

# Self-concealment and emotional intimacy in Chilean adults in a couple relationship


## *(Autoocultamiento e intimidad emocional en adultos chilenos en una relación de pareja)*


Vicente Aranda <sup>1</sup>, Mauricio Ayala <sup>2</sup>, Camila Esquivel <sup>3,\*</sup>, Natalia Ossandón <sup>4</sup>, and Catalina Quinteros <sup>5</sup>

<sup>1</sup> Universidad de La Serena, Chile; vicente.aranda@userena.cl 

<sup>2</sup> Universidad de La Serena, Chile; mauricio.ayala@userena.cl 

<sup>3</sup> Universidad de La Serena, Chile; camila.esquivell@userena.cl 

<sup>4</sup> Universidad de La Serena, Chile; natalia.ossandon@userena.cl 

<sup>5</sup> Universidad de La Serena, Chile; catalina.quinteros@userena.cl 

\* Correspondence: camila.esquivell@userena.cl; (+569) 57159998

**Reference:** Aranda, V., Ayala, M., Esquivel, C., Ossandón, N., & Quinteros, C. (2024). Self-concealment and emotional intimacy in Chilean adults in a couple relationship (*Autoocultamiento e intimidad emocional en adultos chilenos en una relación de pareja*). *Ibero-American Journal of Psychology and Public Policy*, 1(2), 232-253.  
<https://doi.org/10.56754/2810-6598.2024.0012>

**Editor:** Lillian Loezar-Pérez

**Reception date:** 03 Dec 2023

**Acceptance date:** 29 May 2024

**Publication date:** 29 Jul 2024

**Language:** English and Spanish

**Translation:** Helen Lowry

**Publisher's Note:** IJP&PP remains neutral with regard to jurisdictional claims in published maps and institutional affiliations.



**Copyright:** © 2024 by the authors. This article is an open access article distributed under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY-NC-SA) license (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>).

**Abstract:** The study investigated the relationship between self-concealment and emotional intimacy in Chilean adults in a couple relationship. The research design was correlational, cross-sectional, and non-experimental. Data were collected through a Google form open to the community, containing the Self-Concealment Scale and the Emotional Intimacy Scale. As a result, a negative correlation was obtained between the constructs, where self-concealment explained 8.26% of the variability of emotional intimacy. Likewise, no significant differences were found between the scores of the scales between men and women. This meant that the higher the self-concealment, the lower the emotional intimacy in couples, and that men and women have similar levels of self-concealment and emotional intimacy. Finally, it was concluded that self-concealment significantly correlates with emotional intimacy among Chileans in a couple relationship.

**Keywords:** concealment; emotional closeness; emotional openness; emotional bonds; relationships; mental health.

**Resumen:** El estudio buscó investigar sobre la relación entre el autoocultamiento y la intimidad emocional en adultos chilenos que se encuentran en una relación de pareja. El diseño de investigación fue correlacional, transversal y no experimental. Los datos fueron recolectados mediante un formulario de Google abierto a la comunidad, el cual contenía la Escala de autoocultamiento y la Escala de Intimidad Emocional. Como resultado se obtuvo una correlación negativa entre los constructos, en donde el autoocultamiento explicó un 8.26% de la variabilidad de la intimidad emocional. Asimismo, no se encontraron diferencias significativas entre los puntajes de las escalas entre hombres y mujeres. Lo que significó, que a mayor autoocultamiento menor es la intimidad emocional en pareja. Además, se concluye que los hombres y mujeres tienen niveles similares de autoocultamiento e intimidad emocional. Finalmente, se concluyó que, el autoocultamiento está significativamente correlacionado con la intimidad emocional de los chilenos que se encuentran en pareja.

**Palabras clave:** ocultamiento; cercanía emocional; apertura emocional; vínculos afectivos; relaciones interpersonales; salud mental.

**Resumo:** O estudo procurou investigar a relação entre autocontrole e intimidade emocional em adultos chilenos em um relacionamento de casal. O desenho da pesquisa foi correlacional, transversal e não experimental. Os dados foram coletados por meio de um formulário do Google aberto à comunidade, que continha a Escala de Autocontrole e a Escala de Intimidade Emocional. Como resultado, foi obtida uma correlação negativa entre os construtos, com a autocobrança explicando 8,26% da variabilidade da intimidade

emocional. Da mesma forma, não foram encontradas diferenças significativas entre as pontuações das escalas entre homens e mulheres. Isso significa que quanto maior a autoculpabilização, menor a intimidade emocional em um casal, e que homens e mulheres têm níveis semelhantes de autoculpabilização e intimidade emocional. Por fim, concluiu-se que a autocontenção está significativamente correlacionada com a intimidade emocional em casais chilenos.

*Palavras-chave:* ocultação; proximidade emocional; abertura emocional; vínculos emocionais; relacionamentos; saúde mental.

## 1. Introduction

Recently, mental health has gained significant attention worldwide as a highly researched subject, owing to its significance in people's lives. As a result of various events, such as the COVID-19 pandemic, mental health has deteriorated in the population. In this regard, rates of depression and anxiety increased by 25% during the first year of the pandemic, adding to the 1 billion people who already have some mental disorder (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2022a; Organización Panamericana de la Salud, 2023). Hence, advancing mental health among the population is crucial not only to avert the onset of disorders but also to cultivate a state of well-being in which individuals can actualize their potential, effectively cope with adversity, engage in productive work, and make meaningful contributions to their community (OMS, 2022b).

In addition to circumstances such as isolation or confinement, other factors impact mental health, such as attachment style, self-perception of health status, eating behavior, use of social media, and perception of quality of life (Abjaude et al., 2020; Baader et al., 2014; Esteban et al., 2012; Mónaco et al., 2021; Salinas-Rehbein & Ortiz, 2020; Valencia, 2007). One underexplored dimension among these is relationship style (Salinas-Rehbein & Ortiz, 2020). Numerous studies suggest that people who maintain good relationships have lower rates of anxiety or depression (Santini et al. 2015), as well as higher self-esteem (Harris & Orth, 2020). Barzeva et al. (2020), in their study on the cycle of social withdrawal, anxiety, and the influence of victimization and peer acceptance, show that individuals tend to withdraw more when they experience higher levels of social anxiety or encounter more difficulties with their peers. Furthermore, this increased social withdrawal is found to be associated with higher rates of victimization and lower levels of acceptance. Concerning the above, Zhu et al. (2021), in their study about social withdrawal as a suicide risk factor, state that emerging adults may have greater stress and anxiety and demonstrate greater social withdrawal, self-injury, and suicidal behaviors. In this regard, Dat et al. (2021) discovered that those with lower self-esteem and higher social anxiety exhibited greater suicide ideation, as evidenced by their study on the impact of social anxiety and self-esteem on suicide risk.

A key element in maintaining positive relationships is emotional intimacy, understood as the capacity of human beings to show themselves as they truly are to others in relationships. Emotional intimacy involves the ability to behave, think, or feel without fear of being judged by others. It means not concealing or limiting our true selves (Parra, 2022). Intimacy strengthens the bond and develops trust in couple relationships (Godoy, 2014). Intimacy entails revealing one's fragilities to another in a safe emotional space, so the lack of it prevents the processing of conflicts, which would cause the co-evolution of identity to deteriorate (Tapia-Villanueva & Molina, 2014).

On the other hand, interpersonal intimacy has been defined as a person's intimate zone with another, where there is openness to dialogue, expression, and an emotional bond (Castillo Sotelo, 2019), this is achieved by sharing our experiences and feelings with others (Rodríguez Salazar & Rodríguez Morales, 2020). Likewise, Shrier and Blood (2016) examined how emotional intimacy and

momentary sexual desire influenced perceived relationship quality in heterosexual couples. These authors concluded that sexual desire is positively related to emotional intimacy and relationship quality. They also determined a difference in the perception of relationship quality between men and women. The men in the study perceived higher relationship quality and enjoyed physical intimacy more when they felt greater sexual desire in the relationship, whereas the women perceived higher quality and enjoyed physical intimacy more when they felt greater emotional intimacy.

Similarly, several studies on emotional intimacy concluded that there is a positive association between emotional intimacy and variables such as partner satisfaction, positive marital adjustment, emotional well-being, understanding, communication, partner support, and sexual well-being (Costa et al., 2020; Guzmán-González et al., 2021; Shenbakam & Sathyamurthi, 2019; Štulhofer et al., 2020; Van Niekerk et al., 2021). It has also been associated with problem-solving and contentious discussions within the couple's relationship (Mirzanezhad, 2020; Shahar et al., 2019), thus, emotional intimacy could be considered a protective factor within a romantic partnership. Studies like the one conducted by South (2023) point to the pervasiveness of romantic relationships and their connection with mental health, the author mentions that positive romantic relationships can be a key factor for mental health and well-being, just as unsatisfactory relationships predispose individuals to psychopathology.

Thus, in a couple relationship context, emotional intimacy would be the foundation of security for a close and nurturing relationship to develop (Parra, 2022). However, many individuals present difficulties in achieving the desired closeness due to insecurities such as being rejected, devalued, manipulated, and abandoned, which would limit their own nature (Parra, 2022). This tendency to hide personal information perceived as stressful or negative from others is called "self-concealment" behavior (Masuda et al., 2010). Conversely, according to Kumar and Srivastava (2024) in their study on attachment styles, inferiority complex, and self-concealment, they reported that feelings of inferiority and self-concealment may stem from interaction with the caregiver, leading to heightened levels of stress and reduced psychological well-being. It is, therefore, possible to acquire better stress management skills by understanding the difficulties that come with self-concealment and an inferiority complex. Likewise, it is revealed that the interpersonal pattern of self-concealment could be associated with unmet basic needs (Hogge et al., 2023).

