición, reconforto
- Ingredientes: leche, huevo, queso, papa, cebollín, cilantro, ajo
- Emociones y conceptos afectivos: amor, nostalgia, cuidado, reconforto, consuelo, tristeza, orgullo, esperanza
- Espacios y contextos: casa, velorio, hospital, restaurante, mercado, páramo, hotel escuela
- Temas culturales y sociales: identidad, región andina, cultura, género, transmisión generacional, modernidad, pérdida
- Verbo principal relacionado con el plato: hacer, preparar, comer, cocinar, consumir, servir

Finalmente, la nube de palabras nos muestra como el término principal (pisca) tiene una predominancia en el corpus estudiado, acompañado con ligeras variaciones de peso por otros términos cuyo índice de correlación se presenta en la Tabla 4.

Tabla 4. Cuadro de Correlación de Términos

Termino 1	Termino 2	Correlación (r)*	Significancia (p)
crees	pizca	0.684007	0.02915927
mamá	pizca	0.617945	0.056910332
familia	pizca	0.6157187	0.058068305
casa	pizca	0.5518911	0.09812438
cariño	pizca	0.5353098	0.11080777

*Pearson: pequeño <0.29; mediano 0.30 a 0.49; grande/alto >0.5

Fuente: elaboración propia (2026).

Dentro de las primeras diez correlaciones que arrojó el análisis con Voyant Tools, encontramos que las cinco primeras son positivas moderadas, pero las tres primeras tienen una alta significancia estadística, es decir, que la relación entre los términos es real y no producto de una coincidencia (inducida por la influencia del moderador o por expresiones al azar), a diferencia de las dos últimas. El primer término, que podemos generalizar como "creer", nos indica que el discurso está construido principalmente a partir de este tipo de argumentos, sustentado en lo que se "cree" y no en certezas o datos objetivos. En cuanto a los términos "mamá" y "familia" refuerzan con sus resultados de correlación lo que se observa anteriormente como contextual físico donde se desarrolla principalmente el fenómeno estudiado (Ver Tabla 5).

Tabla 5. Cuadro ejemplo de Contexto

Izquierda	Término	Derecha
{¿Quién preparaba la pizca?} ...la	MAMÁ	La abuela. Es una sopa matriarcal. Eso lo hacían las abuelas. Nos heredaron...
En mi casa la hace mi esposo. Pero tiene que tener una	MAMÁ	que lo enseñó a hacer pizca. Una abuela. Yo pienso que esa figura es fundamental
(...) porque yo empecé a hacer la pizca. Y era una tradición de mi	MAMÁ	los fines de semana en que nos reuníamos todos en casa para comerla.
(...)algunos varones que lo hacen) La influencia de la	MAMÁ	es muy importante. Es algo que viene de la abuela, de la novia.
Entonces, cuando se hacía la pizca en Maracay, era porque mi	MAMÁ	estaba nostálgica y de pronto había una temperatura, un clima que amaneció lluvioso...
Llegan todos en la mañana, ¿verdad? Todos comen pastelito o llegan a casa de la	MAMÁ	del [ininteligible] andino. Sí, del que es andino. Y así la mamá le hace pizca
Siempre hay una mamá gallina. La receta queda en la	MAMÁ	gallina. La receta ha quedado ahí...
Descanso... Confort. Recuerdos.... Reencuentro...	MAMÁ	está nostálgica!", diría yo.

Fuente: elaboración propia (2026).

Estructura del discurso

Se encontraron en el corpus, como frecuencias de menciones, los siguientes resultados en estos tópicos puntuales:

- En cuanto a emociones más recurrentes (Más del 50% de las emociones están ligadas a la memoria y al afecto (nostalgia, amor, reconforto)
- Motivaciones para consumir la pizca (a pizca no se consume solo por gusto o nutrición, sino principalmente por razones emocionales y simbólicas, como forma de reconfortarse, recordar o celebrar).
- Espacios de consumo mencionados (La pizca tiene un fuerte arraigo doméstico y familiar. Su presencia en funerales destaca su rol simbólico como alimento reconfortante).

