



# MANIFIESTO

## PARA SALIR DEL CLÓSET PSICOACTIVO

ÉCHELE CABEZA CUANDO SE DÉ EN LA CABEZA

Desde el año 2013 venimos impulsando a las personas consumidoras a que salgan del clóset psicoactivo, pero nunca habíamos hecho una guía de consejos para poder lograrlo. Debido a la cuarentena, a muchas les ha tocado esconder su consumo o salir del clóset a la fuerza. Quizás ésta no sea la mejor época para hacerlo, pero sí para meditarlo, pensarlo y prepararlo.

“Salir del clóset psicoactivo” es una expresión que tomamos prestada de la comunidad LGBTI que hace referencia a la acción de reconocerse públicamente como una persona gay; algunas personas le dicen “desenclosetarse” o, en otros países, salir del armario. Sin embargo, esto no sólo aplica para reconocerse como gay o persona consumidora de drogas, también está relacionado con esos comportamientos individuales cuya visibilización pública puede acarrear consecuencias negativas para quien lo hace y pueden manifestarse en estigma, discriminación, exclusión social, violencia, entre otras.

Para medir el alcance de esta guía, es bueno aclarar que es para mayores de 18 años, y que se escribió como un ejercicio participativo con las opiniones y conceptos profesionales del equipo de Échele Cabeza y de la Corporación ATS. Esta guía parte de compartir experiencias profesionales y personales de salir del clóset psicoactivo y no pretende, en ningún caso, que se siga al pie de la letra o que se ejecute inmediatamente. Lo que busca es tener insumos para decidir cuándo es el momento adecuado, cómo hacerlo, o si es mejor nunca divulgarlo.

Nuestro enfoque de reducción de riesgos y daños nos ha permitido ver más allá de sólo un enfoque de salud pública y materializarlo en enfoque de derechos humanos, participación y respeto por la dignidad. Los riesgos y los daños por consumo de sustancias psicoactivas también se logran prevenir al ser visibilizados y respetados por nuestra forma de actuar, por el respeto que logramos de los demás cuando somos transparentes al desarrollar nuestra personalidad libremente.

Pensamos, además, que ninguna persona tiene el derecho de sacar a otra del clóset si la persona no lo desea; son muchas las razones que se tienen para no salir del clóset psicoactivo, que van desde evitar la estigmatización y el rechazo, hasta simplemente vivir en un juego de doble moral hipócrita de criticar el consumo mientras se esconde para drogarse hasta caer. Cada quien tiene sus razones y debemos respetar esta decisión. Del mismo modo, como pedimos no sacar a nadie del clóset, solicitamos que quienes no quieren salir apoyen o por lo menos no matoneen a quienes han tomado una decisión tan difícil. No señalen, no juzguen. El apoyo para las personas consumidoras debe ser honesto, tanto para quienes empiezan, como para los recreativos que la “pilotean” y hasta para los problemáticos que han perdido todo por la dependencia a las drogas, ellos también necesitan respeto, comprensión y ante todo apoyo.

Pero bueno, entrando en materia,

## ¿Qué es salir del clóset psicoactivo?

salir del clóset psicoactivo es la decisión que toma una persona consumidora de sustancias psicoactivas ilegales, para asumirse como tal públicamente en sus círculos de socialización e interacción social, tales como la familia, el trabajo, la universidad, el parche de amigos, el club, la iglesia, el equipo de futbol, el grupo de danza, entre otros.



## ¿Por qué salir del clóset psicoactivo?

Las razones más profundas las tiene cada persona, pero en términos generales es para liberarse de la presión de llevar un comportamiento a escondidas y que hace parte de su personalidad. No obstante, el asunto va más allá, se sale del clóset también para buscar ayuda porque el consumo es problemático, o también para compartir una experiencia enriquecedora que se ha tenido y puede llegar a ser compartida.

