



Así identifica  
**UN MENTIROSO**

## RITA KARANAUSKAS

¿Quién no ha dicho, por pequeña que sea, una mentira? Alguna vez en la vida las personas se han visto enfrentadas a faltar a la verdad. Existen mentiras por omisión, que significa omitir la parte más importante de una historia; o mentiras piadosas, que son un bálsamo para poder vivir mejor. La experta en detección de mentirosos, Rita Karanauskas dice que, según las estadísticas, cada 10 minutos se dicen tres mentiras y que la mayoría de la población es mentirosa de forma ocasional.

Mentir hace parte de las relaciones humanas. Según Rita Karanauskas, el cuerpo humano es un “tarro de sustancias químicas” que al activarse dejan en evidencia el lenguaje corporal. Además, señala que desde los 4 años los niños empiezan a mentir y a los 12 años ya reconocen qué son mentiras piadosas.

También precisa que se ha evidenciado que los hombres mienten más que las mujeres, pero sus mentiras son generalmente elementales y por maximización;

por ejemplo, cuando dicen que ganan más salarios o han tenido más parejas que cualquier otro. Razón por la cual caen fácil. En cambio, sostiene que las mujeres elaboran mejor su discurso y es más complejo identificar si están engañando a su interlocutor.

Gracias a su experiencia adquirida en casos emblemáticos de la justicia colombiana, escuchar a centenares de sospechosos y criminales, y a sus estudios en psicografología, psicología del rostro, grafología y morfopsicología; Rita Karanauskas agudizó su sentido para cazar mentirosos. Sabe que el cuerpo habla y por eso lee a la perfección los cambios, tanto en el lenguaje verbal como en el no verbal. La tensión de los músculos, el desvío de la mirada, la posición de las manos y los gestos que acompañan las palabras, son claves para identificar el engaño.

¿Cómo saber si una persona está mintiendo? Son años de experiencia porque no es tan fácil saber cuándo alguien lo hace. Nunca se puede llegar a conclusiones sin investigar a partir de preguntas inteligentes. No basta con ese sentimiento de “tengo un palpito” por el que muchos se guían. Son años de estudio y práctica, para diferenciar cuándo se trata realmente de una gran mentira.

Por eso, Rita Karanauskas da cinco consejos que pueden servir para atrapar mentirosos y, más allá de convertirse en un profesional para la detección de mentiras, son herramientas que facilitarán la forma para comunicarse de forma honesta y sincera.

## 1 El miedo es el primer indicio

Cuando se trata de una gran mentira, que usualmente se da al confrontar a una persona, siempre existirá una reacción de miedo. Mentira y miedo van de la mano.

Cuando alguien siente miedo, su cerebro inmediatamente lo pone en modo supervivencia, porque el cerebro genera cortisol y adrenalina para que pueda sobrevivir. Estas dos sustancias químicas generan cambios en el cuerpo:



- **Sudoración.**
- **Cambios en la postura y en las palabras que utiliza al hablar.**
- **Dilatación de la pupila.**

Son cosas que ayudan a identificar cambios en el ser humano y que dan la alerta para saber que algo pasó.

## 2 Nuestro cuerpo siempre nos traiciona

Todo cambio en un ser humano, en su lenguaje corporal, es dicente, pero no todos están vinculados con la mentira. Únicamente los cambios en momentos claves son relevantes.

Observar los cambios en el lenguaje corporal es de vital importancia, pues las señales pueden ser muy sutiles o demasiado notorias. Por eso la intuición no es del todo confiable, a menos de que se conozca a la perfección cómo se ve la persona en su estado tranquilo y natural. Eso se llama establecer la línea base.



Los cambios en el cuerpo son notorios cuando hay mucho miedo y no los controlamos. Al ser humano lo domina el sentimiento sobre la razón. En estas situaciones sus músculos se tensionan y los movimientos son poco fluidos. Sin embargo, los movimientos habituales, como los tics o típicos en una persona, no están vinculados con una mentira.

Por ejemplo, el sentimiento de sorpresa solo dura 3 segundos; por lo que si se observa que la cara de sorpresa de una persona a la que le hicieron una fiesta sorpresa por su cumpleaños dura varios segundos y sus gestos son sobreactuados, seguro sabía previamente lo que iba a suceder.

### **3** Ojo con las preguntas de “Sí” o “No”

Hay preguntas que causan miedo por sí mismas, como por ejemplo, “¿usted ha robado alguna vez?” A todos les causa miedo esa pregunta y por ende su cuerpo se puede tensionar; y eso no significa que esté mintiendo.

Las preguntas que solo tienen como respuesta “Sí” o “No” son crueles y no permiten realmente saber si una persona miente. Son muy complicadas de leer y hay trampas mortales. A menos que usted sea un polígrafo o un experto con la experiencia de leer ese tipo de respuestas, lo mejor es no hacerlas, pues pueden llegar a confundir.

La recomendación es dejar las preguntas abiertas, porque el uso de algunas palabras en las respuestas pueden dar indicaciones para saber si alguien está mintiendo.

### **4** Las tres F

La mejor forma de identificar un mentiroso es iniciar con conversaciones que no generen estrés, sean simples y sencillas para establecer la línea base. De esta forma se preparará el escenario para poder analizar si hay cambios en el lenguaje corporal de la otra persona cuando inicien las preguntas difíciles y que generen confrontación.

Normalmente la actitud que toma una persona cuando miente puede encuadrarse en cualquier comportamiento de las tres F:

- Freeze (congelar)
- Flight (huir o volarse)
- Fight (pelear)

### **5** Mentiroso profesional Vs Mitómano

Hay que diferenciar un mentiroso y un mitómano. La mitomanía es un desorden psicológico en el que la persona miente compulsivamente y es una adicción –o manía–. Estas personas mienten sin objetivo alguno, es el simple acto de mentir, y sus relatos suelen ser fantasiosos y alejados de la realidad.

Contrario es un mentiroso profesional, que es un estratega que siempre tiene como objetivo engañar al otro con una finalidad específica.