Aproximación cualitativa del ADC

Texto: Construcción simbólica de la pisca.

A partir de la revisión del vocabulario, aunada a la construcción narrativa que revela estados emocionales, vamos a encontrar que, con la alta frecuencia de palabras como "reconfortante", "noble", "comida de verdad" y "memoria", se destaca la dimensión afectiva y moral de la pizca. En frases como "Mi mamá muere hace dos años... ahora mi niño el domingo dice, me voy a hacer la pizca", podemos observar la vinculación del acto de cocinar con la memoria y el duelo. Además, la estructura narrativa de esta frase sigue un patrón de *pérdida y recuperación,* que notaremos presente en buena parte de los relatos del corpus. De ello inferimos que se describe a la pisca como un legado en peligro que debe ser revitalizado. Ello es producto de la *modernización o migración*, de acuerdo a lo expresado por los participantes. Un ejemplo muy claro está en la frase:

"Tenemos que promoverla, difundirla, concientizar. No debe perderse."

Práctica discursiva: Producción y circulación del discurso.

En cuanto a lo referente a la *producción* (que no trata de quién o quiénes son eferentes discursos, sino sobre quienes se habla), vamos a encontrar un claro *Dominio femenino.* Las mujeres, especialmente madres y abuelas, son retratadas como guardianas de la tradición, si bien hay una emergente participación masculina, ya que como se menciona, algunos hombres jóvenes han asumido bajo diversas circunstancias la preparación de la pisca, reflejando cambios en roles de género, aunque de manera muy incipiente por lo que se dice. Los espacios de consumo que mencionan en el corpus, y que están referidos al proceso de *distribución*, muestra una predominancia a mencionar la pizca en contextos domésticos, tales como el *hogar* en sí y también mencionan *velorios.* Pero además, hay mención de contextos institucionales, principalmente los relacionados con la salud. El contexto turístico, si bien está reflejado, no es tan predominante como los anteriores, pero si se le reconoce como lugar idóneo para preservación, en restaurantes y cadenas hoteleras, junto con aquellos espacios de estudios culinarios.

Práctica social: Estructuras de poder y resistencia.

Lo que plantea el discurso presente en el corpus estudiado es que la pizca se asocia con el *cuidado tradicional femenino*, lo cual es coherente con lo mencionado acerca de la estructura narrativa de *perdida y recuperación,* cuyos espacios performativos en la cultura occidental están fuertemente asociado al género femenino. También permite confirmar los espacios de *distribución* mencionados anteriormente. Esto además lleva a comprender las tensiones manifiestas en el discurso por la entrada de las mujeres al mercado laboral (como por ejemplo cuando leemos "Falta de tiempo... las mujeres trabajadoras priorizan comidas más rápidas."), lo cual se observa como un legado (la pisca) que debe revitalizarse porque está en peligro.

Discusión

Dado que las fuentes primarias formales no arrojaron resultados sobre la procedencia o raíces de la Pisca, podemos explorar las teorías de etimología popular y las posibles conexiones lingüísticas que habrían dado origen al nombre del platillo. Estas teorías suelen basarse en las características del plato, especialmente en su configuración e ingredientes.

La primera hipótesis se basaría en vincular el nombre con el verbo o acción de “pizcar”, pellizcar o tomar una pequeña porción con los dedos.

Podría referirse a la forma de pellizcar los ingredientes, como el cilantro o el cebollín, para añadir al caldo; como también podría aludir a la acción de "tomar una pisca" o un pellizco de comida, refiriéndose al volumen pequeño, de la preparación (Sánchez 2019).

