GUÍA

¿CÓMO TE ENGAÑAN?



ECUADOR Chequea
PERIODISMO CON RIGOR

ChequeaLab

GUÍA PARA RECONOCER LAS TÉCNICAS MÁS COMUNES DE LA DESINFORMACIÓN

No todos los contenidos engañosos se ven iguales.

Algunos usan miedo, otros exageran, otros recortan una frase o muestran una imagen fuera de contexto para hacerte creer algo que no es cierto. Muchas veces no buscan informar, sino llamar tu atención, manipular tus emociones o hacer que compartas rápido.

Este manual explica de forma sencilla algunas de las estrategias más comunes con las que circula la desinformación y te ayuda a reconocerlas antes de caer en el engaño.



¿Por qué es importante entender cómo te engañan?

La desinformación no siempre se presenta como una mentira evidente. A veces parece un dato útil, una denuncia urgente, una historia impactante o una publicación que “solo quiere advertir”. Por eso puede resultar tan convincente.

Entender cómo funciona no sirve solo para detectar contenidos falsos, sino también para identificar medias verdades, mensajes manipulados y publicaciones diseñadas para confundirte.

Cuando una persona conoce las estrategias más comunes del engaño digital, tiene más herramientas para detenerse, pensar y verificar antes de compartir.

Eso reduce la posibilidad de que un rumor o un contenido manipulado siga circulando.

¿Por qué estos contenidos funcionan tan bien?

Funcionan porque suelen apelar primero a la emoción y después a la razón. Un mensaje que provoca miedo, enojo o sorpresa tiene más posibilidades de viralizarse que uno que simplemente informa.

Además, muchas personas comparten contenidos porque confían en quien se los envía, no porque ellos han comprobado que son ciertos.

La desinformación también funciona porque aprovecha la velocidad de internet. Un contenido puede llegar a miles de personas en pocos minutos, mucho antes de que alguien revise su origen o contraste los datos.



¿Cómo te engañan?

Te apuran para que no pienses



Una técnica muy común es crear sensación de urgencia. Los mensajes dicen cosas como “compártelo ya”, “antes de que lo borren” o “que todos se enteren”.

Esa presión busca que reacciones rápido y no te detengas a revisar si la información tiene sentido, de dónde salió o si alguien más la confirmó.

Cuando un contenido te empuja a actuar de inmediato, conviene hacer justo lo contrario: frenar un momento y revisar.

Juegan con tus emociones

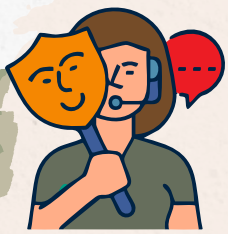


Muchos contenidos engañosos están diseñados para provocarte miedo, indignación, ternura o rabia. Si una publicación te hace reaccionar con mucha intensidad, puede estar intentando influir en tu comportamiento antes de que pienses con calma.

La emoción no convierte automáticamente algo en falso, pero sí puede ser una pista de que el contenido está construido para manipular tu atención.

Por eso, una buena pregunta es: ¿esto me está informando o me está empujando a sentir algo muy fuerte para que lo comparta?

Mezclan hechos reales con partes engañosas



No todo engaño parte de una invención total. A veces se usa un dato verdadero, una foto real o una declaración auténtica, pero se la presenta de forma incompleta o torcida.

Esa mezcla puede volver al contenido más creíble, porque parte de algo que sí existió. El problema aparece cuando lo real se usa para sostener una conclusión falsa o exagerada.

Este tipo de manipulación es frecuente porque resulta más difícil de detectar que una mentira evidente.

Sacan las cosas de contexto

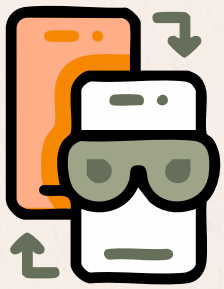


Una frase recortada, una imagen antigua o un video de otro país pueden cambiar completamente de sentido cuando se presentan en otro momento o en otra situación. Un contenido fuera de contexto no siempre está alterado, pero sí puede ser profundamente engañoso.

En internet, el contexto importa tanto como el contenido.

Saber cuándo ocurrió algo, dónde pasó y en qué circunstancias puede cambiar por completo la interpretación.

Imitan fuentes confiables



Otra forma de engañar es copiar la apariencia de algo confiable. Algunas publicaciones usan logos, diseños o nombres parecidos a los de medios de comunicación, instituciones o personas conocidas. A simple vista pueden parecer auténticas, pero no lo son.

La intención es que el formato te dé confianza, incluso si el contenido no tiene respaldo real.

Por eso no basta con mirar el diseño. También hay que revisar quién publica, cuál es la cuenta original y si la fuente existe de verdad.

Usan imágenes, audios o videos para parecer más creíbles



Muchas personas creen que una foto, un audio o un video son pruebas suficientes. Pero esos formatos también pueden manipularse.

Una imagen puede estar editada, un audio puede no tener origen claro y un video puede estar recortado o presentado fuera de contexto. Hoy incluso existen herramientas que permiten fabricar contenidos muy convincentes.

Ver algo no siempre significa entenderlo bien. También hace falta revisar de dónde salió y quién lo confirmó.

¿Qué puedes hacer?

Hacer una pausa

La primera defensa frente al engaño es la pausa. No hace falta ser experto para detectar desinformación, pero sí ayuda mucho tomarse unos segundos antes de creer o compartir.

Esa pausa permite mirar mejor, leer con más atención y reconocer si el contenido intenta apurarte o manipularte.