Self-concealment has been shown to significantly impact mental and physical well-being (Salinas-Oñate et al., 2022). Specifically, in clinical instances involving individuals on the suicide spectrum, a lower tendency to disclose personal information is connected with reduced post-traumatic growth and increased symptoms of anxiety and depression (Levi-Belz et al., 2021). In this regard, Skinner et al. (2021) and Luoma and Chwyl (2022) concluded in their studies that not revealing information is associated with antisocial behaviors, negative interpersonal outcomes, and subsequent depressive symptoms. Similarly, Cepeda-Benito and Short (1998), in their study on the perceived likelihood of seeking professional help, concluded that self-concealment is positively associated with self-reported distress and avoidance of necessary psychological treatment. In their study of Latino university students, Mendoza et al. (2015) concluded that lower self-concealment in women is related to a greater tendency to seek both general and professional help than men. In addition, research by Davis (2023) mentions that those who conceal are more likely to worry and repress their secrets, leading them to experience higher levels of negative affect and guilt. This finding aligns with the idea that the perceived meaning of secrecy plays a crucial role in influencing the process of self-concealment and its impact on mental health (Davis, 2023).

In a study examining how perceived self-concealment in close relationships influences marital well-being, Bingley et al. (2021) point out that self-concealment negatively affects the quality of the couple's relationship and enhances feelings of exclusion. On the other hand, Davis et al. (2020), in their study on secrets, psychological health, and the fear of discovery, describe that revealing something one feels ashamed or guilty about, while it can deepen a relationship, can also break it. However, keeping secrets carries an additional mental cost that may not be considered when assessing the costs of withholding certain information, therefore, it could be a factor that, over time, causes the relationship and its well-being to decline.

Self-concealment has even been associated with several diseases (Letelier & Errázuriz, 2020). The area of psycho-oncology has linked this behavior to distress, and it has been indicated that the greater the patient's perception of support from their spouse, the lower the tendency to hide their worries and thoughts (Wertheim et al., 2018). This would be associated with Rasco & Warner's (2017) study on attachment and satisfaction in couple relationships, where they concluded that authenticity, self-disclosure, and self-concealment can influence the type of attachment and satisfaction in romantic relationships.

Theoretically, Godoy (2014) relates the absence of emotional intimacy to the degree of introspection the individual achieves and their attachment style. The author explains that intimacy with another is subordinated to the ability to know and accept oneself. At the same time, it has been shown that there may be a certain connection between self-concealment and some factors that determine relationships. For example, the case of relational intimacy considers both the emotional connection with the partner and communication and has emotional regulation as a protective factor (Constant et al., 2021). Similarly, Sease et al. (2022), in their study on the impact of emotional abuse on self-concealment, found that in emotionally abusive relationships, people with poor emotional regulation tend to self-conceal more as a form of defense.

However, the few studies that exist on the relationship between the two (Finkenauer et al., 2009; Rasco & Warner, 2017; Shrier & Blood, 2016; Van Niekerk et al., 2021) have mainly been conducted in healthcare (physical and mental) settings on university students or adults of other nationalities. Similarly, research on emotional intimacy has primarily studied its link with attachment in foreign populations but not in the Chilean population; therefore, considering the literature review, this study proposes a relationship between self-concealment and emotional intimacy using a Chilean sample. Thus, the greater the self-concealment, the lower the emotional intimacy, where these variables may be relevant to explain the dynamics of couple relationships. To address the above, research in both a general and national context is required, given that people who maintain good relationships have lower rates of anxiety and depression (Sierra et al., 2003; Dat et al., 2021) and greater self-esteem, and social, emotional, and physical well-being (Harris & Orth, 2020), which does not apply to only one age group or nationality.

Likewise, it is of the utmost importance to delve more deeply into the constructs of self-concealment and emotional intimacy to clarify their meaning and influence on people. To achieve these objectives, it is necessary to design strategies based on understanding these constructs to generate awareness among the population, foster relationships, and reduce self-concealment. Addressing the knowledge gap on the relationship between self-concealment and emotional intimacy in the Chilean adult population will contribute to understanding the processes that have affected the mental health of the population in recent years. Similarly, the deepening of concepts and the application of related instruments would help generate strategies for the reduction of these tendencies, which are considered a risk factor in men and women in Chile. This unique and specific focus on adults aged 18-29 in a couple

relationship opens up new lines of inquiry by providing valuable information on mental health, relationships, and emotional well-being issues. Furthermore, these findings may inspire interventions aimed at enhancing intimacy and lessening self-concealment in couples or family therapy programs, as well as in the training and development of communication skills or programs focused on emotional health education.

## 2. Objectives and hypotheses

The main objective of this project is to identify the relationship between self-concealment and emotional intimacy. Specifically, we seek to examine, describe, and distinguish the tendencies of self-concealment and emotional intimacy in both men and women of Chilean nationality who are in a romantic relationship. In addition, the aim is to analyze the empirical findings and scientific literature on self-concealment and emotional intimacy in couple relationships.

The hypotheses guiding the work are:

1. There is a negative and significant correlation between the variables of self-concealment and emotional intimacy. It is expected that as the level of self-concealment increases, the level of emotional intimacy will decrease.
2. Men who are in a relationship will report higher levels of self-concealment than women who are also in a relationship.

## 3. Method

### 3.1. Participants

Initially, the sample size was estimated to be 128 participants according to the G\*Power program (Faul et al., 2007; 2009) for multiple linear regression, a priori, an  $r$  of at least 0.1, alpha error probability of 0.05, power of 0.95, and a single predictor. The sample inclusion criteria were to be Chilean adults between 18 and 29 years of age who indicated that they were in a couple relationship at the time of the application, without differentiating between heterosexual and homosexual couples. Finally, the total sample consisted of 130 participants included in the analysis, exceeding the initial estimate of 128 by 2 participants. Of these, 86 (66.2%) were female and 44 male (33.8%), with an average age of 21 years ( $SD = 2.78$ ).

Notably, the choice of the sample was based on the diversity of contexts in which there may be a tendency to hide information and the availability and accessibility of the participants to answer the form online. On this basis, the chosen age range was considered to group the sample in young people over 18 years, so age was not considered to stratify the sample but for a general analysis. On this basis, the developmental stage of the participants was not considered in the results analysis. Furthermore, the sample lacks information regarding the education level and regions of origin, which would provide context. However, it can be confirmed that the sample represents the Chilean population as it consists solely of Chilean nationals. Finally, time spent with a partner was not considered a variable to be analyzed.

### 3.2. Design

A quantitative study was conducted with a correlational, cross-sectional, and non-experimental design according to the study objectives and the criteria proposed by Hernández-Sampieri et al. (2010).

### 3.3. Instruments

The instruments used were selected under the following criteria: (a) the theory they present is coherent and relevant to the objective of our study; (b) they have undergone a validation process in Chile; (c) there is access to the guidelines and instruments for their application; and (d) they are easy and brief to apply to the population.

#### 3.3.1. Sociodemographic Questionnaire

A brief sociodemographic questionnaire was created that contained questions about sex, age, whether they were in a couple relationship, and nationality.

#### 3.3.2. Larson and Chastain's Self-Concealment Scale

Larson and Chastain's Self-Concealment Scale (1990) was designed to measure people's level of self-concealment. This is a unidimensional scale consisting of 8 Likert-type items, valued from 1 to 5, where 1 is "Strongly disagree" and 5 is "Strongly agree", which means that the higher the score, the higher the level of self-concealment. It should be noted that this scale underwent a validation process in Chile (Salinas-Oñate et al., 2022), which included a translation process for the subsequent analysis of its psychometric properties. McDonald's omega statistic yielded a good level of internal consistency ( $\omega = .85$ ), and the confirmatory factor analysis and validity tests yielded good indicators ( $CFI = .96$ ;  $TLI = .94$ ;  $RMSEA = .08$ ;  $SRMR = .04$ ) (Salinas-Oñate et al., 2022).

#### 3.3.3. Emotional Intimacy Scale

The Spanish version of the Emotional Intimacy Scale (EIS-S), originally designed by Sinclair and Dowdy (2005) and adapted for Spanish by Guzmán-González et al. (2021), aims to measure the construct of emotional intimacy in heterosexual, gay, and lesbian couples. This scale is characterized as a unidimensional Likert-type scale, composed of 5 items rated from 1, "Strongly disagree" to 5, "Strongly agree", where the higher the score, the greater the emotional intimacy. It is worth noting that the validation process of the scale in Chile (Guzmán-González et al., 2021) consisted of a confirmatory factor analysis to measure the factorial structure of the model. In this analysis, significant factor loadings were obtained ( $p < .001$ ) and excellent fit indices ( $CFI = .999$ ;  $TLI = .997$ ;  $RMSEA = .066$ ). In addition, the reliability coefficients indicated good internal consistency (McDonald's  $\omega = .89$ ; Cronbach's  $\alpha = .90$ ) (Guzmán-González et al., 2021).

### 3.4. Procedure and ethical safeguards

Data were collected using a Google form open to the community that was disseminated online through social media such as WhatsApp and Instagram between August and September 2023. It is important to mention that the research process was approved and validated by the Ethics Committee of the Universidad de La Serena.

Similarly, the participants were provided with an informed consent form to ensure ethical standards were upheld. The form detailed the study's aims, key features, and the measures implemented to safeguard their rights. It was indicated that the data were anonymous for the sole and exclusive purpose of research, that withdrawal at any time was possible, and that the research did not include psychological risk information for the participants.

### 3.5. Analysis strategy

The data were transferred, coded on an Excel spreadsheet, and then analyzed in the Jamovi 2.2.5 software (The Jamovi Project, 2021). Descriptive and inferential analyses (Pearson correlation and linear regression) were performed to analyze the data obtained. Regarding the descriptive analyses, the psychological scales and the sex variable were included. Subsequently, a Pearson correlation and linear regression analyses were performed to correlate the total scores of the self-concealment and emotional intimacy scales and examine how these results are explained. Finally, the Student's t-test was used to compare the means of the scales according to the participants' sex.

## 4. Results

First, the sample was described based on the scores obtained on the Self-Concealment Scale ( $M = 26.2, SD = 8.35, Min. = 9, Max. = 40$ ) and the Emotional Intimacy Scale ( $EIS; M = 22.5, SD = 3.70, Min. = 9, Max. = 25$ ), where it can be seen that the participants present high levels of self-concealment and emotional intimacy.

The main study objective was to investigate and identify the relationship between self-concealment and emotional intimacy in Chilean adults in a romantic relationship. We also sought to test two hypotheses: a negative correlation exists between the constructs, and men present greater self-concealment than women. The Pearson correlation coefficient statistical test was used to test the first hypothesis, indicating a significant negative correlation of mean strength  $r = -.287, p < .001$ .

