

homosexual de clóset – closet homosexual

Authored by
memjavad

November 17, 2025

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2025). *homosexual de clóset – closet homosexual*. Spanish Psychological Databases. Retrieved from <https://spanish.arabpsychology.com/?p=4835>

Homosexual Encubierto (En el Armario)

Primary Disciplinary Field(s): Sociología, Psicología Clínica, Estudios de Género y Sexualidad

1. Definición Central

El concepto de **homosexual encubierto**, o la persona que se encuentra "en el armario" (derivado de la expresión inglesa *in the closet*), describe la condición de un individuo cuya orientación sexual homosexual o bisexual es conocida por sí mismo, pero que oculta activamente esta identidad a su entorno social, familiar y profesional. Esta ocultación no es meramente una omisión de información; constituye una estrategia compleja de gestión de la identidad y una performance social constante, diseñada para mantener la ilusión de la conformidad heteronormativa. El encubrimiento implica la vigilancia perpetua de las propias palabras, gestos y asociaciones, creando una profunda disonancia entre el yo interno (la identidad sexual real) y el yo externo (la fachada social). Esta dicotomía se sostiene por el miedo al rechazo, la discriminación o la violencia que podría derivarse de la revelación de la verdad, lo cual subraya que el armario es, fundamentalmente, una estructura social impuesta por la heteronormatividad.

La definición académica distingue la identidad sexual (quién es la persona) del comportamiento sexual (lo que hace) y de la revelación (a quién se lo dice). Una persona puede ser plenamente consciente de su homosexualidad, incluso participar en relaciones homosexuales privadas, mientras mantiene una vida pública rigurosamente heterosexual, a menudo incluyendo el matrimonio con una persona del sexo opuesto. La intensidad del encubrimiento varía a lo largo del tiempo y según el contexto geográfico y cultural; en entornos altamente represivos o tradicionalistas, el armario puede ser casi hermético, mientras que en contextos más liberales, puede manifestarse como una revelación selectiva o parcial. El núcleo del encubrimiento reside en la internalización del estigma social, que transforma el miedo externo en vergüenza interna o [homofobia interiorizada](#), obligando al individuo a priorizar la seguridad social percibida sobre la autenticidad personal.

Es crucial entender que el encubrimiento no es un rasgo de personalidad estático, sino un estado dinámico influenciado por la etapa de desarrollo psicosocial del individuo y las demandas del entorno. Para los sociólogos, el armario representa el espacio donde se negocia la identidad minoritaria frente a la mayoría dominante; es un mecanismo de autocensura impuesto por la estructura de poder. Para los psicólogos, la necesidad de ocultar una parte fundamental del yo requiere una inmensa inversión de energía psíquica, lo que a menudo resulta en altos niveles de estrés crónico, ansiedad y depresión. La constante necesidad de monitorear y modificar la conducta para evitar ser "descubierto" impide el desarrollo de relaciones íntimas genuinas y puede llevar al aislamiento, incluso cuando el individuo está rodeado de gente. Por lo tanto, el **homosexual encubierto** vive en un estado de vulnerabilidad psicológica constante, donde la

amenaza de la exposición funciona como un factor estresante permanente.

2. Etimología y Desarrollo Histórico del Concepto

La metáfora de "el armario" como lugar de ocultación de la identidad sexual tiene raíces históricas y sociolingüísticas específicas, aunque la práctica de ocultar la homosexualidad es tan antigua como la proscripción social de la misma. El origen directo de la frase moderna, *in the closet*, se popularizó en la cultura estadounidense del siglo XX. Inicialmente, la frase *skeleton in the closet* (un secreto familiar vergonzoso) ya existía. Sin embargo, la aplicación específica a la homosexualidad parece haber cristalizado después de la Segunda Guerra Mundial, coincidiendo con la intensificación de las redadas policiales y la persecución gubernamental (como el Pánico Lavanda en EE. UU.) que exigían una discreción extrema.

Antes del siglo XX, la homosexualidad era a menudo conceptualizada en términos de actos criminales o vicios morales, no como una identidad social fija. Los individuos que participaban en actos homosexuales lo hacían en secreto, pero el concepto de tener que "salir" de una identidad fija no era prominente. Con el surgimiento de la sexología y la psiquiatría a finales del siglo XIX, la homosexualidad fue clasificada como una "identidad" o una "condición" patológica, lo que paradójicamente creó la necesidad de una identidad oculta. El armario se convirtió en la respuesta defensiva a la patologización médica y la criminalización legal. La cultura gay temprana de la primera mitad del siglo XX, que operaba mediante códigos y señales secretas, reforzó la idea de que la identidad homosexual debía ser manejada como un secreto compartido solo dentro de círculos muy específicos.

