

Qué días de Semana Santa no se come carne roja y cuáles son los motivos

03/04/2026



Cada año, durante la celebración de la Semana Santa, se renueva una de las tradiciones más arraigadas del catolicismo y hay costumbres que a pesar del paso de los años siguen instaladas en miles de familias. No comer carne roja en determinados días es una práctica que para muchos no está muy clara.

Más allá de la costumbre, la práctica tiene un significado profundo vinculado a la fe y a momentos clave de esta celebración religiosa.

En esos días, **el pescado se convierte en la opción más elegida**. Su consumo crece y pasa a ocupar un lugar central en la mesa, en línea con las costumbres tradicionales de esta celebración.

Semana Santa: que días no se come carne roja y por qué

El **origen** de esta costumbre se remonta a **normas de la Iglesia Católica vinculadas al ayuno**, entendido como un acto de **penitencia y purificación**. Se trata de una práctica con raíces muy antiguas, compartida en distintas formas por diversas religiones a lo largo de la historia.

La **Biblia**, libro sagrado para los cristianos, da cuenta de esto tanto en el Antiguo como en el Nuevo Testamento, donde se relata cómo **ayunaron figuras como Moisés** o el propio **Jesucristo**, que pasó cuarenta días en el desierto sin comer según el evangelio de San Mateo.



La costumbre de no comer carne roja en Semana Santa tiene un origen religioso.

Históricamente, la Iglesia estableció como precepto la **abstinencia de carne para dos días** específicos en el año: el **Miércoles de Ceniza** -que da comienzo a la Cuaresma, tiempo previo a la Semana Santa que dura seis semanas- y el **Viernes Santo**, cuando se recuerda la muerte de Jesucristo. No obstante, muchos fieles observan este rito todos los días

viernes del año.

La **abstinencia puntual de comer carne** parece estar relacionada con que desde la antigüedad estuvo asociada con banquetes de festejos, todo lo contrario a lo que se conmemora en la Semana Santa. Estos días para los cristianos son jornadas en las que se unen espiritualmente al **dolor que Cristo** padeció al ser crucificado.



Justamente **la crucifixión y muerte de Cristo** forman parte central de la liturgia del Viernes Santo, día de dolor y arrepentimiento de los pecados. Recién el Domingo de Pascua llega el momento de celebrar ya que se conmemora la resurrección de Jesucristo.

La prohibición de comer carne, sin embargo, comenzó a flexibilizarse en 1966, cuando después de las reformas del Concilio Vaticano II, el Papa Pablo VI resaltó en la constitución apostólica *Paenitemini* que había otras formas de practicar la penitencia, y que **la abstinencia de carne podía ser sustituida por la oración y las obras de caridad**. Esta línea fue ratificada más tarde en el Código Canónico de 1983 promulgado por el Papa Juan Pablo II.

¿Qué representa cada uno de los días de la Semana Santa?

- Domingo de Ramos: representa la entrada triunfal de Jesucristo en Jerusalén.
- Lunes Santo: unción de Jesús en casa de Lázaro. Ese día Jesucristo expulsa a los mercaderes del Templo de Jerusalén.
- Martes Santo: Jesús advierte a sus discípulos sobre la traición de Judas.
- Miércoles Santo: Judas traiciona a Jesucristo por treinta monedas de plata.
- Jueves Santo: día que conmemora La Última Cena y el Arresto de Jesús.
- Viernes Santo: Vía Crucis; Crucifixión y Sepultura de Jesús.
- Sábado Santo: Soledad de María y Víspera de Pascua.
- Domingo de Pascua: La Resurrección de Jesús.

Fuente: La Mañana de Neuquén.