Similarly, a linear regression was performed between self-concealment and emotional intimacy. Linear regression between the variables shows us that self-concealment explains 8.26% of the variability of emotional intimacy ( $R^2 = .083$ ),  $F(1, 128) = 11.5, p < .001$ . The Self-Concealment Scale score showed a negative and significant effect on the Emotional Intimacy Scale scores ( $\beta = -0.128, 95\% CI [-0.455, -0.120], p < .001$ ).

On the other hand, the averages of the psychological variables were compared according to sex (see Table 1). Regarding the self-concealment variable, female ( $M = 26.0, SD = 7.88, n = 86$ ) and male ( $M = 26.8, SD = 9.27, n = 44$ ) participants presented very similar scores, and no statistically significant differences were found,  $t(128) = -0.513, p = .609, d = -0.095, 95\% CI [-0.458, 0.269]$ . Regarding emotional intimacy, female participants ( $M = 22.7, SD = 3.38, n = 86$ ) presented very similar mean scores to those of male participants ( $M = 22.8, SD = 4.27, n = 44$ ), indicating no significant differences between the two sexes in their emotional intimacy scores,  $t(128) = 1.13, p = .259, d = 0.210, 95\% CI [-0.155, 0.574]$ .

**Table 1**

*Student's t-test for independent samples as a function of sex between the two psychological variables*

	Female		Male		t	p	Cohen's d	Cohen's d 95% CI
	M	SD	M	SD				
Self-Concealment Scale	26.0	7.88	26.8	9.27	-0.513	.609	-0.095	[-0.458, 0.269]
Emotional Intimacy Scale	22.7	3.38	22.0	4.27	1.134	.259	0.259	[-0.155, 0.574]

Note: M = Mean; SD = Standard deviation.



## 5. Discussion

Emotional intimacy is defined as the capacity of human beings to show themselves authentically in relationships, which implies acting, thinking, or feeling without fear of judgment from the other (Parra, 2022). Intimacy is crucial in fostering trust in romantic relationships, enabling a deeper understanding of one another, and reinforcing the emotional bond (Godoy, 2014).

Self-concealment may originate in early interaction with the caregiver (Kumar & Srivastava, 2024). According to the authors, these origins increase stress levels and decrease psychological well-being. Thus, in a relationship context, many individuals have difficulties achieving the desired closeness due to insecurities such as rejection, devaluation, manipulation, and abandonment (Parra, 2022).

In this light, to understand and identify people's levels of self-concealment and emotional intimacy in the setting of couple relationships, it is essential to address issues that are part of the current situation (OMS, 2022a), such as the deterioration of mental health (South, 2023) and the individuals' quality of relationships (Shrier & Blood, 2016). Hence, it is relevant to consider both variables since one factor that affects mental health is relationship style (Salinas-Rehbein & Ortiz, 2020; Valencia, 2007). This has been pointed out through various studies (Godoy, 2014) that indicate that people who maintain good interpersonal relationships have lower rates of anxiety or depression (Santini et al. 2015), and contrasts with the impact that self-concealment has on mental and physical health (Salinas-Oñate et al., 2022), associating the latter with symptoms of anxiety and depression (Kahn & Hessling, 2001).

The study's main objective was to investigate the existence of a negative correlation between self-concealment and emotional intimacy in Chilean adults who reported being in a couple relationship. A negative correlation was obtained for this objective and hypothesis, indicating that the greater the self-concealment, the lower the emotional intimacy in the couple. Thus, the results coincide with the initial hypothesis, indicating a significant relationship between self-concealment and emotional intimacy in Chilean adults between 18 and 29 years of age in couple relationships. A linear regression analysis of the study variables found that self-concealment accounts for 8.26% of the variance in emotional intimacy scores. This suggests that self-concealment is a significant variable that should be considered in the overall understanding of emotional intimacy.

In analyzing the results, it is essential to consider that the demographic profile of the sample was composed of Chilean adults in a couple relationship. Age varied narrowly, ranging from 18 to 29 years, and the average age was 21. This homogeneous age variability is relevant to our findings, as it is associated with a developmental stage characterized as a time of exploration and personal development, where individual identities and couple relationships are established (Jamison & Beckmeyer, 2021). In this sense, the changes experienced at this stage may influence how people manage emotional intimacy and self-concealment. The exploration of identity and the search for new experiences lead to greater self-knowledge and emotional openness. However, there may also be social pressures that affect the fear of judgment from others, which could lead to self-concealing behaviors.

The findings of our research corroborate the existence of a negative correlation between self-concealment and emotional intimacy, which is consistent with the findings of Davis et al. (2020), who noted that disclosing something for which one feels ashamed or guilty, while it can deepen a relationship, can also break it. However, keeping secrets means a mental cost that may not be taken



into account when we evaluate the costs of concealing certain information. The link between the two studies is based on both identifying a negative correlation, where it is understood that self-concealment is an important factor in relationships, particularly in terms of trust and emotional intimacy.

Similarly, the results found in our study are related to the research on attachment and satisfaction in couple relationships conducted by Rasco and Warner (2017), where it was concluded that aspects such as authenticity, self-disclosure, and self-concealment can influence the type of attachment and satisfaction in romantic relationships. From a theoretical perspective, it can be inferred that self-concealment is closely linked to the lack of emotional intimacy, the degree of introspection, and the individual's attachment style (Godoy, 2014). Thus, the results obtained in the study by Rasco and Warner (2017) support the findings found in our study since it is corroborated that self-concealment influences elements that are part of emotional intimacy, such as attachment style and satisfaction in romantic relationships.

The results obtained from the linear regression agree with those reported by Wertheim et al. (2018), who, concerning self-concealment, argued that the greater the perception of support from the spouse, the lower the tendency to hide concerns and thoughts. The perception of spousal support explains the variability of self-concealment, just as emotional intimacy is explained by self-concealment.

Regarding the sample description based on the scores obtained from the scales, the high levels of self-concealment coincide with the high levels of perceived self-concealment in close relationships reported by Finkenauer et al. (2009). Similarly, how perceived self-concealment in close relationships influences marital well-being, referred to in the same study, is similar to the connection between self-concealment and emotional intimacy in our study. The results of this study suggest that the act of self-concealment has a detrimental impact on the quality of the relationship and leads to increased feelings of exclusion. This is significant because self-concealment has been linked to various ailments (Letelier & Errázuriz, 2020), such as the presence of distress or symptoms of anxiety and depression (Kahn & Hessling, 2001).

Based on the absence of any notable disparities in the self-concealment and emotional intimacy scores between women and men, it is evident that there is considerable heterogeneity in the scores of these constructs. Therefore, it can be inferred that men engage in self-concealment and possess levels of emotional intimacy comparable to women. This finding led to the rejection of the hypothesis that men self-conceal more than women, which differs from what was obtained by Mendoza et al. (2015) in their research, where their study yielded lower self-concealment in women being related to a greater tendency to seek help compared to men. In this sense, the link with our study is based on the fact that, in comparison with the study by Mendoza et al. (2015), where there are significant differences in the levels of self-concealment between men and women, lies in our study finding no differences between men's and women's self-concealment scores, demonstrating very similar levels of self-concealment.

Thus, previous research (Guzmán-González et al., 2021; Salinas-Oñate et al., 2022) empirically supports the relevance of the two study variables since relationship style is affected by the level of emotional intimacy or self-concealment that can be achieved, which also impacts the person's mental health. Hence, our study is relevant as it provides the evidence needed to finally correlate these constructs that condition relationship style and quality. This may lead to a better understanding of factors likely affecting individuals' mental health.

At the same time, the findings presented here offer a more comprehensive perspective on the interplay of these variables within the Chilean population and the factors that impact individuals' mental well-being in the development of healthy relationships and good emotional intimacy (Parra, 2022). It would be beneficial to highlight factors such as self-concealment that affect people's well-being (Salinas-Oñate et al., 2022), and based on this information, professionals in the area could be guided in the creation of policies focused on risk factors and oriented towards protective factors that promote mental health and reduce existing problems.

Specifically, the results help identify how age and sex are related to certain factors that affect people's mental health, such as self-concealment and emotional intimacy. The study, therefore, serves as a guide for formulating strategies and approaches directed to people's specific needs, greatly contributing to the identification of these needs.

However, despite the significant results obtained, the study presented several difficulties that should be considered for future studies. First, the sample of 130 people could be regarded as too limited to generalize the results to the entire Chilean population in relationships. Alternatively, one could expand the sample size or narrow the focus to the specific subject of interest. On the other hand, it is important to consider that obtaining a sample of participants in relationships is more complex, so being in a relationship may not be an inclusion criterion.

Further research could also consider other dimensions and constructs related to self-concealment that can better explain emotional intimacy in a couple relationship. Finally, considering other scales or creating new scales to assess the constructs could help improve the identification and understanding of the relationship between emotional intimacy and self-concealment.

## 6. Conclusions

In conclusion, the existence of a significant negative correlation between self-concealment and emotional intimacy in Chilean adults between 18 and 29 years old, with an average age of 21 years, who are in a couple relationship, was corroborated, thus fulfilling the main objective and confirming the first hypothesis. No significant relationship was found between emotional intimacy and self-concealment and the sex of the participants, indicating that women and men have similar levels of self-concealment and emotional intimacy, thereby rejecting the second hypothesis. These findings provide the study with empirical evidence of the variables addressed, which is particularly relevant when understanding the influence that self-concealment and emotional intimacy have on the mental health of individuals and on the construction of relationships. Similarly, being aware of these phenomena enables the development of strategies to efficiently reduce self-concealment, which is regarded as a potential risk to the population's mental well-being in Chile.

# *Autoocultamiento e intimidación emocional en adultos chilenos en una relación de pareja*

## **1. Introducción**

A nivel global, durante los últimos años, la salud mental ha sido uno de los tópicos más investigados por su relevancia en la vida de las personas. Producto de diversas contingencias como la pandemia por COVID-19, la salud mental se ha deteriorado en la población. En este sentido, las tasas de depresión y ansiedad aumentaron en un 25% durante el primer año de la pandemia, sumándose a los 1.000 millones de personas que ya sufrían de algún trastorno mental (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2022a; Organización Panamericana de la Salud, 2023). Por lo tanto, avanzar en salud mental para la población es clave no solo para evitar la emergencia de trastornos, sino porque permitiría desarrollar ese estado de bienestar en el cual cada individuo despliega su potencial, puede afrontar las adversidades, trabajar de forma productiva y aportar algo a su comunidad (OMS, 2022b).