El concepto se solidificó en el lenguaje público y académico a partir de los movimientos de liberación gay de finales de los años 60 y 70. La frase complementaria, *coming out of the closet* ("salir del armario"), fue impulsada como un imperativo político y psicológico. Antes de esto, la expresión *coming out* (simplemente "salir") se refería a la presentación formal en sociedad de una joven de clase alta. Los activistas gay subvirtieron esta tradición, transformando el acto de salir de un ritual social de conformidad en un acto radical de auto-revelación y desafío político. La obra de autores como Edmund White y el activismo de figuras como Harvey Milk popularizaron la idea de que la visibilidad era esencial para la lucha por los derechos, estableciendo el armario no solo como un refugio personal, sino como una barrera política que debía ser derribada. El desarrollo histórico muestra, por lo tanto, una transición de la discreción obligatoria a la ocultación voluntaria/forzada, y finalmente, a la visibilidad como meta emancipadora.

3. Dimensiones Psicológicas del Encubrimiento

Desde la perspectiva de la psicología clínica, el encubrimiento es una fuente significativa de [estrés de minoría](#). Este estrés se origina en la experiencia crónica de prejuicio, estigma y la expectativa

de rechazo, lo que obliga al individuo a dedicar recursos cognitivos considerables a la tarea de la ocultación. La necesidad de monitorear constantemente el comportamiento para evitar "filtrar" la verdad (por ejemplo, evitando temas de conversación, cambiando pronombres, o inventando historias) consume una energía mental que podría utilizarse para el bienestar y el desarrollo personal. Este esfuerzo continuo por la congruencia heteronormativa externa genera una fatiga emocional profunda y puede manifestarse en síntomas de ansiedad generalizada y trastornos del estado de ánimo.

El encubrimiento está intrínsecamente ligado al fenómeno de la **homofobia interiorizada**. Cuando un individuo crece en una sociedad que condena la homosexualidad, internaliza estos mensajes negativos, lo que lleva al desarrollo de sentimientos de vergüenza y auto-odio respecto a su propia orientación. El armario se convierte así en la manifestación conductual de esta homofobia interiorizada: el individuo oculta su identidad no solo por miedo a la sociedad, sino también porque cree, a un nivel subconsciente, que su identidad es intrínsecamente defectuosa o inaceptable. Esta negación interna puede sabotear el desarrollo de una autoestima saludable y dificultar la formación de relaciones íntimas significativas, incluso con otras personas LGBTQ+, ya que la desconfianza y el miedo a la exposición se vuelven omnipresentes.

La investigación psicológica, particularmente aquella basada en modelos de desarrollo de la identidad (como el modelo de Vivienne Cass), sugiere que el encubrimiento representa una etapa en la que el individuo está luchando por integrar su identidad sexual con su autoconcepto. El individuo encubierto puede pasar años en la etapa de "confusión de identidad" o "comparación de identidad", incapaz de avanzar hacia la tolerancia y la aceptación. La prolongación de este estado de encubrimiento se ha correlacionado consistentemente con peores resultados de salud mental, incluyendo tasas elevadas de abuso de sustancias, depresión clínica, y riesgo suicida, especialmente entre los adolescentes y jóvenes adultos. El acto de salir del armario, en contraste, aunque inicialmente estresante, se asocia consistentemente con mejoras en la salud mental a largo plazo debido a la reducción de la disonancia cognitiva y el estrés crónico de la ocultación.

4. Factores Socioestructurales de la Ocultación

El armario no es una elección puramente individual, sino una respuesta adaptativa a las presiones socioestructurales impuestas por la **heteronormatividad**. La sociedad occidental, y muchas otras, están organizadas bajo la premisa de que la heterosexualidad es la norma por defecto y la única forma legítima de existencia, lo que marginaliza y estigmatiza cualquier desviación. Factores como la legislación discriminatoria (aunque en declive en muchas partes del mundo), las políticas empresariales no inclusivas, y la falta de protecciones legales contra el despido por orientación sexual, fuerzan a muchos individuos a mantener su identidad oculta para preservar su seguridad económica y profesional.

