

# Pessoas ficam mais propensas a mentir e enganar os outros quando estão cansadas



Pesquisadores americanos descobriram que as pessoas que se levantam cedo estão mais propensas a **mentirem e enganarem os outros à noite**. Já as pessoas que costumam dormir tarde e ficar acordadas durante a madrugada também têm maiores chances de comportarem de **forma antiética** na parte da manhã. Isso quer dizer que o melhor a fazer é ter um sono regular de 8 horas, já que, segundo o estudo, pessoas que estão cansadas resistem menos à tentação de mentir e enganar os outros.

Em resumo das conclusões, publicado na revista *Harvard Business Review*, diz: “Em contraste com a suposição de que as pessoas boas costumam fazer coisas boas, e pessoas más fazem coisas más, há evidências de que as pessoas boas podem ser pessoas sem ética e que pessoas más podem ser éticas, dependendo das pressões do momento”.

Com base numa pesquisa anterior que indicava que as pessoas se tornam mais propensas a mentir na medida em que o dia passa, os pesquisadores examinaram a relação entre os **padrões de energia** e o comportamento ético.

Os cientistas se focaram no ritmo circadiano, que controla a vigília e o sono e varia de um indivíduo para outro, o que significa que algumas pessoas acordam cedo naturalmente, enquanto outras tendem a ser **notívagos** e ficarem acordados até tarde. Os pesquisadores previram, então, que esses ritmos de sono diferentes levariam a diferentes padrões de comportamento ético e antiético ao longo do dia.

No primeiro estudo, os coordenadores da pesquisa testaram o comportamento durante a manhã, pedindo aos participantes para completarem uma tarefa simples na qual eles seriam pagos um valor extra para cada fase adicional que dissessem que tinham completado. Os participantes achavam que o trabalho era feito de maneira anônima, mas os pesquisadores eram capazes de determinar quem tinha enganado o coordenador relatando um número maior de fases resolvidas. O cientistas descobriram então que as pessoas que dormiam mais tarde eram mais propensas a enganar e mentir.

Mas no segundo estudo, os pesquisadores pediram para que os voluntários participassem de um teste de jogo de dados feito de manhã cedo (de 7 a 8h30m) ou tarde da noite (de meia-noite a 1h30m). Os participantes deveriam jogar o dado e dizer qual número saía. Eles ganhavam quantias maiores para números maiores.

Os pesquisadores viram que as pessoas que costumam acordar cedo e foram à sessão da noite declararam terem tirado números mais altos do que os indivíduos de hábitos diurnos que foram à sessão da manhã. Da mesma forma, os notívagos da sessão da manhã relataram terem tirado números mais altos do que os notívagos que foram à sessão da noite.

Os resultados mostraram que as pessoas de hábitos diurnos tendem a se comportar de maneira mais

## COMPORTAMENTO

Postado em 18/07/2014

---

**antiética** à noite, ao passo que os notívagos fazem o mesmo na parte da manhã, mostrando que, quanto mais cansado, mais propenso a ser desonesto um indivíduo fica.

Na conclusão do estudo, os pesquisadores sugerem então que as empresas permitam que seus funcionários trabalhem no horário que melhor atenda a seu ritmo cardíaco.

**Fonte: O Globo**