Otra opción más popular, registrada en fuentes bibliográficas y digitales consultadas, sugiere que el nombre emula el de la hembra del pavo, conocida en la región como pisca; esta versión sugiere que, en el pasado, para la elaboración del platillo se utilizaban los huevos de la pava, incluso su carne para hacer el caldo base (Vergara 2018, Rojas 2023, Díaz 2024).

También referida a su génesis, encontramos una referencia que vincula a la pisca con otros platos del contexto andino sudamericano, del Profesor José Rafael Lovera (2007) en su Geografía cultural regional alimentaria de Venezuela; en ella sugiere su origen en el fuerte lazo histórico-cultural de los Andes venezolanos con el Virreinato de Santa Fe (Bogotá), del cual incluso formó parte durante largo tiempo en la época colonial. Tal vez por ello, la pisca observa similitudes con otras sopas de leche, papa y huevos de la región, especialmente con la changua del altiplano colombiano (Diaz 2024)

Sin embargo, estos argumentos no son concluyentes, quedando así abierta esta discusión al desarrollo de investigaciones futuras, que permitan dar con referentes más concretos y categóricos al respecto del nombre de la elaboración, así como el contexto sociohistórico que permitió el desarrollo de este platillo que nos llega a la actualidad.

El carácter autóctono de la pisca radica en su configuración como una elaboración de kilómetro cero, donde la totalidad de sus ingredientes provienen directamente del ecosistema productivo de la región andina venezolana. Esta articulación de componentes locales no solo responde a una disponibilidad geográfica, sino que dota al plato de un alto valor ecológico y cultural que se opone de forma discursiva a la dependencia de alimentos procesados o tecnologías foráneas. Esta despensa de proximidad minimiza la huella de carbono y fomenta circuitos cortos de comercialización, transformando la preparación de la sopa en un acto implícito de soberanía alimentaria y sostenibilidad ambiental.

Al proyectar estos resultados hacia una visión futura, la pisca andina se posiciona como un modelo ejemplar de alimentación situada. El discurso de los participantes, que enfatiza la necesidad de promover y difundir el plato frente a las amenazas de la modernización, resuena con los paradigmas globales que exigen un retorno a los sistemas alimentarios locales basados en la identidad, el arraigo territorial y la resiliencia ecológica, demostrando que la preservación del patrimonio culinario es clave para garantizar un futuro nutricional, ético y contextualizado.

Los resultados obtenidos en el análisis de su valor nutritivo, perfilan a la pisca como una combinación equilibrada de proteínas de alto valor biológico, carbohidratos complejos de absorción gradual, calcio y micronutrientes esenciales como magnesio, selenio y vitamina A, con un perfil lipídico moderado. Comparada con elaboraciones similares del área andina, como la Changua colombiana y el Locro ecuatoriano, estas dos sopas son más energéticas a expensas de una mayor cantidad de carbohidratos, aportando menos proteínas, pero similar cantidad de lípidos que la pisca. Los homólogos andinos son más ricos en potasio y carotenoides, pero aportan menos calcio (Herrera Fontana et al 2021, ICBS 2018). La pisca se presenta como la opción más ligera y proteica, de fácil digestibilidad para iniciar la jornada o recuperar electrolitos.

Para los nutricionistas, este valor nutritivo saludable e inherente al plato, facilita su prescripción en planes alimentarios culturalmente pertinentes que promuevan el bienestar sin imponer dietas ajenas a la identidad andina. Por su parte, los chefs pueden apoyarse en esta ligereza y balance nutricional para revalorizar el plato en la alta cocina, respetando la variabilidad técnica familiar y acreditando a las abuelas como creadoras de fórmulas culinarias funcionalmente perfectas. Para los gestores culturales y diseñadores de políticas públicas alimentarias, la combinación de densidad nutricional y arraigo identitario convierte a la pisca andina en una herramienta estratégica de soberanía alimentaria; defender este plato no es solo salvaguardar un patrimonio inmaterial frente a la turistificación, sino garantizar que los

programas de salud pública comunitaria se articulen en torno a los saberes de madres y abuelas, quienes han actuado históricamente como las guardianas de la nutrición y la salud local.