Las instituciones sociales primarias, como la familia y la religión, ejercen una presión considerable. En familias con fuertes creencias religiosas o culturales tradicionales que condenan la homosexualidad, el miedo al ostracismo, la expulsión o la pérdida del apoyo familiar es a menudo el motor más poderoso del encubrimiento. La dependencia económica de los padres o la necesidad de mantener el honor familiar en ciertas culturas puede hacer que el acto de salir del armario sea impensable. Además, el entorno geográfico juega un papel crucial: una persona en una gran ciudad con una comunidad LGBTQ+ visible tendrá más recursos y modelos a seguir que alguien en una zona rural o en un país donde la homosexualidad está criminalizada, haciendo que el armario sea una necesidad de supervivencia física.

La intersección de la identidad también modula el grado de encubrimiento. Los hombres y mujeres homosexuales que también pertenecen a minorías raciales, étnicas o de clase pueden experimentar una doble o triple marginalización. En algunas comunidades minoritarias, la identidad sexual puede percibirse como una traición a la solidaridad grupal o como una amenaza a la estructura familiar existente, lo que aumenta la presión para permanecer encubierto. Además, la masculinidad hegemónica a menudo impone reglas más estrictas sobre los hombres, exigiendo la demostración constante de virilidad heterosexual, lo que puede hacer que el encubrimiento sea más riguroso y destructivo para los hombres gay y bisexuales que temen no solo el rechazo, sino también la pérdida de estatus masculino.

5. Consecuencias Personales y Sociales del Encubrimiento

Las consecuencias del encubrimiento son extensas y afectan tanto la esfera personal como la capacidad de un individuo para contribuir plenamente a la sociedad. A nivel personal, el costo psicológico es inmenso. El individuo encubierto a menudo experimenta una fragmentación del yo, donde debe mantener dos narrativas de vida paralelas, lo que impide la integración psicológica y la sensación de plenitud. La incapacidad de compartir experiencias vitales importantes o de llevar a parejas del mismo sexo a eventos sociales lleva a la soledad y al aislamiento emocional, incluso si la persona es socialmente activa. Esta falta de autenticidad en las relaciones íntimas puede llevar a la depresión crónica y, en casos extremos, a la ideación suicida, un riesgo significativamente mayor en poblaciones LGBTQ+ que se perciben como altamente encubiertas.

A nivel relacional, el encubrimiento puede sabotear la posibilidad de formar relaciones románticas y sexuales saludables. Las relaciones secretas a menudo carecen de la validación social necesaria para prosperar, y la necesidad de mantener el secreto puede generar desconfianza e inestabilidad. En los casos en que los individuos encubiertos se casan con personas del sexo opuesto para mantener la fachada social, el encubrimiento resulta en un daño ético y emocional tanto para el individuo como para su cónyuge y familia, quienes viven una relación basada en la falsedad. Además, la energía sexual y emocional reprimida puede manifestarse en comportamientos de riesgo, como sexo anónimo sin protección o abuso de sustancias, como

mecanismos de escape para lidiar con el estrés de la ocultación.

Desde una perspectiva social y política, el encubrimiento tiene un impacto negativo en la comunidad LGBTQ+ en general. La falta de visibilidad pública de las personas homosexuales, especialmente aquellas en posiciones de poder o influencia (como políticos, líderes religiosos o celebridades), perpetúa el mito de que la homosexualidad es rara o marginal, o que es una condición que debe ser ocultada. Esta invisibilidad dificulta la movilización política y la obtención de derechos, ya que la sociedad no puede empatizar con un grupo que no puede ver o reconocer entre sus pares. El acto de salir del armario, por lo tanto, se convierte en un acto político fundamental que desafía la heteronormatividad y proporciona modelos positivos para otros, mientras que el encubrimiento prolongado alimenta el ciclo de estigma y opresión estructural.

6. El Proceso de "Salir del Armario" (Coming Out)

El proceso de "salir del armario" es reconocido en la psicología y la sociología como un hito crucial en el desarrollo de la identidad sexual de las minorías. Contrario a la noción popular de ser un evento único, es un proceso continuo y multifacético. Se divide conceptualmente en dos etapas principales: el **coming out interno** y el **coming out externo**. El primero es la aceptación cognitiva y emocional de la propia orientación sexual por parte del individuo, un proceso que a menudo implica superar la homofobia interiorizada. Esta auto-aceptación es fundamental y precede cualquier revelación pública. El segundo es la divulgación de esta identidad a otras personas, lo cual ocurre de manera gradual y selectiva a lo largo de la vida del individuo.