Además de circunstancias como el aislamiento o el confinamiento, existen otros factores que inciden en la salud mental como el estilo de apego, la autopercepción del estado de salud, la conducta alimenticia, el uso de redes sociales y la percepción de la calidad de vida (Abjaude et al., 2020; Baader et al., 2014; Esteban et al., 2012; Mónaco et al., 2021; Salinas-Rehbein & Ortiz, 2020; Valencia, 2007). Dentro de estos, una dimensión clave que ha sido poco estudiada es el estilo de relaciones interpersonales (Salinas-Rehbein & Ortiz, 2020). Numerosos estudios apuntan a que las personas que mantienen buenas relaciones interpersonales tienen menores tasas de ansiedad o depresión (Santini et al. 2015), además de presentar mayor autoestima (Harris & Orth, 2020). Barzeva et al. (2020) en su estudio sobre el ciclo del retraimiento social, la ansiedad y el papel de victimización y aceptación entre los pares, revelan que las personas se vuelven más retraídas cuando se tornan más ansiosas socialmente o cuando experimentan mayores problemas con los pares, y que a su vez el aumento del retraimiento social predice una mayor victimización y una menor aceptación. En relación con lo anterior, Zhu et al. (2021) en su estudio sobre el retraimiento social como factor de riesgo suicida, exponen que los adultos emergentes pueden tener mayor estrés, ansiedad y demostrar mayor retraimiento social, autolesiones y conductas suicidas. En este sentido, Dat et al. (2021) en su estudio sobre la influencia de la ansiedad social y la autoestima en el riesgo de suicidio, encontraron que las personas con menor autoestima y mayor ansiedad social tenían una mayor ideación suicida.

Un elemento clave para lograr mantener relaciones positivas es la presencia de intimidad emocional, entendiéndola como la capacidad que tiene el ser humano de mostrarse de manera auténtica con los demás en el plano de las relaciones interpersonales. La intimidad emocional implica actuar, pensar o sentir sin miedo al juicio del otro, lo que supone no ocultar o restringir nuestra propia forma de ser (Parra, 2022). En este sentido, la intimidad contribuye al fortalecimiento del vínculo y permite el desarrollo de la confianza en las relaciones de pareja (Godoy, 2014). La intimidad conlleva develar las fragilidades de uno ante el otro en un espacio emocional seguro, por lo que la falta de ésta impide el procesamiento de conflictos, lo que provocaría un deterioro en la coevolución de la identidad (Tapia-Villanueva & Molina, 2014).

Por otro lado, se ha definido la intimidad interpersonal como la zona íntima de una persona con otro, donde hay apertura al diálogo, expresión y un vínculo emocional (Castillo Sotelo, 2019), esta se lograría al compartir nuestras propias experiencias y sentimientos a los otros (Rodríguez Salazar & Rodríguez Morales, 2020). Asimismo, Shrier y Blood (2016) en su estudio examinaron cómo

la intimidad emocional y el deseo sexual momentáneo influyeron en la calidad de la relación percibida en parejas heterosexuales. Estos autores concluyeron que el deseo sexual se relaciona positivamente con la intimidad emocional y la calidad en la relación. Asimismo, determinaron que existe una diferencia de la percepción sobre la calidad de la relación entre hombres y mujeres. Los hombres del estudio percibían una mayor calidad en la relación y disfrutaban más la intimidad física cuando sentían mayor deseo sexual en la relación, mientras que las mujeres del estudio percibían una mayor calidad y disfrutaban más de la intimidad física cuando sentían una mayor intimidad emocional.

De igual forma, diversos estudios sobre la intimidad emocional concluyeron que hay una asociación positiva entre la intimidad emocional y variables como la satisfacción de parejas, el ajuste marital positivo, el bienestar emocional, la comprensión, la comunicación, el apoyo en pareja y el bienestar sexual (Costa et al., 2020; Guzmán-González et al., 2021; Shenbakam & Sathyamurthi, 2019; Štulhofer et al., 2020; Van Niekerk et al., 2021). Así como también se ha asociado a la resolución de problemas y discusiones conflictivas dentro de la relación de pareja (Mirzanezhad, 2020; Shahar et al., 2019), por lo que, la intimidad emocional podría considerarse un factor protector dentro de una relación de pareja. En este sentido, estudios como el realizado por South (2023) señalan la omnipresencia de las relaciones románticas y su relación con la salud mental, el autor menciona que las relaciones románticas positivas pueden ser un factor clave para la salud mental y bienestar, al igual que las relaciones insatisfactorias predisponen a los individuos a presentar psicopatologías.

De esta manera, en un contexto de relación de pareja, la intimidad emocional sería la base de seguridad para que se pueda desarrollar una relación cercana y nutritiva (Parra, 2022). Sin embargo, muchos individuos presentan dificultades para lograr la cercanía anhelada debido a inseguridades como el ser rechazado, desvalorizado, manipulado y abandonado, lo que llevaría a restringir su propia naturaleza (Parra, 2022). Esta tendencia de ocultar a otros, información personal percibida como estresante o negativa, se le denomina conducta de "autoocultamiento" (Masuda et al., 2010). Por otro lado, según Kumar y Srivastava (2024) en su estudio sobre los estilos de apego, el complejo de inferioridad y el autoocultamiento, exponen que el sentimiento de inferioridad y el autoocultamiento puede tener sus orígenes en la interacción con el cuidador, lo que conlleva a un aumento de los niveles de estrés y una disminución del bienestar psicológico. Por lo que es posibles adquirir mejores habilidades de gestión del estrés si se comprenden las dificultades que trae consigo el autoocultamiento y el complejo de inferioridad. Asimismo, se revela que el patrón interpersonal de autoocultar podría estar asociado a necesidades básicas insatisfechas (Hogge et al., 2023)

El autoocultamiento ha demostrado tener un impacto tanto en la salud mental como física (Salinas-Oñate et al., 2022), a su vez, en casos clínicos como pacientes dentro del espectro suicida, una menor revelación personal indica un menor crecimiento post-traumático, asociado a la sintomatología ansiosa y depresiva (Levi-Belz et al., 2021). En tal sentido, Skinner et al. (2021) y Luoma y Chwyl (2022) en sus estudios concluyeron que no revelar información se asocia con comportamientos antisociales, resultados interpersonales negativos y síntomas depresivos posteriores. De igual forma, Cepeda-Benito y Short (1998) en su estudio sobre la probabilidad percibida de buscar ayuda profesional concluyeron que el autoocultamiento se asocia positivamente con la angustia autoinformada y la evitación del tratamiento psicológico necesario. Por su parte, Mendoza et al. (2015) en su estudio en estudiantes universitarios latinos concluyeron que un menor autoocultamiento en mujeres está relacionado a una mayor tendencia a buscar ayuda tanto general como profesional en comparación a los hombres. Además, la investigación realizada por Davis (2023) menciona que aquellos que ocultan, son más propensos a preocuparse y reprimir sus secretos, llevándolos a experimentar mayores niveles de

afecto negativo y culpa. Este hallazgo se alinea con la noción de que el significado percibido del secreto juega un papel crucial, lo que influye en el proceso de autoocultamiento y sus repercusiones en la salud mental (Davis, 2023).

En un estudio en que se examinó cómo la percepción del autoocultamiento en relaciones cercanas influye en el bienestar marital, Bingley et al. (2021) señalan que el autoocultamiento afecta negativamente en la calidad de la relación de pareja y potencia los sentimientos de exclusión. Por otro lado, Davis et al. (2020) en su estudio sobre los secretos, la salud psicológica y el miedo al descubrimiento, nos expone que revelar algo por lo que uno se siente avergonzado o culpable, si bien puede profundizar una relación, también puede romperla. Sin embargo, mantener el secreto conlleva un costo mental adicional que puede no tenerse en cuenta cuando evaluamos los costos de ocultar cierta información, por lo que, podría ser un factor que con el paso del tiempo deteriore la relación y el bienestar dentro de la misma.

El autoocultamiento ha sido asociado a diversas enfermedades (Letelier & Errázuriz, 2020). En este sentido, el área de la psicooncología ha asociado esta conducta a la presencia de distrés y señalaron que mientras mayor percepción de apoyo tenga el paciente de parte de su cónyuge, menor será la tendencia a ocultar sus preocupaciones y pensamientos (Wertheim et al., 2018). Esto estaría asociado al estudio de Rasco y Warner (2017) sobre el apego y la satisfacción en relaciones de pareja, en donde concluyeron que la autenticidad, la auto revelación y el autoocultamiento pueden influir en el tipo de apego y en la satisfacción de las relaciones románticas.

Teóricamente, Godoy (2014) relaciona la ausencia de la intimidad emocional con el grado alcanzado de introspección del individuo, y su estilo de apego. En este sentido, explica que la intimidad con un otro está subordinada a la capacidad de conocerse y aceptarse a sí mismo. A su vez, se ha evidenciado que puede existir cierta relación entre el autoocultamiento y algunos factores que determinan las relaciones interpersonales. Por ejemplo, el caso de la intimidad relacional, la cual toma en cuenta tanto la conexión emocional con la pareja como la comunicación y tiene como factor protector la regulación emocional (Constant et al., 2021). De igual forma, Sease et al. (2022) en su estudio sobre el impacto del abuso emocional en el autoocultamiento encontró que en relaciones abusivas emocionales las personas con poca regulación emocional tienden a autoocultar más como una forma de defensa.