Se sale del clóset porque simplemente ya se reina sobre la vida misma, porque se es independiente y las consecuencias de esta decisión no afectan gravemente su sostenimiento, se sale del clóset porque hay cansancio de seguir ocultando algo cada vez más normalizado. También se sale del clóset porque se es una persona completamente funcional y su consumo no afecta ni interfiere su vida, académica, laboral, familiar o social.

Salir del clóset también es dar un paso importante hacia la desestigmatización del consumo, a la descriminalización de los consumidores, es sumar un soldado más a la lucha en contra de la fracasada guerra contra las drogas, es convertirse en un actor político, en un militante —discreto o lámpara, como usted decida—. Es dar no un paso, sino un salto y sumarse al movimiento reformista mundial de cambio de las políticas de drogas que exige ante todo respeto por nuestra dignidad.



# Recomendaciones para salir del clóset psicoactivo:



## 1. Entender el contexto en el que se quiere salir del clóset psicoactivo.

Lo primero que hay que hacer es tener claro el constructo teórico, moral, conceptual en el que se va a salir del clóset y desde dónde han construido su imaginario sobre las drogas. Esto puede ser desde la moral religiosa: “Las drogas son un pecado”, “las drogas son el diablo”, el prejuicio de clase: “Los drogadictos son el lumpen de la sociedad”, la asociación con el delito: “Todos los drogadictos son delincuentes”, la ley y la norma: “Consumir drogas está prohibido por la ley y punto”, la salud pública: “Todos los consumidores de drogas están enfermos”, el daño en la salud mental: “El que consume drogas tiene vacíos afectivos y traumas que debe llenar” y, muchas veces, la experiencia cercana: “Su tío empezó con marihuana y terminó en la calle por el basuco”.

## 2. Ambientar la conversación.



Una vez se pueda identificar cuáles son las razones de más peso, se debe diseñar una estrategia de cambio en la forma de pensar, de exponer argumentos que puedan rebatir estas posturas y de ambientar un contexto proclive para salir del clóset en el momento indicado y de la manera adecuada. La propuesta es que sobre los argumentos para rechazar el consumo de drogas se puedan poner otros argumentos más sólidos, como la evidencia científica, ejemplificación positiva, etcétera. Esto puede ocurrir aprovechando las noticias sobre drogas, el almuerzo, las reuniones familiares, los comentarios de las redes sociales, los memes, siempre tanteando, no necesariamente imponer su criterio o llegar a un acuerdo, sólo enviando preguntas y planteando respuestas. El cannabis medicinal siempre va a ser una buena entrada.

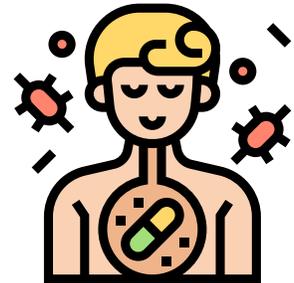
## 3. Actualización de conocimientos constante sobre el tema.



Quien se atreve a salir del clóset debe estar en constante actualización de conocimientos sobre el tema, desde la prohibición hasta la regulación, la política pública, la reducción de daños, pasando por contexto internacional y noticias nacionales. Se debe estar preparado/a para debatir argumentos y dispuesto/a a reconocer que no todo se sabe, que se puede hacer la tarea y ser capaz de decir: “Déjeme averiguo al respecto”. Quedarse en los memes y no profundizar en las publicaciones de las redes sociales no es informarse, eso es estar enterarse de manera superficial sobre alguna novedad en el tema, pero no es dominarlo o al menos conocerlo. Por el contrario, a muchas personas les pasa que se especializan mucho en un tema y se convierten en eruditas fanáticas con una superioridad moral de la que hablaremos más adelante. Como mínimo debe conocer la diferencia entre sustancias legales e ilegales y los efectos de las sustancias que consume y unos datos numéricos del fracaso de la guerra contra las drogas o una cita de algún famoso siempre descrestan.

