

FICHA DE PLATAFORMA

Instagram

Qué edad exige, qué protege por defecto una cuenta de adolescente, qué puede supervisar una familia y qué se queda fuera de su alcance.

Familias · Centros educativos

12 a 18 años

guiateconecta.com

Dato	Situación
Edad mínima declarada	13 años
Quién es propietaria	Meta (también WhatsApp y Facebook)
Contacto con desconocidos	Sí: mensajes, comentarios y seguidores
Herramienta para familias	«Supervisión», dentro del «Centro para familias»
Se puede gastar dinero	No directamente en la app

Qué hay que entender primero

Desde 2024 las cuentas de menores de 18 años se crean como **«cuentas de adolescente»**: nacen privadas, con restricciones de contenido y de contacto activadas por defecto. Es un cambio importante y en general bueno.

La parte que conviene conocer: **en menores de 16 años, aflojar cualquiera de esas restricciones requiere la autorización de una persona adulta** a través de la supervisión. Es decir, la protección no depende de que la familia sepa configurarla, pero desactivarla sí depende de que la familia la haya vinculado.

Y la trampa evidente: todo esto se apoya en la edad que el menor declaró al registrarse. Una cuenta creada con una fecha de nacimiento falsa no recibe ninguna de estas protecciones.

Los tres riesgos propios de Instagram

1. El contacto entrante

No es tanto lo que publica como quién puede escribirle. Los mensajes directos de personas desconocidas son la vía habitual de los casos de grooming que llegan a los protocolos.

2. La comparación permanente

Es una red construida sobre la imagen. El impacto en la autoestima —especialmente en chicas adolescentes— está documentado y no se arregla con ajustes de privacidad: se aborda hablando.

3. Las historias y los mensajes que desaparecen

Lo efímero da sensación de impunidad y dificulta documentar un caso. Si hay acoso, la captura hay que hacerla en el momento.

Qué se puede configurar

- **Vincular la supervisión** desde la cuenta adulta. Se hace en «Centro para familias».
- **Tiempo de uso:** límite diario y franjas de descanso.
- **Quién puede enviar mensajes** y quién puede comentar.
- **Contenido sensible:** nivel de filtrado de lo que se le recomienda.
- **Aviso a la familia** si cambia ajustes de privacidad o si busca repetidamente contenidos de autolesión.

Qué NO se puede controlar

Esto conviene saberlo antes de confiar en la configuración: la supervisión no permite leer los mensajes privados. Muestra con quién habla, no qué se dicen. Tampoco impide que cree una segunda cuenta —las llamadas *finstas*— con otro correo y otra fecha de nacimiento. Ninguna de las dos cosas es un fallo: son límites de diseño.

Señales de alerta específicas

- Cambia de cuenta al entrar alguien en la habitación, o tiene más de un perfil.
- Sube y borra publicaciones en poco tiempo.
- Reacciona con angustia a las notificaciones, no con interés.

- Empieza a hablar de personas que no son del colegio ni del barrio.
- Pide de repente cambiar a otra aplicación para hablar con alguien.

Qué preguntar, sin interrogar

- «¿Quién te escribe por privado? ¿Los conoces a todos en persona?»
- «¿Te ha escrito alguna vez alguien que no conocías? ¿Qué hiciste?»
- «¿Qué cuentas sigues? Enséñame alguna que te guste.»
- «¿Has visto alguna vez algo que te incomodara? ¿Se lo contaste a alguien?»

Dónde comprobar los pasos exactos

Los menús cambian con frecuencia. Estas son las páginas oficiales, que se actualizan con cada cambio:

- Centro de privacidad y seguridad de Instagram: help.instagram.com
- Centro para familias de Meta: familycenter.meta.com
- INCIBE, sección Menores: incibe.es/menores

Revisado en septiembre de 2026. Las plataformas cambian sus ajustes con frecuencia. Si encuentras algo que ya no coincide, avísanos en hola@ideamosjuntos.com y lo corregimos.