Sin embargo, los pocos estudios que hay sobre la relación entre ambos (Finkenauer et al., 2009; Rasco & Warner, 2017; Shrier & Blood, 2016; Van Niekerk et al., 2021) se han desarrollado principalmente en ámbitos de salud (física y mental) en estudiantes universitarios o en adultos de otras nacionalidades. De igual manera, las investigaciones sobre la intimidad emocional han estudiado principalmente su nexos con el apego en poblaciones extranjeras, pero no en población chilena, por lo cual, al considerar la revisión de la literatura, en este estudio se propone que existe una relación entre el autoocultamiento y la intimidad emocional a través de una muestra chilena. De tal manera que, a mayor autoocultamiento menor es la intimidad emocional, en donde estas variables pueden resultar relevantes para explicar la dinámica de las relaciones de pareja. Para abordar lo anterior es necesario investigar tanto en contexto general como nacional, dado que las personas que mantienen buenas relaciones interpersonales presentan menores tasas de ansiedad y depresión (Sierra et al., 2003; Dat et al., 2021), así como, mayor autoestima, bienestar social, emocional y físico (Harris & Orth, 2020), lo cual aplica no solo a un grupo etario o nacionalidad.

Asimismo, es de suma importancia profundizar en los constructos autoocultamiento e intimidad emocional para así clarificar el significado de éstos y la influencia que tienen en las personas. Con esto, generar conciencia en la población, fomentar las relaciones

interpersonales y disminuir las tendencias de autoocultamiento mediante estrategias generadas a partir de la comprensión de dichos constructos. Tratar el vacío de conocimiento sobre la relación entre el autoocultamiento y la intimidad emocional en la población adulta chilena ayudará a contribuir al entendimiento sobre los procesos que inciden en la salud mental de la población en los últimos años. De igual forma, la profundización de conceptos y aplicación de instrumentos relacionados ayudaría a generar estrategias para la disminución de estas tendencias, que son consideradas un factor de riesgo, en los hombres y mujeres de nuestro país. Este enfoque único y específico en adultos de entre 18 y 29 años que se encuentran en una relación de pareja constituye una apertura a nuevas vías de investigación al proporcionar información valiosa sobre temas relacionados con la salud mental, relaciones interpersonales y bienestar emocional. Además, estos hallazgos pueden servir como fuente de inspiración a intervenciones destinadas a mejorar la intimidad emocional y reducir el autoocultamiento en parejas en programas de terapia de pareja o familiar, entrenamiento y desarrollo de habilidades de comunicación o programas destinados propiamente a la educación sobre la salud emocional.

## 2. Objetivos e hipótesis

Este proyecto tiene como objetivo principal identificar la relación entre el autoocultamiento y la intimidad emocional. En específico, se busca examinar, describir y distinguir las tendencias de autoocultamiento e intimidad emocional tanto en hombres como mujeres de nacionalidad chilena que se encuentran en una relación de pareja. Además, se pretende analizar los hallazgos empíricos y literatura científica sobre el autoocultamiento e intimidad emocional en las relaciones de pareja.

Las hipótesis que guían el trabajo son:

1. Existe una correlación negativa y significativa entre las variables de autoocultamiento e intimidad emocional. Se espera que a medida que aumente el nivel de autoocultamiento, disminuya el nivel de intimidad emocional.
2. Los hombres que se encuentran en relación de pareja reportarán niveles más altos de autoocultamiento en comparación con mujeres que también se encuentran en una relación de pareja

## 3. Método

### 3.1. Participantes

Inicialmente, se estimó que el tamaño de la muestra fuera de 128 participantes de acuerdo con lo arrojado por el programa G\*Power (Faul et al., 2007; 2009) para una regresión lineal múltiple, a priori, un  $r$  de al menos 0,1, probabilidad de error alfa de 0,05, el poder de 0,95 y un único predictor. Los criterios de inclusión de la muestra fueron ser adultos chilenos entre 18 y 29 años que señalaron estar en una relación de pareja al momento de la aplicación, sin hacer diferencias entre parejas heterosexuales y homosexuales. Finalmente, la muestra total estuvo constituida de 130 participantes que fueron considerados en el análisis, superando la estimación inicial de 128 por 2 participantes, de los cuales 86 (66,2%) correspondieron al sexo femenino y 44 (33,8%) masculino, en donde el promedio de edad fue de 21 años ( $DE = 2,78$ ).

Cabe destacar que la elección de la muestra fue en base a la diversidad de contextos en los que puede haber tendencia a ocultar información y a la disponibilidad y accesibilidad de los participantes a responder el formulario de manera virtual. En base a esto, el rango de edad elegido fue considerado para agrupar a la muestra en personas jóvenes mayores de 18 años, por lo que no se consideró la edad para estratificar la muestra, sino más bien para un análisis general. En base a esto, no se consideró la etapa de desarrollo en la que se encontraban los participantes para el análisis de los resultados. Por otro lado, no se consideró el nivel educacional ni las

regiones de procedencia para contextualizar la muestra, en este sentido, se afirma que la muestra corresponde a población chilena, ya que está constituida exclusivamente por personas de nacionalidad chilena. Por último, no se consideró el tiempo en pareja como una variable a analizar.

### **3.2. Diseño**

Se realizó un estudio cuantitativo con un diseño no experimental de enfoque correlacional no causal de carácter transversal, según los objetivos de la investigación y los criterios propuestos por Hernández-Sampieri et al. (2010).

### **3.3. Instrumentos**

Los instrumentos utilizados fueron seleccionados bajo los siguientes criterios: (a) la teoría que presentan es coherente y relevante con el objetivo de nuestra investigación; (b) han pasado por un proceso de validación en Chile; (c) se cuenta con acceso a las pautas e instrumentos para su aplicación; y (d) son fáciles y breves para aplicar a la población.

#### **3.3.1. Cuestionario sociodemográfico**

Se creó un breve cuestionario sociodemográfico que contuvo preguntas sobre sexo, edad, si se encontraba en una relación de pareja y la nacionalidad.

#### **3.3.2. Escala de Autoocultamiento de Larson y Chastain**

La Escala de Autoocultamiento de Larson y Chastain (1990) fue diseñada con el objetivo de medir el nivel de autoocultamiento que presentan las personas. Esta escala es de carácter unidimensional constituida por 8 ítems de tipo Likert, valorados del 1 al 5 en donde 1 es “Muy en desacuerdo” y 5 “Muy de acuerdo”, lo que refiere que, a mayor puntaje, mayor es el nivel de autoocultamiento. Cabe destacar que esta escala pasó por un proceso de validación en Chile (Salinas-Oñate et al., 2022), la que contó con un proceso de traducción para dar paso al posterior análisis de las propiedades psicométricas. El estadístico Omega de McDonald arrojó un buen nivel de consistencia interna ( $\omega = ,85$ ) y el Análisis Factorial Confirmatorio y las pruebas de validez entregaron buenos indicadores ( $CFI = ,96$ ;  $TLI = ,94$ ;  $RMSEA = ,08$ ;  $SRMR = ,04$ ) (Salinas-Oñate et al., 2022).

#### **3.3.3. Escala de Intimidad Emocional**

La versión en español de la Escala de Intimidad Emocional (EIE-E) diseñada originalmente por Sinclair y Dowdy (2005) y adaptada al español por Guzmán-González et al. (2021) tiene el objetivo de medir el constructo Intimidad Emocional en parejas gay, lesbianas y heterosexuales. Dicha escala se caracteriza por ser de carácter unidimensional de tipo Likert, compuesta por 5 ítems que son valorados del 1 “Totalmente en desacuerdo” al 5 “Totalmente de acuerdo”, en donde a mayor puntaje mayor es la intimidad emocional. Cabe mencionar que el proceso de validación de la escala en Chile (Guzmán-González et al., 2021) constó de un Análisis Factorial Confirmatorio para medir la estructura factorial del modelo. En dicho análisis se obtuvieron cargas factoriales significativas ( $p < ,001$ ) y excelentes índices de ajuste ( $CFI = ,999$ ;  $TLI = ,997$ ;  $RMSEA = ,066$ ). Además, los coeficientes de confiabilidad indicaron buena consistencia interna ( $\omega$  de McDonald =  $,89$ ;  $\alpha$  de Cronbach =  $,90$ ) (Guzmán-González et al., 2021).

### **3.4. Procedimiento y resguardos éticos**

La recolección de datos se realizó mediante un formulario de Google abierto a la comunidad que fue difundido de forma online por redes sociales como WhatsApp e Instagram entre el mes de agosto y septiembre del año 2023. Es importante mencionar que el proceso de investigación fue aprobado y validado por el Comité de Ética de la Universidad de La Serena.



De igual forma, para resguardar la ética se entregó un consentimiento informado a los participantes en donde se les explicó los objetivos del estudio, las características principales y los resguardos que se tomaron para la protección de sus derechos. En este sentido, se señaló que los datos son de carácter anónimo con fines únicos y exclusivos de investigación, la posibilidad de retirarse en el momento que estimaran necesario y que la investigación no contempló información de riesgo psicológico para los participantes.

### 3.5. Estrategia de análisis

Los datos fueron traspasados y codificados en una hoja de Excel, para luego ser analizados en el software Jamovi 2.2.5. (The Jamovi Project, 2021). Para analizar los datos obtenidos, se realizaron análisis descriptivos e inferenciales (Correlación de Pearson y Regresión Lineal). Respecto a los análisis descriptivos, se consideraron las escalas psicológicas y la variable sexo. Posteriormente, se realizó un análisis de correlación de Pearson y Regresión Lineal para asociar los puntajes totales de las escalas de autoocultamiento e intimidad emocional y analizar cómo se explican estos resultados. Por último, para comparar las medias de las escalas según el sexo de los participantes se utilizó la prueba T de Student.

## 4. Resultados

En primer lugar, la muestra fue descrita en base a los puntajes obtenidos en la Escala de Autoocultamiento ( $M = 26,2$ ,  $DE = 8,35$ ,  $Min. = 9$ ,  $Máx. = 40$ ) y la Escala de Intimidad Emocional (EIE) ( $M = 22,5$ ,  $DE = 3,70$ ,  $Min. = 9$ ,  $Max. = 25$ ) en donde se aprecia que los participantes presentan niveles altos de autoocultamiento e intimidad emocional.

El objetivo principal del estudio fue identificar la relación entre el autoocultamiento y la intimidad emocional en adultos chilenos que se encontraban en una relación de pareja. Asimismo, se buscaba comprobar dos hipótesis planteadas: existe una correlación negativa entre los constructos y los hombres presentan mayor autoocultamiento que las mujeres. Para comprobar la primera hipótesis se utilizó la prueba estadística del Coeficiente de Correlación de Pearson, la cual indicó que existe una correlación negativa significativa de fuerza media  $r = -,287$ ,  $p < ,001$ .