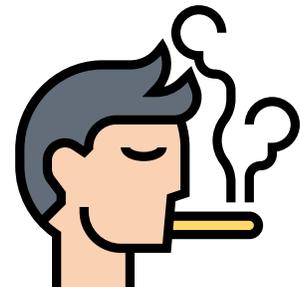
#### 4. Comportarse contrario a lo que el contexto piensa que se comporta una persona consumidora de drogas.

Los prejuicios sobre el consumo de sustancias implican unos comportamientos que se asocian a ellos, como por ejemplo ser agresivo/a, irritable, desatender las obligaciones laborales o académicas, no compartir tiempo en familia, llegar en altos grados de excitación a la casa (muy borracho/as, muy pasado/as, oliendo mucho a porro), dormir todo el día y salir toda la noche, estar irritable, destinar todo el dinero a la fiesta y no ayudar con las obligaciones de la casa y hasta robar, entre otras cosas. Hay que evitar al máximo estos comportamientos que den pie a un mal ambiente para salir del clóset. Si se le va la mano con el consumo, pida disculpas, prometa controlarlo y contrólelo, si sabe que la fiesta va a estar muy dura, quédese en casa de un amigo o una amiga y no llegue en un estado lamentable a casa. Evite darle dolores de cabeza a sus familiares o amigos con quien viva.



#### 5. ¿Es posible o no es posible?, mejor calcular las consecuencias.

Una vez se haya identificado el prejuicio sobre el consumo de drogas y se haya intentado ambientar una conversación, se debe pensar si hay posibilidades para continuar con el proyecto de “Salir del clóset psicoactivo”, de estimar qué tan difícil estará llegar a este cometido o, por el contrario, se puede decidir que definitivamente “mi familia” o “mi trabajo” aún no están preparados para esta noticia, o incluso puede tener unas consecuencias bastante negativas para su vida, por ejemplo ser echado/a del trabajo, de la casa, denunciado/a, castigado/a o excluido/a. Cada vez que se pretenda dar el paso, es mejor analizar muy bien el contexto, el posicionamiento de sus argumentos y las consecuencias derivadas de la decisión. La decisión se puede aplazar por semanas, por meses, por años o por toda la vida. Tenga en cuenta que muchas veces sus padres, colegas, familia o empleadores lo saben, lo intuyen, los sospechan y simplemente se hacen los de la vista gorda para no confirmar lo evidente. A veces es mejor respetar ese autoengaño en el que viven y no confirmar lo evidente.



#### 6. Paso a paso, salir del clóset no es buscar la aceptación del consumo.

Una vez se tenga un contexto sensible y ambientado, no busque cambiar la forma de pensar de las personas frente a las drogas, que se vuelvan unos activistas en contra de la guerra de las drogas o promotores del consumo. En principio sólo se busca que respeten el derecho que usted tienen de consumir sustancias psicoactivas, que se permitan la manera de comprenderlo así no lo aprueben.



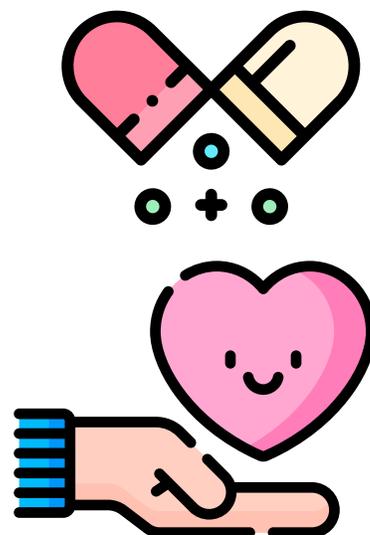
## 7. Explique claramente la función social de su consumo.