Muchas veces, con solo frenar, ya aparecen dudas importantes.



Revisar la fuente

Antes de confiar en un contenido, conviene mirar quién lo publicó. Saber si viene de una cuenta oficial, un medio confiable o una fuente reconocida puede ayudarte a evaluar mejor su credibilidad.

Si no queda claro quién está detrás de la publicación, o si la cuenta parece imitar a otra, hay razones para desconfiar.

También es útil revisar si la información aparece en otros espacios confiables o si solo circula en mensajes reenviados y publicaciones dudosas.



Buscar contexto

Una imagen o una frase por sí solas pueden engañar. Por eso, buscar contexto es clave. Conviene revisar cuándo se publicó el contenido, a qué hecho se refiere, si la cita está completa y si el material corresponde realmente al tema con el que se lo está relacionando.

Muchas desinformaciones se desmontan cuando aparece el contexto que faltaba.



Contrastar antes de compartir

No hace falta creer ni rechazar algo de inmediato. Muchas veces lo mejor es contrastar. Buscar si otras fuentes dicen lo mismo, revisar verificaciones previas o consultar fuentes oficiales puede ayudarte a entender mejor si estás frente a un contenido confiable o engañoso.

Compartir después de verificar siempre es más responsable que compartir por impulso.



Señales de alerta

Todo suena demasiado extremo

Cuando un contenido asegura que algo es totalmente cierto, completamente falso, absolutamente escandaloso o imposible de discutir, conviene mirar con más atención.

La realidad suele ser más compleja que los mensajes tajantes y absolutos.

Los contenidos engañosos suelen simplificar demasiado para sonar más contundentes.

No puedes saber de dónde salió

Si el contenido llega reenviado muchas veces, no tiene autor identificado, no cita fuentes o no permite encontrar su origen, eso ya es una alerta importante. La falta de trazabilidad hace más difícil comprobar si lo que dice es real.

Si no sabes de dónde viene, lo más prudente es no difundirlo.

Aparece justo para alimentar una polémica

Muchas desinformaciones circulan en momentos de tensión, crisis o debate público intenso. Aprovechan temas que ya están generando emociones fuertes y se insertan allí para reforzar prejuicios o aumentar la confusión.

Cuando un contenido aparece en el momento exacto en que todos están reaccionando, vale la pena revisarlo con más cuidado.

Parece hecho para viralizarse

Hay publicaciones pensadas para circular rápido. Tienen frases cortas, impactantes, imágenes llamativas y llamados a compartir de inmediato.

A veces no buscan que entiendas mejor un tema, sino que reacciones y lo difundas. Cuando un contenido parece diseñado más para viralizarse que para explicar, esa también es una señal de alerta.







En Ecuador Chequea hemos identificado un patrón recurrente en desinformación relacionada con economía, salud y política: los contenidos engañosos no suelen inventar datos por completo, sino que parten de hechos reales que luego son utilizados para construir interpretaciones distorsionadas.

Esto ayuda a entender que la desinformación no siempre se presenta como una mentira evidente. Con frecuencia, funciona porque combina información verdadera, apelaciones emocionales intensas y llamados urgentes a compartir el contenido.

Un ejemplo de este fenómeno circuló en TikTok, donde un video afirmaba que "un estudio revela" que investigadores detectaron cadmio en todas las marcas y colores de labiales analizados, sugiriendo además una relación directa con enfermedades graves.

Sin embargo, tras un proceso de verificación, Ecuador Chequea, determinó que, si bien algunos estudios científicos han encontrado cadmio y otros metales en ciertas muestras de labiales, el video tergiversa la evidencia. En concreto, generaliza resultados obtenidos a partir de muestras limitadas y presenta riesgos potenciales como si fueran conclusiones definitivas aplicables a todos los productos.

Por estas razones, el contenido fue catalogado como engañoso.

Para realizar la verificación Ecuador Chequea realizó estos pasos:

1. **Identificar la afirmación** del video en TikTok (que “todas” las marcas de labiales tienen cadmio y causan enfermedades).
2. **Buscar el estudio original** y revisar evidencia científica real.
3. **Comparar resultados:** sí existen estudios con muestras limitadas, pero no aplican a todos los productos ni prueban efectos graves directos.
4. **Evaluar el contenido:** detectaron generalización y exageración.

Conclusión: el video mezcla datos reales con interpretaciones engañosas.



Entender el engaño también es una forma de cuidarte

Saber cómo te engañan no significa vivir desconfiando de todo, sino aprender a mirar con más atención.

La desinformación se aprovecha de los descuidos, de las emociones intensas y de la velocidad con la que compartimos contenidos.

Por eso, desarrollar hábitos simples de verificación puede ayudarte a tomar mejores decisiones sobre lo que crees y lo que difundes.

No se trata de saberlo todo. Se trata de aprender a detenerse, preguntar y revisar antes de reaccionar.



Una pregunta útil para empezar

Cada vez que te encuentres con un contenido impactante, puedes hacerte una pregunta sencilla:

¿me quieren informar o me quieren hacer reaccionar?

Esa diferencia puede darte una pista importante sobre la intención del mensaje.

ECUADOR Chequea
PERIODISMO CON RIGOR

ChequeaLab

EN UN ENTORNO LLENO DE PUBLICACIONES QUE COMPITEN POR TU ATENCIÓN, MIRAR CON CALMA TAMBIÉN ES UNA FORMA DE PROTEGERTE.



Quito - Ecuador
2026