El corpus transcrito nos ofreció un rico tejido de datos cualitativos y cuantitativos que permitieron trazar un mapa aproximado de cómo viven, sienten y perciben la pizca las personas que conformaron los FG organizados para tal fin. La elaboración es altamente valorada y emocionalmente significativa, mencionándose como parte de la alimentación cotidiana, especialmente en contextos domésticos y familiares, pero su consumo es cada vez más esporádico.

Esto no es un fenómeno local, ya que lo podemos integrar entre los procesos internacionales de disipación de la identidad alimentaria de muchos pueblos, ampliamente descrito en la literatura, consecuente a la globalización alimentaria (Quintero-Angel et al 2022, Mathew 2024, Chukwurah et al 2025). La posibilidad que una comida tradicional permanezca en la dieta de su comunidad realizadora no es un hecho fortuito y menos aún una casualidad. La voluntad que tienen las personas por realizar su práctica la mantiene, cuando factores de tipo ambiental, social, cultural, entre otros, con cierta regularidad generan un impacto en ella; y, sea positivo o negativo se hace notar en su momento. La fuerza que contiene cualquier impacto sobre esta gastronomía causa cambios leves o marcados en su oficio, determinando así su preparación, dieta, consumo y la forma como las personas la perciben (Tapia Barrera 2021).

Predomina el rol femenino en su transmisión y preparación, y aunque se reconoce participación masculina creciente, sigue siendo percibida como un plato matriarcal. El hombre entra a la cocina como un "hobby" o un chef profesional, pero la gestión cotidiana, emocional y de preservación histórica sigue recayendo en la mujer. El papel histórico de las mujeres —especialmente madres y abuelas— es destacado en cuanto a la transmisión de la receta y del sentido emocional de la pisca; de ellas depende en la mayoría de las culturas, la comensalidad necesaria para transmitir y conservar genuinamente la culinaria autóctona (Swinbank 2021, Quiroga-Dallos 2022, Sabbah 2024).

Estos hallazgos locales se insertan en el contexto internacional, ya que, en América Latina, la cocina tradicional ha sido históricamente documentada como un espacio de poder y saber femenino. Estudios clásicos sobre cocinas tradicionales (como la mexicana, peruana o la cocina de la región andina colombiana y ecuatoriana) acuñan el término "matriarcado culinario". Autoras como Pilcher (2001) señalan que la mujer no solo transmite ingredientes, sino "afecto y memoria identitaria"; la preparación del plato funciona como un cordón umbilical cultural (Contreras y Garcia 2005, Aguirre 2017). De igual modo, la comensalidad en los Andes está fuertemente ligada a la noción de cuidado y reproducción de la vida, roles asignados socioculturalmente a la mujer. Nuestros resultados validan que la pisca andina no es solo nutrición, sino un vehículo de cohesión social donde la mujer actúa como la "guardiana del patrimonio" (Nazarea 2008, FAO 2023).

Es comida de momentos especiales, tanto de celebración como de duelo. Podemos observar que su preparación activa memorias afectivas; y aunque hay alertas sobre su posible desaparición, también existe conciencia de que puede recuperarse mediante promoción, educación y posiblemente tecnología.

Las cocinas tradicionales son vulnerables ante gran cantidad de factores, especialmente a los relacionados con el deterioro y crisis de las economías campesinas, ya que estos platillos están ligados desde sus orígenes a los ciclos productivos de cada localidad (Garcia-Molano 2019). Por tanto, para que no se pierda este patrimonio que ha generado lazos de identidad, deben cuidarse todos los eslabones de los circuitos agroalimentarios que lo han sostenido históricamente, así como los elementos de afectación más moderna como los estilos de vida acelerados, menos tiempo para cocinar, los costos de ingredientes y la popularidad de alimentos procesados, que eventualmente quitan el protagonismo a elaboraciones tradicionales como la pisca.

