



### ***Tradiciones de Acción de Gracias que unen familias en 2025***

Este año, las celebraciones de Acción de Gracias están viviendo una transformación. Las familias buscan maneras nuevas de mantener el espíritu de gratitud y unión, adaptando costumbres clásicas al mundo moderno. Desde cenas virtuales que conectan miembros dispersos por distintos países, hasta platos que mezclan sabores del mundo con el pavo tradicional, el 2025 redefine lo que significa reunirse para agradecer.

#### **Conectando en la distancia: cenas virtuales y “híbridas”**

En un mundo donde las migraciones y las distancias separan hogares, las familias están recurriendo a la tecnología para no perder la cercanía en esta fecha tan significativa. Las cenas virtuales se han convertido en una tradición en sí mismas: se coordinan menús, se comparten recetas y se levantan copas sincronizadas por videollamada.

Algunas familias organizan eventos “híbridos”, donde parte del grupo está presente presencialmente y otra parte participa desde sus hogares. Así, aunque no todos puedan estar en la misma mesa, sí pueden compartir risas, historias y agradecimientos al mismo tiempo.

Este enfoque también promueve la participación de quienes viven en el extranjero o en lugares lejanos, permitiendo que abuelos, hijos y nietos compartan el momento sin que las fronteras físicas impidan el lazo familiar.

#### **Sabores globales en la mesa tradicional**

Aunque el pavo sigue siendo la pieza central de muchas mesas, la cocina de Acción de Gracias se está volviendo cada vez más diversa. En 2025, las familias integran sabores internacionales para enriquecer la experiencia:

Se añaden especias exóticas a salsas clásicas, como un toque de chipotle en la salsa de arándanos o un matiz de curry en la sopa de calabaza.

Guarniciones tradicionales reciben fusiones: quinoa con hierbas mediterráneas, risotto con calabaza asada y mezclas de vegetales al estilo asiático.

Alimentos culturales son invitados especiales: tamales latinos, arroces especiados, versiones vegetarianas de rellenos o adaptaciones locales de postres típicos.

Este cruce gastronómico no solo aporta creatividad al plato; también honra las raíces culturales de cada miembro de la familia, integrando sabores que cuentan historias propias.

### **Juegos, rituales y momentos de conexión**

Para ir más allá de la comida, muchas familias incorporan actividades simbólicas que refuerzan la unión:

Dinámicas de agradecimientos: compartir algo por lo que cada uno está agradecido este año.

Juegos temáticos: trivias familiares, bingo navideño, “¿Quién dijo qué?” con recuerdos del año.

Lecturas colectivas de cartas o poemas de gratitud.

Ritual de legado: pasar un objeto simbólico (un mantel, un adorno, una palabra) que cada año se use como recordatorio del valor del agradecimiento familiar.

Estas acciones pequeñas elevan la cena a un evento emocional donde cada voz importa y se conecta con el sentido de comunidad y pertenencia.

### **Sustentabilidad, conciencia social y gratitud expansiva**

En 2025, muchas familias integran principios de responsabilidad y conciencia social a sus celebraciones:

Cenas con menús más conscientes: reduciendo el desperdicio, compostando restos y priorizando ingredientes locales o ecológicos.

Platos para compartir con comunidades vulnerables: preparar extra para donar a refugios, bancos de alimentos o vecinos necesitados.

Decoraciones reutilizables, eco-friendly y con sentido simbólico más que estético.

Así, la festividad se vuelve no solo un acto familiar, sino también una manifestación de generosidad y empatía hacia el entorno.

## **Friendsgiving y reuniones alternativas**

Otra costumbre que ha ganado terreno es el llamado Friendsgiving: una cena de Acción de Gracias junto a amigos, muchas veces anterior o paralela a la celebración familiar. Este modelo sirve como complemento o reemplazo cuando algunos no pueden viajar o reunirse con sus familias de origen.

Friendsgiving suele organizarse al estilo “potluck” (cada invitado aporta un platillo), lo que promueve la participación colectiva y la creatividad compartida. También permite que quienes viven lejos de su familia biológica puedan celebrar con su círculo cercano.

## **Tendencias y datos que reflejan el cambio**

En 2025, los análisis sobre el consumo y comportamiento alrededor de Acción de Gracias muestran un equilibrio entre tradición e innovación:

Las reuniones familiares han recuperado su tamaño: muchos anfitriones esperan reunir a más personas que los años anteriores, reflejando el deseo de reconectar.

A pesar de preocupaciones económicas, las personas siguen priorizando la experiencia y los rituales emocionales sobre el gasto ostentoso.

Las compras navideñas y de Acción de Gracias combinan lo físico con lo digital: muchos adquieren productos para la cena tanto en tiendas como en línea, equilibrando conveniencia y tradición.

Estas tendencias muestran que, aunque cambien las formas, el espíritu de gratitud, comunidad y celebración sigue siendo el eje central.

## ***Reflexión final***

En 2025, las tradiciones de Acción de Gracias no sólo sobreviven: se reinventan. Las familias encuentran maneras de que la distancia no sea un muro, de que la comida cuente historias de identidad y que la celebración sea un acto de gratitud con significado profundo. Al mezclar lo moderno con lo clásico, lo global con lo local, lo íntimo con lo solidario, la festividad se transforma en un momento más auténtico, más inclusivo y más conectado.