

Nombre de la alumna: Claudia Sofía Chávez Laparra

Nombre de la materia: Alimentación y Cultura

Parcial: 4

Nombre de la Licenciatura: Nutrición

**CREENCIAS RELIGIOSAS Y CONSUMO DE ALIMENTOS.**

Primordialmente para entender cómo es que la religión es factor que interviene en la influencia de nuestros alimentos y hábitos tenemos que entender primero lo que es una religión; y las religiones se definen como una de las manifestaciones culturales más preciadas de la humanidad y una fuente de sabiduría. En ellas se encuentran depositadas algunas de las preguntas más importan, sensibles y misteriosas como por ejemplo sobre el origen y el futuro del universo, el destino de la humanidad y el sentido o sinsentido de la existencia humana. Para muchos seres humanos el creer profundamente y con mucha fé en un ser todo poderoso hace que esculpa su camino como dicha religión tiene escrito, es por eso que interviene en hábitos, decisiones, comportamiento, etc. De este mismo, pues cada religión tiene sus escritos y por ende sus reglas para alcanzar más que nada la felicidad, pureza y paz. Enfocándonos en cuestiones alimentarias dentro de las religiones, existen 4 normas: que alimentos NO deben consumirse, que alimentos son deseables en ciertas festividades para conmemorar algún acontecimiento, como manipular y cocinar los alimentos y como y cuando ha de ser el ayuno. Las normas que establecen las religiones poseen cierta flexibilidad y dependen según el país, el grado de compromiso religioso de las personas y la época.

En el mundo existen más 4,200 religiones pero tocaremos el tema de las más seguidas y una de las religiones que cuenta con más seguidores es la Cristiana y nos dice que es una religión basada en las Sagradas Escrituras, su conducta alimentaria es que hacen un ayuno que es un símbolo de penitencia buscando el perdón o como ofrenda.

Seguida de la Cristiana sería el Catolisismo (rama de el Cristianismo), para los Catolicos no hay alimentos prohibidos pues Jesucristo dijo que todos los alimentos eran buenos y que fueron creados por Dios, sin embargo, su alimentos se ve influida cuando llegan las festividades como la Navidad, Semana Santa y el Domingo de Resurrección, pues cuando hacen el ayuno se les prohíbe el consumo de carnes roja y en Pascua es en un período de 46 días auqnue en la actualidad se ha corregido un poco pues ahora solo se hace los viernes de cada semana de este mismo período. La consiguiente sería el Protestanismo que se le da este nombre a los seguidores del Lutero, que surge del Católisismo, antes en las iglesias protestantes carecían de reglas alimentarías pero ahora en la actualidad ya han implementado algunas para protestantes más estrictos como serían los Testigos de Jehová y Adventistas, pues en su religión se considera tabú el consumo de sangre, carne o alimentos que contengan sangre como ingrediente, también implica en productos como una transfusión de sangre, pues dicen que bajo ningún motivo la recibirán así signifique perder la vida. Los Adventistas indican que debe ser acompañado de llevar una buena alimentación y hábitos para mantener a nuestro cuerpo sano y limpio pues dicen que es el “templo de Dios”.

Otra religión muy practicada sería el Budismo, es una religión considerada una doctrina filosófica y moral, sus reglas alimentarias es que no se les permite el consumo de la carne pues para ellos retrasa su camino hacia el Nirvana (lugar donde hay felicidad ple sin dolor alguno) tampoco deberán consumir picante o alimentos fuertes como cebollas y ajos. Deberán realizar un ayuno que debe ser en días especiales del año, es acompañado de aislamiento y rezos, esto para logrará “purificar la mente”.

Por ultimas tenemos al Islamismo que se basan de los escritos del Corán que es su libro sagrado y en los alimentos no se les permite consumir sangre de animales, cualquier bebida alcohólica, pues el Corán indica que no debe consumirse la carne de animales impuros como por ejemplo el cerdo y sus derivados y también de animales que son carnívoros, mulas, burros, jabalí y animales terrestres sin orejas como por ejemplo la rana y la serpiente. Estas reglas se parecen a las del Judaísmo, pues prohíben el consumo de carne de cerdo, conejo, liebre, perros, camellos, caballos pero permiten el consumo de animales terrestres que tengan pezuñas hendidaz como las ovejas, cabras, ciervos y vacas, su libro sagrada es el Torah y también realizan un ayuno.

Biografía: Antología de alimentación y cultura UDS 2023.