Su espacio principal de consumo sigue siendo el hogar, aunque se menciona su presencia en funerales, restaurantes turísticos y comedores institucionales. De aquí es que se puede entender que no sólo se considera importante por su valor nu-

tricional, sino además por su capacidad de reconfortar cuerpo y alma. Por ello también es usada como alimento terapéutico en contextos médicos y personales.

Es notable el reflejo de cómo la pisca se vive como símbolo identitario de los andinos venezolanos. Su eventual patrimonialización trasciende la mera catalogación de una receta tradicional; constituye un acto de resistencia cultural y salvaguarda de la identidad colectiva venezolana en tiempos de acelerada globalización. Reconocer este plato institucionalmente validaría el saber ancestral de las comunidades andinas, protege la agrobiodiversidad de los cultivos locales y asegura la transmisión intergeneracional de un legado culinario vivo. Así, elevar la pisca andina al estatus de patrimonio nacional no solo blinda una herencia gastronómica frente al olvido histórico, sino que reafirma la soberanía alimentaria y cohesión social de la nación, sentando las bases para futuras políticas públicas orientadas a la preservación del patrimonio cultural inmaterial de Venezuela.

Sin embargo, a patrimonialización también enfrenta complejos desafíos estructurales que van más allá de la simple salvaguardia de su receta. De acuerdo con la Corporación Universitaria Minuto de Dios (2024), la falta de un liderazgo comunitario claro y las debilidades en la articulación estatal limitan la creación de políticas públicas efectivas que reconozcan e integren formalmente a las mujeres y abuelas como las legítimas "guardianas del patrimonio". Asimismo, la transición de este plato matricéntrico desde el espacio doméstico hacia los circuitos comerciales genera tensiones entre el reconocimiento identitario y los riesgos inherentes a la turistificación; al respecto, la Universidad Autónoma Metropolitana (2025) advierte que la mercantilización y espectacularización de las cocinas tradicionales con fines turísticos puede precarizar el trabajo de las cocineras locales, folklorizar sus saberes y desplazar la autoridad culinaria femenina hacia figuras profesionales predominantemente masculinas en el ámbito público.

Finalmente, resulta importante destacar algunas limitaciones de nuestra sistematización, que deben ser consideradas para la interpretación de los resultados. En primer lugar, el posible sesgo de memoria en los participantes del grupo focal, dado que la reconstrucción de la receta y de las dinámicas familiares de comensalidad depende de la evocación de recuerdos de infancia, lo cual puede idealizar o distorsionar los roles de género históricos. De igual forma es importante considerar la estacionalidad de los ingredientes, ya que la preparación y el discurso en torno al plato varían según la disponibilidad de insumos específicos en la región andina durante el año. La falta de una receta única y la presencia de múltiples micro-variantes familiares representan un gran desafío a la estandarización y análisis de cualquier elaboración. También la deseabilidad social de los participantes, quienes han podido adaptar sus respuestas para mostrarse más modernos o equitativos frente al moderador. Pero tal vez la más importante, es la representatividad geográfica limitada, pues al ser un estudio cualitativo focalizado, los resultados no se pueden extrapolar a otras las subregiones o contextos urbanos.

Nuestro estudio abarcó solo comunidades del Estado de Mérida, quedando como una invitación abierta para continuar con esta línea de trabajo, abordar las formas de elaborar la pisca y su significado cultural en otras entidades andinas venezolanas como Trujillo y Táchira. De igual modo, ampliar el rango geográfico y vincular estos estudios con los que eventualmente se puedan hacer, dada la histórica relación cultural y económica, en Colombia y Ecuador, donde existen elaboraciones con ingredientes y usos similares a la pisca venezolana

Conclusiones

La receta obtenida a partir del análisis nutricional, ha quedado estandarizada para un plato de servicio en: 200 ml de leche líquida completa, 115 g de papa, 50 g de huevo de gallina, 62,5 g de queso blanco, 5 g de mantequilla con sal, 15 g de cebollín, 25 g de cilantro, 10 g de sal común de mesa y 100 ml de agua. Nutricionalmente 100 g de producto aporta 117 Kcal, 6 g Proteínas, 6,3 g Lípidos, 9,9 g Carbohidratos, 778 mg Na, 2,55 mg Fe, 329 ugER de Vitamina A, y 21 mg Colesterol.

