

FICHA DE PLATAFORMA

TikTok

Qué protecciones aplica según la edad, qué permite la Sincronización familiar y por qué el problema no es el contenido que busca, sino el que le llega solo.

Familias · Centros educativos

12 a 18 años

guiateconecta.com

Dato	Situación
Edad mínima declarada	13 años
De 13 a 15 años	La cuenta es siempre privada
Menores de 16 años	No pueden usar mensajes directos
Herramienta para familias	«Sincronización familiar»
Tiempo de uso por defecto	60 minutos diarios para menores de 18

Qué hay que entender primero

TikTok aplica restricciones por tramos de edad sin que la familia tenga que hacer nada: de 13 a 15 años la cuenta es privada, y por debajo de 16 no hay mensajes directos. Eso cubre buena parte del riesgo de contacto.

El riesgo específico de TikTok es otro y no se resuelve con privacidad: **el contenido que llega solo**. El algoritmo aprende de cada segundo de visionado y construye un pasillo de contenido cada vez más estrecho. Un adolescente que se detiene tres veces en vídeos sobre dietas empieza a recibir vídeos sobre dietas.

Los tres riesgos propios de TikTok

1. El pasillo algorítmico

No hace falta buscar nada. Basta con detenerse. Es el mecanismo por el que contenidos sobre autolesión, trastornos alimentarios o retos peligrosos llegan a quien nunca los buscó.

2. Los retos virales

Se difunden en horas y desaparecen en días. La respuesta que funciona no es prohibir el reto concreto —para cuando llega el aviso, ya pasó— sino haber trabajado antes el criterio.

3. Los directos

La retransmisión en vivo permite interacción en tiempo real con desconocidos, incluidos regalos que cuestan dinero real. Es la función que más conviene revisar.

Qué se puede configurar con la Sincronización familiar

- **Tiempo de pantalla diario** y consulta de cuánto lo usa realmente.
- **Modo restringido**, que limita contenidos no apropiados para su edad.
- **Filtros de palabras clave**: vídeos con determinados términos o etiquetas dejan de aparecerle.
- **Búsqueda**: se puede decidir si puede buscar vídeos, cuentas, etiquetas o directos.
- **Quién puede comentar** sus vídeos y quién puede interactuar con él.

Qué NO se puede controlar

El filtro nunca es perfecto. El modo restringido reduce, no elimina. Y ninguna configuración cambia lo esencial: el algoritmo seguirá aprendiendo de lo que mire. Por eso la conversación sobre *qué te está saliendo últimamente* es más eficaz que cualquier ajuste.

Una pregunta que funciona mejor que un control

«¿Me enseñas tu Para ti?» Pedirle que te enseñe su feed —sin juzgar lo que aparezca— dice más sobre su situación que cualquier informe de tiempo de uso. Y abre la puerta a hablar de por qué le está saliendo eso.

Señales de alerta específicas

- Repite expresiones o retos que no vienen de su entorno cercano.
- Pasa de ver vídeos a grabarlos y publicarlos, sobre todo si aparecen su cara y su entorno.
- Empieza a recibir comentarios de cuentas desconocidas.
- Cambios en la conducta alimentaria o en la imagen corporal.
- Menciona directos, «regalos» o monedas.

Dónde comprobar los pasos exactos

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

- Guía para tutores legales de TikTok: tiktok.com/safety
- Centro de seguridad de TikTok: support.tiktok.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.