De igual forma, se realizó una Regresión Lineal entre el autoocultamiento e intimidad emocional. La regresión lineal entre las variables nos muestra que el autoocultamiento explica un 8.26% de la variabilidad de la intimidad emocional ( $R^2 = ,083$ ),  $F(1, 128) = 11,5$ ,  $p < ,001$ . El puntaje de la Escala de Autoocultamiento mostró un efecto negativo y significativo sobre los puntajes de la Escala de Intimidad Emocional ( $\beta = -0,128$ , IC 95% [-0,455, -0,120],  $p < ,001$ ).

Por otro lado, se compararon los promedios de las variables psicológicas según sexo (ver Tabla 1). En cuanto a la variable autoocultamiento, los participantes de sexo femenino ( $M = 26,0$ ,  $DE = 7,88$ ,  $n = 86$ ) y masculino ( $M = 26,8$ ,  $DE = 9,27$ ,  $n = 44$ ) presentaron puntajes muy similares, no encontrándose diferencias estadísticamente significativas,  $t(128) = -0,513$ ,  $p = ,609$ ,  $d = -0,095$  IC 95% [-0,458, 0,269]. Respecto a la intimidad emocional, las participantes de sexo femenino ( $M = 22,7$ ,  $DE = 3,38$ ,  $n = 86$ ) presentaron puntajes promedio muy similares a aquellos del sexo masculino ( $M = 22,8$ ,  $DE = 4,27$ ,  $n = 44$ ), lo que indica que no existen diferencias significativas entre ambos sexos en sus puntajes de intimidad emocional,  $t(128) = 1,13$ ,  $p = ,259$ ,  $d = 0,210$  IC 95% [-0,155, 0,574].

**Tabla 1**

*Prueba T Student para Muestras Independientes en función del sexo entre ambas variables psicológicas*

	Femenino		Masculino		t	p	d de Cohen	IC 95% d de Cohen
	M	DE	M	DE				
Escala de Autoocultamiento	26,0	7,88	26,8	9,27	-0,513	,609	-0,095	[-0,458, 0,269]
Escala de Intimidad Emocional	22,7	3,38	22,0	4,27	1,134	,259	0,259	[-0,155, 0,574]

Nota: M = media; DE = Desviación estándar.

## 5. Discusión

Tal como se ha definido, la intimidad emocional se entiende como la capacidad que tiene el ser humano de mostrarse de manera auténtica en el plano de las relaciones interpersonales; lo que implica actuar, pensar o sentir sin miedo al juicio del otro (Parra, 2022). De esta manera, la intimidad facilita el desarrollo de la confianza en las relaciones de pareja, lo que permite así conocer al otro de manera más profunda y fortalecer el vínculo afectivo (Godoy, 2014).

Por otra parte, el autoocultamiento puede tener sus orígenes en la interacción temprana con el cuidador (Kumar & Srivastara, 2024). Según los autores, estos orígenes conllevan a un aumento de los niveles de estrés y una disminución del bienestar psicológico. De esta manera, en un contexto de relación de pareja, muchos individuos presentan dificultades para lograr la cercanía anhelada debido a inseguridades como el ser rechazado, desvalorizado, manipulado y abandonado (Parra, 2022).

En relación con lo anterior, la comprensión e identificación de los niveles de autoocultamiento y de intimidad emocional de las personas en el entorno de las relaciones de pareja es fundamental para abordar temáticas que forman parte de la contingencia actual (OMS, 2022a), como el deterioro de la salud mental (South, 2023) y la calidad de las relaciones interpersonales de los individuos (Shrier & Blood, 2016). En este sentido, es relevante considerar ambas variables, ya que uno de los diversos factores que inciden en la salud mental, es el estilo de relaciones interpersonales (Salinas-Rehbein & Ortiz, 2020; Valencia, 2007). Esto ha sido señalado a través de diversos estudios (Godoy, 2014) que apuntan a que las personas que mantienen buenas relaciones interpersonales tienen menores tasas de ansiedad o depresión (Santini et al. 2015); y se contrasta con el impacto que posee el autoocultamiento en la salud mental y física (Salinas-Oñate et al., 2022), asociando este último a la sintomatología ansiosa y depresiva (Kahn & Hessling, 2001).

El objetivo principal del estudio fue investigar sobre la existencia de una correlación negativa entre el autoocultamiento y la intimidad emocional en adultos chilenos, que señalaron encontrarse en una relación de pareja. Respecto a este objetivo e hipótesis, se obtuvo como resultado la existencia de una correlación negativa, lo que indica que a mayor autoocultamiento, menor es la intimidad emocional en pareja. De esta manera, los resultados del estudio coinciden con la hipótesis inicial, indicando relación significativa entre el autoocultamiento e intimidad emocional de adultos chilenos en pareja entre 18 y 29 años. De igual forma, tras realizada la regresión lineal entre las variables del estudio, se obtuvo que el autoocultamiento explica el 8.26% de la variabilidad de los puntajes de la intimidad emocional; Lo que indica que el autoocultamiento es una variable importante que debe ser tomada en cuenta en la red nomotética de la intimidad emocional.

Al analizar los resultados obtenidos, es esencial considerar que el perfil demográfico de la muestra estuvo compuesto por adultos chilenos que se encontraban en una relación de pareja. La edad varió de manera estrecha, con un rango que abarcaba desde los 18 años hasta los 29 años, y el promedio de edad fue de 21 años. Esta variabilidad homogénea de edad es relevante para nuestros hallazgos, ya que está asociada a una etapa del desarrollo que se caracteriza por ser un momento de exploración y desarrollo personal, donde se establecen identidades individuales y relaciones de pareja (Jamison & Beckmeyer, 2021). En este sentido, los cambios experimentados en esta etapa pueden influir en la forma en que las personas gestionan la intimidad emocional y el autoocultamiento. La exploración de la identidad y la búsqueda de nuevas experiencias conllevan a un mayor autoconocimiento y apertura emocional. No obstante, también pueden existir presiones sociales que incidan en el miedo al juicio de los demás, lo que podría conducir a conductas de autoocultamiento.

Los hallazgos de nuestra investigación corroboran la existencia de una correlación negativa entre el autoocultamiento y la intimidad emocional, lo que concuerda con lo mencionado por Davis et al. (2020), donde señalaron que el revelar algo por lo que uno se siente avergonzado o culpable, si bien puede profundizar una relación, también puede romperla. Sin embargo, el mantener el secreto significa un costo mental que puede no considerarse cuando evaluamos los costes de ocultar cierta información. La relación entre ambos estudios se fundamenta gracias a que en ambos se encontró una correlación negativa, en donde se entiende que el autoocultamiento es un factor importante en las relaciones interpersonales, como la confianza y la intimidad emocional en pareja.

De igual forma, los resultados encontrados en nuestro estudio se relacionan con la investigación sobre el apego y la satisfacción en relaciones de pareja, realizada por Rasco y Warner (2017), donde se concluyó que aspectos como la autenticidad, la auto revelación y el autoocultamiento pueden influir en el tipo de apego y satisfacción de las relaciones románticas. En este sentido, se puede entender el planteamiento teórico que explica que la presencia del autoocultamiento tiene gran relación con la ausencia de intimidad emocional, el grado alcanzado de introspección del individuo, y el estilo de apego (Godoy, 2014). De esta manera, los resultados obtenidos en la investigación de Rasco y Warner (2017), dan sustento a los hallazgos encontrados en nuestro estudio, ya que se corrobora que el autoocultamiento influye en elementos que forman parte de la intimidad emocional, como el estilo de apego, y la satisfacción de las relaciones románticas.

Con respecto a los resultados obtenidos en la regresión lineal; estos tienen concordancia con lo señalado por Wertheim et al. (2018), quien, con respecto al autoocultamiento, sostuvo que, a mayor percepción de apoyo por parte del cónyuge, menor será la tendencia a ocultar preocupaciones y pensamientos. En este sentido, la variabilidad del autoocultamiento es explicada por la percepción de apoyo por parte del cónyuge, tal como la intimidad emocional es explicada por el autoocultamiento.

En cuanto a la descripción de la muestra en base a los puntajes obtenidos de las escalas, los niveles altos de autoocultamiento coinciden con los altos niveles de percepción del autoocultamiento en relaciones cercanas señalado en el estudio realizado por Finkenauer et al. (2009). Asimismo, el cómo la percepción de autoocultamiento en relaciones cercanas influye en el bienestar marital, referido en el mismo estudio, se asimila a la relación existente entre el autoocultamiento y la intimidad emocional en nuestra investigación. Los hallazgos encontrados en tal estudio indicaron que la percepción del autoocultamiento afecta negativamente en la calidad de la relación, e incrementa los sentimientos de exclusión; dato que no es menor si consideramos que el autoocultamiento ha

sido asociado a diversas enfermedades (Letelier & Errázuriz, 2020), tales como la presencia de distrés, o sintomatología ansiosa y depresiva (Kahn & Hessling, 2001).

Por último, al no encontrarse diferencias significativas entre los puntajes del autoocultamiento e intimidad emocional entre mujeres y hombres, se destaca la heterogeneidad existente entre los puntajes de estos constructos, por lo que se puede suponer que, los hombres autoocultan y tienen niveles de intimidad emocional similares a los que tienen las mujeres. Tal hallazgo determinó el rechazo de la hipótesis que sostenía que los hombres autoocultan más que las mujeres; lo que difiere con lo obtenido por Mendoza et al. (2015) en su investigación, donde su estudio arrojó que un menor autoocultamiento en mujeres está relacionado con una mayor tendencia a buscar ayuda en comparación con los hombres. En este sentido, la relación con nuestro estudio se fundamenta en qué; en comparación con el estudio de Mendoza et al. (2015) donde hay diferencias significativas en los niveles de autoocultamiento entre hombre y mujeres, en nuestra investigación no existen diferencias entre los puntajes de autoocultamiento de hombres y mujeres, demostrando niveles de autoocultamiento muy similares.