El platillo aporta gran cantidad de energía, proteína y hierro de alto valor biológico, vitaminas A y del complejo B, magnesio y zinc. También aportan cantidades considerables de sodio y lípidos,

tanto de colesterol como de ácidos grasos poliinsaturados.

El análisis del discurso revela que la pizca andina constituye un símbolo de identidad cultural fuertemente vinculado al núcleo doméstico, la memoria afectiva y la nostalgia, con una alta correlación entre el término "pisca" y conceptos como "mamá" o "familia". Desde una perspectiva de género, se observa un dominio femenino en la preservación del plato, aunque la modernización y la incursión laboral femenina generan un discurso de resistencia y de revitalización ante la percepción de una tradición en peligro. La estructura narrativa del discurso articula la preparación de la pizca como un legado intergeneracional que conecta el cuidado emocional con la resistencia cultural frente a la modernidad.

Puede considerarse parte de las elaboraciones que conforman la más auténtica culinaria del de Los Andes venezolano, por su historia, tradición de uso e ingredientes vinculados a los agroecosistemas locales; y a un corredor gastronómico y cultural andino común sudamericano, donde han evolucionado estos caldos matutinos de leche, papas y huevos. Su estandarización puede apoyar el eventual proceso de patrimonialización cultural, convirtiéndolo así en un elemento dinamizador de la economía local a través del turismo gastronómico. De igual modo, conocer su valor nutricional aporta nuevos elementos técnicos a la práctica dietoterápica, educativa e industrial.

Declaraciones

Ética
No aplicable.

Uso de herramientas de IA
Todos los autores certifican que los datos presentados, su análisis e interpretación, así como la discusión, las conclusiones, y las referencias han sido desarrollados y verificados exclusivamente por personas.

Financiamiento
El presente estudio no recibió financiamiento externo.

Conflictos de interés
Ninguno.

Referencias

Aguirre, P. (2017). Una historia social de la comida. Editorial Lugar.

Altieri, M. A., y Toledo, V. M. (2011). The agroecological revolution in Latin America: rescuing nature, ensuring food sovereignty and empowering peasants. The Journal of Peasant Studies, 38(3), 587–612. https://doi.org/10.1080/03066150.2011.582947

Amaya-Corchuelo, S., y Aco-Fernández, V del. (2022). Alimentación y patrimonio cultural: procesos y políticas contemporáneas emergentes de patrimonialización de los sistemas alimentarios. https://asaee-antropologia.org/congresos/xvi-congreso-antropoloxia-23/simposios/s11-23/

Beisser S. (2015). Pisca Andina, una cálida tradición de los Andes [Internet]. https://www.fivesensespalate.com/pisca-andina-recipe-a-warm-tradition-from-the-andes/

Bertrán M. (2017). Domesticar la globalización: alimentación y cultura en la urbanización de una zona rural de México. *Anales de Antropología*, 51, 123-130. http://dx.doi.org/10.1016/j.antro.2017.05.003

Brito, M. (2010). Pisca Andina. Cocina y recetas de Venezuela en la cocina de Maribri. https://lacasitademaribri.blogspot.com/2010/04/pisca-andina.html

Chukwurah, G. O., Okeke, F. O., Isimah, M. O., Enoguanbhor, E. C., Awe, F. C., Nnaemeka-Okeke, R. C., Guo, S., Nwafor, I. V., y Okeke, C. A. (2025). Cultural Influence of Local Food Heritage on Sustainable Development. *World*, 6(1), 10. https://doi.org/10.3390/world6010010