La revelación externa se realiza en círculos concéntricos, comenzando típicamente con amigos cercanos o figuras de confianza, y expandiéndose progresivamente a la familia, compañeros de trabajo y, finalmente, al público en general. Cada acto de revelación es una evaluación de riesgos, donde el individuo sopesa el beneficio de la autenticidad con el riesgo potencial de rechazo o represalia. Los factores determinantes para la velocidad y la amplitud del proceso incluyen el nivel de apoyo familiar percibido, la seguridad económica, la existencia de una comunidad LGBTQ+ de apoyo y las actitudes culturales prevalecientes en su entorno. Es importante destacar que el proceso nunca termina; cada vez que un individuo se encuentra con una nueva persona o entra en un nuevo entorno (un nuevo trabajo, una nueva ciudad), debe tomar la decisión de si revelar o no su orientación sexual.

Si bien el proceso de salir del armario está asociado con una mejora a largo plazo en el bienestar psicológico, no está exento de desafíos inmediatos. La revelación puede generar crisis familiares, pérdida de empleo, o incluso violencia. Por esta razón, la decisión de salir del armario debe ser contextual y personal, y no debe imponerse como un deber moral. Los activistas y terapeutas enfatizan la importancia de la preparación y el apoyo durante este proceso, asegurando que el individuo tenga una red de seguridad emocional y, si es posible, económica, antes de enfrentar las

reacciones potencialmente negativas de su entorno. La visibilidad resultante de este proceso es, en última instancia, lo que valida la existencia y la normalidad de la diversidad sexual, desmantelando gradualmente la necesidad estructural del armario.

7. Debates y Críticas al Concepto

Aunque el concepto de "el armario" ha sido fundamental para el movimiento de liberación gay, ha sido objeto de importantes debates y críticas académicas, principalmente en la teoría *queer* y los estudios post-estructuralistas. Una de las críticas más fuertes es que el marco del armario impone una dicotomía rígida (dentro/fuera) que no refleja la complejidad fluida de la identidad y la revelación. La vida real de muchas personas LGBTQ+ implica una revelación parcial o contextual, donde pueden ser abiertamente homosexuales en ciertos círculos y discretos en otros, creando un espectro de identidades más que un simple binario. La teoría *queer* argumenta que la obsesión por "salir" refuerza la idea de que la identidad sexual es un secreto que debe ser revelado, manteniendo así la primacía de la heterosexualidad como la identidad que no necesita explicación.

Otra crítica relevante concierne a la universalidad y el privilegio. La expectativa de "salir del armario" es a menudo vista como un imperativo de clase media blanca occidental. Para muchas personas de color, inmigrantes, o aquellos que viven en contextos de extrema pobreza o represión política, el acto de visibilidad puede ser peligroso o imposible. La crítica señala que la presión para salir ignora las realidades interseccionales donde la identidad sexual se entrelaza con la raza, la clase y la nacionalidad, haciendo que el riesgo asociado a la revelación sea desproporcionadamente alto para ciertos grupos. En estos contextos, la discreción no es una señal de cobardía o falta de desarrollo, sino una táctica de supervivencia legítima frente a múltiples sistemas de opresión.

Finalmente, existe un debate sobre si la meta debería ser "vaciar el armario" o "desmantelar el armario". Los teóricos argumentan que mientras la sociedad siga estructurada en torno a la presunción de heterosexualidad, el armario persistirá como una estructura disponible para aquellos que no se ajustan a la norma. Desmantelar el armario significaría cambiar fundamentalmente la sociedad para que la orientación sexual no sea un tema de interés público ni una fuente de estigma, eliminando la necesidad de la revelación. Por lo tanto, el foco debería pasar de la presión sobre el individuo para que se revele, a la responsabilidad de la sociedad para crear un entorno donde la orientación sexual sea irrelevante en términos de derechos y aceptación social.

Further Reading

[Wikipedia: Salida del armario](#)

[American Psychological Association \(APA\): Minority Stress](#)

[Sedgwick, Eve Kosofsky \(1990\). Epistemology of the Closet. University of California Press.](#)

[Meyer, I. H. \(2003\). Prejudice, Social Stress, and Mental Health in Lesbian, Gay, and Bisexual Populations: Conceptual Issues and Research Evidence. Psychological Bulletin.](#)

ARABPSYCHOLOGY.COM