De esta manera, las investigaciones anteriores (Guzmán-González et al., 2021; Salinas-Oñate et al., 2022) sustentan de forma empírica la relevancia que tienen las dos variables estudiadas, ya que el estilo de relaciones interpersonales se ve afectado por el nivel de intimidad emocional o autoocultamiento que se pueda alcanzar; lo que repercute también en la propia salud mental de la persona. Es por esta razón que nuestra investigación adquiere relevancia, ya que proporciona la evidencia necesaria para finalmente correlacionar estos constructos que condicionan el estilo y la calidad de las relaciones interpersonales; lo que puede dar pie a un mejor entendimiento acerca de los factores que probablemente inciden en la salud mental de los individuos.

Asimismo, los resultados obtenidos en esta investigación dan una visión más amplia de la interacción de estas variables en la población chilena y sobre los factores que inciden en la salud mental de las personas para la formación de relaciones interpersonales sanas y buena intimidad emocional (Parra, 2022). En este sentido, ayudaría a darle más visibilidad a factores como el autoocultamiento que inciden en el bienestar de las personas (Salinas-Oñate et al., 2022), y que en base a esta información los profesionales en el área se guíen para la creación de políticas focalizadas en los factores de riesgo y orientadas hacia los factores protectores que promuevan la salud mental y disminuyan las problemáticas existentes.

En específico, los resultados ayudan a identificar el cómo la edad y el sexo se relacionan con ciertos factores que inciden en la salud mental de las personas, como lo son el autoocultamiento y la intimidad emocional. En este sentido, el estudio sirve de guía para la formulación de estrategias y enfoques que estén dirigidos a las necesidades específicas de las personas, siendo este de gran contribución para la identificación de estas mismas necesidades.

No obstante, a pesar de los resultados significativos obtenidos, la investigación presentó diversas dificultades que se deben considerar para futuros estudios. En primer lugar, la muestra con la que se contó, que fue de 130 personas, se podría considerar limitada para generalizar los resultados a toda la población chilena que se encuentra en pareja. En este sentido, se podría considerar una muestra más amplia o reducir el foco al que se quiere estudiar. Por otro lado, es importante considerar que es de mayor complejidad conseguir una muestra de participantes que se encuentren en pareja, por lo que, el estar en una relación de pareja podría no ser un criterio de inclusión.

Asimismo, en otras investigaciones se podrían considerar otras dimensiones y constructos que estén relacionados con el autoocultamiento y que puedan explicar de mejor manera la intimidad emocional en una relación de pareja. Por último, tener en cuenta otras escalas o la creación de nuevas escalas para evaluar los constructos podría ayudar a favorecer la identificación y comprensión de la relación de la intimidad emocional con el autoocultamiento.

## 6. Conclusiones

En conclusión, se corroboró la existencia de una correlación negativa significativa entre el autoocultamiento y la intimidad emocional en adultos chilenos entre 18 y 29 años, con un promedio de 21 años, que se encuentran en una relación de pareja, por lo que se cumple con el objetivo principal y se confirma la primera hipótesis de investigación. Asimismo, no se encontró una relación significativa entre la intimidad emocional y el autoocultamiento con el sexo de los participantes, lo que indica que las mujeres y los hombres tienen niveles de autoocultamiento e intimidad emocional similar, por lo que se rechaza la segunda hipótesis del estudio. Estos hallazgos aportan evidencias empíricas al estudio de las variables abordadas, lo que adquiere especial relevancia comprendiendo la influencia que tiene el autoocultamiento y la intimidad emocional en la salud mental de los individuos, y en la construcción de relaciones interpersonales. Asimismo, la concientización de estos fenómenos permite la construcción de estrategias para disminuir de forma efectiva el autoocultamiento, tendencia considerada como un factor de riesgo para la salud mental en la población del país.

## References

- Abjaude, S., Pereira, L., Zanetti, M., & Pereira, L. (2020). ¿Cómo influyen las redes sociales en la salud mental? *SMAD Rev Eletrônica Saúde Mental Álcool Drog.*, 16(1), 1–3. [http://pepsic.bvsalud.org/pdf/smad/v16n1/es\\_v16n1a01.pdf](http://pepsic.bvsalud.org/pdf/smad/v16n1/es_v16n1a01.pdf)
- Baader M, T., Rojas C, C., Molina F, J. L., Gotelli V, M., Alamo P, C., Fierro F, C., Venezian B, S., & Dittus B, P. (2014). Diagnóstico de la prevalencia de trastornos de la salud mental en estudiantes universitarios y los factores de riesgo emocionales asociados. *Revista Chilena de Neuro-Psiquiatría*, 52(3), 167–176. <https://doi.org/10.4067/S0717-92272014000300004>
- Barzeva, S.A., Richards, S.J., Meeus, W.H.J., & Oldehinkel, A.J. (2020). The social withdrawal and social anxiety feedback loop and the role of peer victimization and acceptance in the pathways. *Development and Psychopathology*. 32(4), 1402–1417. <https://doi.org/10.1017/S0954579419001354>
- Bingley, W. J., Greenaway, K. H., & Haslam, S. A. (2021). A Social-Identity Theory of Information-Access Regulation (SITIAR): Understanding the Psychology of Sharing and Withholding. *Perspectives On Psychological Science*, 17(3), 827–840. <https://doi.org/10.1177/1745691621997144>
- Castillo Sotelo, M. (2019). Relación entre el tiempo de unión de la pareja, intimidad sexual y estilos de resolución de conflicto. *Enseñanza e Investigación en Psicología Nueva Época*, 1(2), 276–286. <https://revistacneipne.org/index.php/cneip/article/view/31>
- Cepeda-Benito, A., & Short, P. (1998). Self-concealment, avoidance of psychological services, and perceived likelihood of seeking professional help. *Journal of Counseling Psychology*, 45(1), 58–64. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.45.1.58>
- Constant, E., Christophe, V., Bodenmann, G., & Nandrino, J.-L. (2021). Attachment orientation and relational intimacy: The mediating role of emotional competences. *Current Psychology*, 40(3), 1374–1385. <https://doi.org/10.1007/s12144-018-0062-x>
- Costa, E. C. V., Castanheira, E., Moreira, L., Correia, P., Ribeiro, D., & Graça Pereira, M. (2020). Predictors of emotional distress in pregnant women: the mediating role of relationship intimacy. *Journal of Mental Health*, 29(2), 152–160. <https://doi.org/10.1080/09638237.2017.1417545>
- Dat, N. T., Mitsui, N., Asakura, S., Watanabe, S., Takanobu, K., Fujii, Y., Toyoshima, K., Kako, Y., & Kusumi, I. (2021). The mediating role of hopelessness in the relationship between self-esteem, social anxiety, and suicidal ideation among Japanese university students who visited a university health care center. *Journal of Affective Disorders Reports*, 6, 100192. <https://doi.org/10.1016/j.jadr.2021.100192>
- Davis, C. G. (2023). Self-concealment, secrecy, and guilt. *Journal of Personality*. 92, 421–435. <https://doi.org/10.1111/jopy.12832>
- Davis, C. G., Brazeau, H., Xie, E. B., & McKee, K. (2020). Secrets, Psychological Health, and Fear of Discovery. *Personality & Social Psychology Bulletin*, 47(5), 781–795. <https://doi.org/10.1177/0146167220946195>
- Esteban, M. M., Puerto, M. L., Fernández Cordero, X., Jiménez García, R., Gil de Miguel, A., & Hernández Barrera, V. (2012). Factores que determinan la mala salud mental en las personas de 16 a 64 años residentes en una gran ciudad. *Anales Del Sistema Sanitario de Navarra*, 35(2), 229–240. <https://doi.org/10.4321/S1137-66272012000200005>
- Faul, F., Erdfelder, E., Buchner, A., & Lang, A.-G. (2009). Statistical power analyses using G\*Power 3.1: Tests for correlation and regression analyses. *Behavior Research Methods*, 41(4), 1149–1160. <https://doi.org/10.3758/BRM.41.4.1149>
- Faul, F., Erdfelder, E., Lang, A.-G., & Buchner, A. (2007). G\*Power 3: A flexible statistical power analysis program for the social, behavioral, and biomedical sciences. *Behavior Research Methods*, 39(2), 175–191. <https://doi.org/10.3758/BF03193146>