Contreras Hernández J. (2019). La alimentación contemporánea entre la globalización y la patrimonialización. Boletín de Antropología, 34(58), 30-55. Disponible en: https://www.redalyc.org/journal/557/55762966001/html/

Contreras-Hernández, J., y Gracia Arnaiz, M. (2005). Alimentación y cultura: perspectivas antropológicas. Ariel

Corporación Universitaria Minuto de Dios. (2024). Rol de las mujeres en la cocina tradicional y en el patrimonio gastronómico: conocimientos, prácticas y memoria colectiva. Repositorio Institucional UNIMINUT.

Díaz, J. (2024). Pisca Andina. Recetas de Laylita. https://www.laylita.com/recetas/pisca-andina/

Ekmeiro-Salvador J, y Rivas Carrero, T. (2024). Globalización alimentaria: la dimensión ética sobre el derecho a alimentarse. Anales Venezolanos de Nutrición, 37(1). doi: https://doi.org/10.54624/2024.37.1.004

Fairclough, N. (1995). Critical discourse analysis. The critical study of language. Longman.

FAO. (2023). Mujeres indígenas, custodias de saberes y guardianas de la seguridad alimentaria en la región andina. Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura.

FAO / LATINFOODS (2024). Red Latinoamericana de Composición de Alimentos. LATINFOODS. http://http://latinfoodsportal.net/.

García, J. (2025). Pisca Andina: una reconfortante sopa venezolana que tienes que probar. https://blog-amigofoods-com.translate.goog/index.php/venezuelan-fooods/pisca-andina/?_x_tr_sl=en&_x_tr_tl=es&_x_tr_hl=es&_x_tr_pto=tc

García-Molano, O.J. (2019). Cocinas tradicionales en declive: riesgo para el patrimonio cultural y la seguridad alimentaria en Guayatá. Revista de Antropología y Sociología: VIRAJES, 21(2), 15-38. DOI: 10.17151/rasv.2019.21.2.2

Herrera-Fontana ME, Chisaguano-Tonato AM, Jumbo-Crisanto JV, Castro-Morillo NP, Anchundia-Ortega AP. (2021). Tabla de composición química de los alimentos: basada en nutrientes de interés para la población ecuatoriana. Bitácora Académica, 11. https://revistas.usfq.edu.ec/index.php/bitacora/article/view/3326

Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (ICBF). Tabla de Composición de Alimentos Colombianos. https://www.icbf.gov.co/system/files/tcac_web.pdf

Instituto Nacional de Nutrición. (2015). Tabla de composición de los alimentos (Revisión 2012). Gente de Maíz

Instituto Nacional de Nutrición. (2018). Valores de referencia de energía y nutrientes para la población venezolana. INN.

Lovera, J.R. (2007). Geografía cultural regional alimentaria de Venezuela. En: Fundación Empresas Polar (Ed.), GeoVenezuela, Capítulo 70, Caracas. https://bibliofep.fundacionempresaspolar.org/media/1068/gv_t8_c70_p468_501_lres_single_preview.pdf

María, F. (2025). La sopa venezolana se llama pisca andina. https://okdiario.com/recetas/sopa-venezolana-llama-pisca-andina-10780573

Mathew, E. (2024). Globalization and Local Flavours: The Impact of Modern Food Production on Traditional Cuisine and Culinary Heritage Preservation. International Journal for Multidimensional Research Perspectives, 2(7), 61-74. DOI:10.61877/ijmrp.v2i7.170

Matta, R. (2015). Conocimiento y poder: prácticas alimentarias y patrimonialización cultural. En: Ávila, R y Álvarez, F.X. (Eds). Alimentos, cocinas e intercambios culinarios Confrontaciones culturales, identidades, resignificaciones. CUCSH/Universidad de Guadalajara.