Una vez usted salga del clóset llegará la infaltable pregunta ¿pero por qué lo hace? ¿Qué gusto le encuentra? usted deberá poder explicar la amplia gama de respuestas que hay para esta pregunta, desde las más sencillas relacionadas con la experimentación, el placer, el hábito, la recreación con sus amigos, hasta las más complejas, relacionadas con la introspección, limpiar el alma, encontrarse con el cosmos o, muchas veces, anestesiar un dolor, pasar una pena, suplir una adicción, mantener una dependencia, llenar un vacío afectivo, manejar un desamor, entre otras. Hágase siempre esa pregunta y respóndala sin miedo antes de salir del clóset para que sepa dar una explicación; no siempre hay que decirlo en la primera vez, pero siempre hay que saber explicar por qué se consumen sustancias psicoactivas y cuál es la función personal y social de estas en su vida.



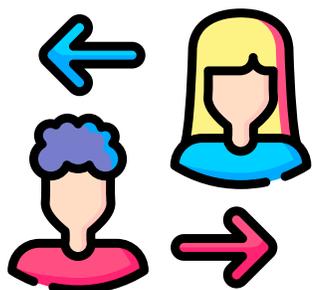
## 8. El consumo de sustancias psicoactivas no te da una superioridad moral.

Existen personajes que tienden a persuadir desde la arrogancia a quienes no conocen del tema. Las personas que no consumen sustancias psicoactivas son personas que merecen nuestra comprensión y respeto. No es necesario convertirse, ni convertir a los demás en experimentadores pilotos chamánicos, con mil horas de vuelo en afters y millas psiconáuticas que creen saberlo todo sobre las drogas. Una posición más humilde puede ayudar a reconocer que no hay una verdad absoluta con respecto al consumo. Para esto, se puede empezar con desmitificar la conexión que usted tiene con las sustancias que mejor se relaciona, para posteriormente indagar sobre los riesgos y daños asociados a ellas, cuanto más sepa de lo que usted conoce mejor. Las drogas se pueden salir de las manos en cualquier momento y es mejor tener los pies bien puestos sobre la tierra y contar con una red de apoyo de “seres terrenales” que puedan ayudar en caso de tener problemas.



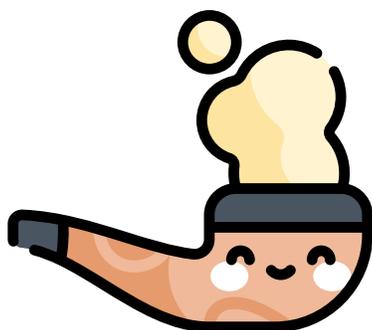
## 9. No impulsar ni promover el consumo.

Por lo menos en el proceso de salir del clóset no es bueno empujar, promover o incitar al consumo, ojalá nunca, son decisiones que las personas toman de manera informada y completamente autónomas, no son acciones inducidas o condicionadas. Una persona consumidora responsable debe respetar la libertad de decisión de quienes no consumen. Otra cosa es poder dar un buen consejo cuando las personas ya han tomado la decisión de consumir por primera vez o ya lo están haciendo. Tenga en cuenta que promover e incentivar el consumo en niños, niñas y adolescentes es un delito. Como persona consumidora usted está en la obligación de respetar y no dar mal ejemplo frente a los menores de edad, si desea consumir hágalo en un espacio alejado y nunca en presencia de niños, niñas ni adolescentes. En la medida que usted respete y de buen ejemplo frente a los menores, los argumentos moralistas y conservadores de los políticos dejarán de usar “el cuento” de los niños y las niñas para imponer sus medidas prohibicionistas y morales.



## 10. La responsabilidad del activismo.

No todas las personas que salen del clóset se convierten en activistas y no tendrían por qué hacerlo, esa postura es algo espontáneo que se da por la conjunción de muchas situaciones. Lo que sí está claro es que levantar las banderas del cambio en las políticas de drogas implica un riesgo aún mayor y una responsabilidad social y política para promover el cambio y no agudizar el prejuicio. Hay mucho tipo de activismos, unos más visibles que otros, desde el que sale a marchar, hasta el que investiga con ratas en un laboratorio, pone el tema sobre la mesa del comedor o hace todos los trabajos del semestre en la universidad sobre el fracaso de la política de drogas. Todos suman, sin duda, pero implica una responsabilidad como actores políticos.