- Finkenauer, C., Kerkhof, P., Righetti, F., & Branje, S. (2009). Living Together Apart: Perceived Concealment as a Signal of Exclusion in Marital Relationships. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 35(10), 1410–1422. <https://doi.org/10.1177/0146167209339629>
- Godoy, A. (2014). *¿Qué es la intimidad emocional en pareja?* Centro de Estudios Psicológicos. <https://www.ceppas.cl/que-es-la-intimidad-emocional-en-pareja/>
- Guzmán-González, M., Garrido-Rojas, L., Bahamondes, J., Gómez, F., Barrientos, J., & Espinoza-Tapia, R. (2021). Propiedades psicométricas de la versión en español de la Escala de Intimidación Emocional en personas heterosexuales, gays y lesbianas en pareja. *Terapia Psicológica*, 39(2), 219–235. <https://doi.org/10.4067/s0718-48082021000200219>
- Harris, M. A., & Orth, U. (2020). The link between self-esteem and social relationships: A meta-analysis of longitudinal studies. *Journal of Personality and Social Psychology*, 119(6), 1459–1477. <https://doi.org/10.1037/pspp0000265>
- Hernández-Sampieri, R., Collado, C., & Baptista, P. (2010). *Metodología de la investigación* (5th ed.). The McGraw-Hill.
- Hogge, I., Kim, J., & Kim, E. (2023). The Burden of Keeping Things to Yourself: Self-Concealment and Suicidality. *Counselling Psychology Quarterly*, 36(4), 663–681. <https://doi.org/10.1080/09515070.2022.2150144>
- Jamison, T. B., & Beckmeyer, J. J. (2021). Sentirse estancado: explorar el desarrollo del sentimiento de limitación en las relaciones románticas. *Relaciones familiares: una revista interdisciplinaria de estudios familiares aplicados*, 70(3), 880–895. <https://doi.org/10.1111/fare.12496>
- Kahn, J. H., & Hessling, R. M. (2001). Measuring the Tendency to Conceal Versus Disclose Psychological Distress. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 20(1), 41–65. <https://doi.org/10.1521/jscp.20.1.41.22254>
- Kumar, C., & Srivastava, S. (2024). Attachment Style, Inferiority Complex and Self Concealment: A Correlation Study Among Young College Going Adults. *International Journal Of Indian Psychology*, 12(2). <https://ijip.in/articles/inferiority-complex/>
- Larson, D. G., & Chastain, R. L. (1990). Self-Concealment: Conceptualization, Measurement, and Health Implications. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 9(4), 439–455. <https://doi.org/10.1521/jscp.1990.9.4.439>
- Letelier, C., & Errázuriz, P. (2020). Adaptación y Validación en Español de la Self-Concealment Scale. *Psykhe (Santiago)*, 29(2). <https://doi.org/10.7764/psykhe.29.2.1220>
- Levi-Belz, Y., Kryszinska, K., & Andriessen, K. (2021). “Turning personal tragedy into triumph”: A systematic review and meta-analysis of studies on posttraumatic growth among suicide-loss survivors. *Psychological Trauma*, 13(3), 322–332. <https://doi.org/10.1037/tra0000977>
- Luoma, J. B., & Chwyl, C. (2022). Interpersonal mechanisms for the maintenance of self-criticism: Expressive suppression, emotion expression, and self-concealment. *Current Psychology*, 41(6), 4027–4040. <https://doi.org/10.1007/s12144-020-00920-z>
- Masuda, A., Wendell, J. W., Chou, Y.-Y., & Feinstein, A. B. (2010). Relationships Among Self-Concealment, Mindfulness and Negative Psychological Outcomes in Asian American and European American College Students. *International Journal for the Advancement of Counselling*, 32(3), 165–177. <https://doi.org/10.1007/s10447-010-9097-x>
- Mendoza, H., Masuda, A., & Swartout, K. M. (2015). Mental Health Stigma and Self-Concealment as Predictors of Help-Seeking Attitudes among Latina/o College Students in the United States. *International Journal for the Advancement of Counselling*, 37(3), 207–222. <https://doi.org/10.1007/s10447-015-9237-4>
- Mirzanezhad, B. (2020). The Effect of Problem-Solving Based Family Therapy on Emotional Intimacy and Marital Quality of Cultural Couples in Tabriz. *The American Journal of Family Therapy*, 48(5), 405–430. <https://doi.org/10.1080/01926187.2020.1765894>
- Mónaco, E., de la Barrera, U., & Montoya-Castilla, I. (2021). La influencia del apego sobre el bienestar en la juventud: el rol mediador de la regulación emocional. *Anales de Psicología / Annals of Psychology*, 37(1), 21–27. <https://doi.org/10.6018/analesps.345421>
- Organización Mundial de la Salud. (2022a). *Informe mundial sobre salud mental: Transformar la salud mental para todos. Panorama general*. <https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/356118/9789240051966-spa.pdf?sequence=1>
- Organización Mundial de la Salud. (2022b). *Salud mental: fortalecer nuestra respuesta*. <https://www.who.int/es/news-room/factsheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>
- Organización Panamericana de la Salud. (2023). *Informe mundial sobre la salud mental: Transformar la salud mental para todos*. OPS. <https://doi.org/10.37774/9789275327715>
- Parra, I. (2022, May 30). *Miedo a la intimidad emocional*. Psicólogo Majadahonda. <https://www.psicologomajadahonda.net/miedo-a-la-intimidad-emocional/>
- Rasco, D., & Warner, R. M. (2017). Relationship authenticity partially mediates the effects of attachment on relationship satisfaction. *The Journal of Social Psychology*, 157(4), 445–457. <https://doi.org/10.1080/00224545.2016.1229253>
- Rodríguez Salazar, T., & Rodríguez Morales, Z. (2020). Intimidación y relaciones de pareja durante la pandemia de la COVID-19 en Guadalajara. *Espiral Estudios Sobre Estado y Sociedad*, 27(78–79), 215–264. <https://doi.org/10.32870/ees.v28i78-79.7206>
- Salinas-Oñate, N., Baeza-Rivera, M. J., Salinas-Rehbein, B., Escandón-Nagel, N., & Escobar-Alaniz, B. (2022). Validación de la Versión Adaptada de la Escala de Auto-Ocultamiento de Larson & Chastain en Universitarios Chilenos. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación – e Avaliação Psicológica*, 62(1), 51. <https://doi.org/10.21865/RIDEP62.1.05>
- Salinas-Rehbein, B., & Ortiz, M. S. (2020). Relaciones interpersonales y desenlaces en salud durante la pandemia por COVID-19. *Revista Médica de Chile*, 148(10), 1533–1534. <https://doi.org/10.4067/S0034-98872020001001533>
- Santini, Z. I., Koyanagi, A., Tyrovolas, S., Mason, C., & Haro, J. M. (2015). The association between social relationships and depression: A systematic review. *Journal of Affective Disorders*, 175, 53–65. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2014.12.049>



- Sease, T. B., Perkins, D. R., & Yang, Y. (2022). The Influence of Emotion Dysregulation on the Relationship between Emotional Abuse and Self-concealment among Romantic Partners. *Journal of Aggression, Maltreatment & Trauma*, 31(5), 646–659. <https://doi.org/10.1080/10926771.2021.1921088>
- Shahar, B.-H., Kalman-Halevi, M., & Roth, G. (2019). Emotion regulation and intimacy quality: The consequences of emotional integration, emotional distancing, and suppression. *Journal of Social and Personal Relationships*, 36(11–12), 3343–3361. <https://doi.org/10.1177/0265407518816881>
- Shenbakam, N., & Sathyamurthi, K. (2019). *Happily ever after: Factors influencing emotional intimacy of elderly couple. Elderly Wellbeing and Intergenerational Bonding*. Today Publication.
- Shrier, L. A., & Blood, E. A. (2016). Momentary Desire for Sexual Intercourse and Momentary Emotional Intimacy Associated With Perceived Relationship Quality and Physical Intimacy in Heterosexual Emerging Adult Couples. *The Journal of Sex Research*, 53(8), 968–978. <https://doi.org/10.1080/00224499.2015.1092104>
- Sierra, J. C., Ortega, V. & Zubeidat, I. (2003). Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar. *Revista Mal-estar E Subjetividade*, 3(1), 10 - 59. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=27130102>
- Sinclair, V., & Dowdy, S. (2005). Development and validation of the Emotional Intimacy Scale. *Journal of Nursing Measurement*, 13(3), 193–206. <https://doi.org/10.1891/jnum.13.3.193>
- Skinner, A. T., Godwin, J., Alampay, L. P., Lansford, J. E., Bacchini, D., Bornstein, M. H., Deater-Deckard, K., Di Giunta, L., Dodge, K. A., Gurdal, S., Pastorelli, C., Sorbring, E., Steinberg, L., Tapanya, S., & Yotanyamaneewong, S. (2021). Parent–adolescent relationship quality as a moderator of links between COVID-19 disruption and reported changes in mothers’ and young adults’ adjustment in five countries. *Developmental Psychology*, 57(10), 1648–1666. <https://doi.org/10.1037/dev0001236>
- South, S. C. (2023). A Romantic-Partner Model of Mental Health. *Current Directions In Psychological Science*, 32(3), 258–263. <https://doi.org/10.1177/09637214221141691>
- Štulhofer, A., Jurin, T., Graham, C., Janssen, E., & Træen, B. (2020). Correction to: Emotional intimacy and sexual well-being in aging European couples: a cross-cultural mediation analysis. *European Journal of Ageing*, 17(2), 139–150. <https://doi.org/10.1007/s10433-020-00568-5>
- Tapia-Villanueva, L., & Molina, P. M. E. (2014). Primera entrevista en terapia de pareja: co-construcción de un encuentro situado. *Revista Chilena de Neuro-Psiquiatría*, 52(1), 42–52. <https://doi.org/10.4067/S0717-92272014000100006>
- The Jamovi Project. (2021). *Jamovi*. (Version 2.2) [Computer Software]. Retrieved from <https://www.jamovi.org>.
- Valencia, M. (2007). Trastornos mentales y problemas de salud mental. Día Mundial de la Salud Mental 2007. *Salud Mental*, 30(2), 75–80. [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0185-33252007000200075&lng=es&tlng=es](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0185-33252007000200075&lng=es&tlng=es)
- Van Niekerk, L. M., Schubert, E., & Matthewson, M. (2021). Emotional intimacy, empathic concern, and relationship satisfaction in women with endometriosis and their partners. *Journal of Psychosomatic Obstetrics & Gynecology*, 42(1), 81–87. <https://doi.org/10.1080/0167482X.2020.1774547>
- Wertheim, R., Goldzweig, G., Mashiach-Eizenberg, M., Pizem, N., Shacham-Shmueli, E., & Hasson-Ohayon, I. (2018). Correlates of concealment behavior among couples coping with cancer: Actor partner model. *Psycho-Oncology*, 27(2), 583–589. <https://doi.org/10.1002/pon.4552>
- Zhu, S., Lee, P.H., & Wong, P.W.C. (2021). Investigating prolonged social withdrawal behaviour as a risk factor for self-harm and suicidal behaviours. *BJPsych Open*, 7(3), e90. <https://doi.org/10.1192/bjo.2021.47>

## Statements

**Author Contributions:** Conceptualization: VA, MA, CE, NO, CQ; Data curation: CE; Formal analysis: VA, MA, CE, NO, CQ; Research: VA, MA, CE, NO; Methodology: VA, MA, CE, NO; Project management: VA, MA, CE, NO, CQ; Supervision: CE; Visualization: VA, MA, CE, NO, CQ; Writing-preparation of the original draft: VA, MA, CE, NO, CQ; Writing-revising & editing: VA, MA, CE, NO, CQ. All authors have read and agreed to the published version of the manuscript.

**Funding:** This study received no external funding.

**Acknowledgments:** Not applicable.

**Conflicts of Interest:** The authors declare no conflict of interest.

**Ethics Committee Review Statement:** The study was conducted in accordance with the Declaration of Helsinki and approved by the Ethics Committee of Universidad de La Serena (Resolution N°09-23; August 18, 2023) for studies involving humans.

**Informed Consent Statement:** Informed consent was obtained from all subjects involved in the study.

**Data Availability Statement:** Not applicable.