Meza-Miranda, E. R., Parra-Soto, S., Landaeta-Díaz, L., Ríos-Castillo, I., Pérez-Armijo, P., Carpio-Arias, T. V., Jara Nercasseau, M., et al. (2026). Consumption of Ultra-Processed Foods and Sustainable Lifestyles: A Multicenter Study. Nutrients, 18(2), 365. https://doi.org/10.3390/nu18020365

Ministerio del Poder Popular de Industrias y Comercio Nacional. (2021). Indicación geográfica protege los métodos tradicionales de la producción venezolana. https://mincomercionacional.gob.ve/?p=7512

Murillo, J. (2023). Pisca Andina – El emblemático desayuno de los Andes venezolanos. https://www.javierhappyeats.com/es/pisca-andina-el-emblematico-desayuno-que-trasciende-el-tiempo/

Nazarea, V. D. (2008). Recetas para el patrimonio: Saberes locales y el rol de las mujeres en los Andes. Abya-Yala.

Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura [UNESCO]. (2003). Convención para la Salvaguardia del Patrimonio Cultural Inmaterial. UNESCO.

Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura [UNESCO]. (2024). Textos fundamentales de la Convención para la Salvaguardia del Patrimonio Cultural Inmaterial de 2003 (Edición 2024). UNESCO.

Peña, Leonor. (1997). La Cocina Tachirense. Biblioteca de autores y temas tachirenses.

Pilcher, J. M. (2001). ¡Vivan los tamales! La comida y la construcción de la identidad mexicana. Centro de Investigaciones y Estudios Superiores en Antropología Social (CIESAS).

Poulain, J.P. (2019). Sociologías de la alimentación: los comensales y el espacio social alimentario. Editorial UOC

Quintero-Angel, M. (2022). Temores alimentarios y riesgo de pérdida de patrimonio alimentario: un efecto poco explorado de la modernidad alimentaria y los tiempos de pandemia. Revista Internacional de Gastronomía y Ciencia de los Alimentos, Volumen 28, 100499.

Quiroga Dallos, I. A. (2023). Mujer, tierra y alimento: una mirada a la seguridad alimentaria desde el rol de la mujer kamëntšá. Ánfora, 30(54), 19-40. https://doi.org/10.30854/anf.v30.n55.2023.918

Rojas, R. (2023). Pisca andina: la sopa que despega cobijas. https://www.elfogoncreativo.com/pisca-andina-la-sopa-que-despega-cobijas/

Sabbah, A., Abbasi, A. M., Aziz, M. A., Benhasher, F. F., Pieroni, A., Aldosari, A. A., Gatasheh, M. K., & Amin, M. (2024). Women's Knowledge of Local Plants and Their Gastronomic Heritage in Chitral, NW Pakistan. Plants, 13(19), 2747. https://doi.org/10.3390/plants13192747

Sánchez, S. (2019). Tesoros de la cocina tradicional tachirense. San Cristóbal: El Lar del Cuervo. https://es.scribd.com/document/481155271/SAMIR-SANCHEZ-Libro-Tesoros-de-la-cocina-tachirense-pdf

Swinbank, V. (2021). Cultural Memory and Female Intergenerational Culinary Culture. En: Women's Food Matters. DOI:10.1007/978-3-030-70396-7_5

Tapia Barrera, J.A. (2021). Importancia de la comida tradicional, de la mesa a la cocina. *NOVUM*, 2(11), 43 - 59. https://revistas.unal.edu.co/index.php/novum/article/view/95594/82280

Universidad Autónoma Metropolitana. (2025). Exploración de la relación entre cocina y género: Tensiones entre el reconocimiento cultural y la explotación de saberes tradicionales. Repositorio UAM-Xochimilco.

Vergara, J. (2018). Historia en retazos: la Pisca Andina. https://medium.com/@jesusvergarapto/historia-en-retazos-la-pisca-andina-por-jesus-vergara-venezuela-e947c9a20485