### 11. No salga del clóset para irrespetar espacios.

El consumo de sustancias psicoactivas tanto legales como ilegales tienen unos espacios y unos contextos, no es salir del clóset para fumarse el porro frente a la abuela, echarse unas líneas en el comedor de la casa, al lado del vecino conservador, ni al lado del convento, mucho menos consumir en presencia de los niños, niñas y adolescentes. Salir del clóset no debe ser un acto provocador y mucho menos una patalata de “chico o chica irreverente”. Hacerlo de esta forma no va tener un buen resultado.

### 13. Si no se puede, no se puede.

Desista si al evaluar el escenario ve conflictos, prejuicios o consecuencias negativas para la convivencia. La idea es salir del clóset en armonía y con respeto, no desatarse para romper todo y generar un conflicto.

### 14. Si le tocó salir del clóset por un accidente, a las patadas o le sacaron de él.

Tenga muy presente todas estas recomendaciones, nadie está exento de que le descubran drogas en su casa, lo vean consumiendo, le tomen una foto y lo saquen del clóset así usted no quiera salir. Es importante no perder la calma, entender muy bien la frustración, no someterse a una discusión bajo el estado alterado de conciencia.



### 12. El día que lo haga, hágalo Sobrio/a

Si llegó el día de salir del clóset hágalo sin estar bajo el efecto de las sustancias, asuma que siempre estará perdiendo y va a ser un momento muy fuerte para su familia, amigos o compañeros de trabajo. Póngase en los zapatos del otro, vaya por partes, ambiente a la situación y esté dispuesto a abandonarla en cualquier momento, sepa aplazar la decisión si la situación lo amerita. Si en su casa hay una experiencia desagradable con el consumo, permítase reflexionar al respecto y estudiar las causales que llevaron a ese desenlace negativo para la familia y la persona.

## 15. Asumir las consecuencias (éticas, morales, políticas y sociales).

Se debe estar preparado para asumir los diferentes tipos de sanciones éticas, morales, políticas y sociales. Hay que ser responsable de los actos frente al consumo, recuerde que estamos hablando de sustancias ilegales cuyo consumo puede derivar en una sanción penal, pedagógica y/o punitiva. Se debe ser consciente de las normas, decretos, leyes que sancionan el porte, uso, consumo y evitar controvertirlas. Lo más probable es que la primera reacción sea de rechazo, decepción, angustia, tristeza, rabia por parte de su entorno. Esté muy seguro de su decisión, no se deje intimidar por insultos o reclamos, si usted es una persona funcional, amorosa, responsable, no ponga en duda eso en su corazón, no dude de que es una persona correcta ante la arremetida de la frustración de quienes no lo entienden. Ahora que ya lo hizo, empiece la fase de educación y demostración de que es posible consumir drogas y ser una persona funcional.

## 16. Generar una conciencia política sobre el uso de sustancias.

Entender el consumo más allá de un acto físico-psicológico y recreativo, es comprenderlo en un contexto político. Es poder tener una posición crítica que vaya más allá de los razonamientos comunes frente al consumo. Es dimensionar que hacemos parte de la cadena del narcotráfico, de las políticas de drogas tanto represivas, como progresistas de acuerdo con el país en el que vivimos, de la dinámica del consumo, de su contexto de legalidad y de ilegalidad, de la violencia y de la ciencia.



**Por último, queremos invitar a todas las personas que han salido del clóset psicoactivo a que nos cuenten en los comentarios de este artículo cómo fue su experiencia. Sabemos que cada persona, situación y contexto son muy diferentes, pero podrían ayudar a otras a tener más argumentos y elementos a favor para el día que tenga que hacerlo.**

