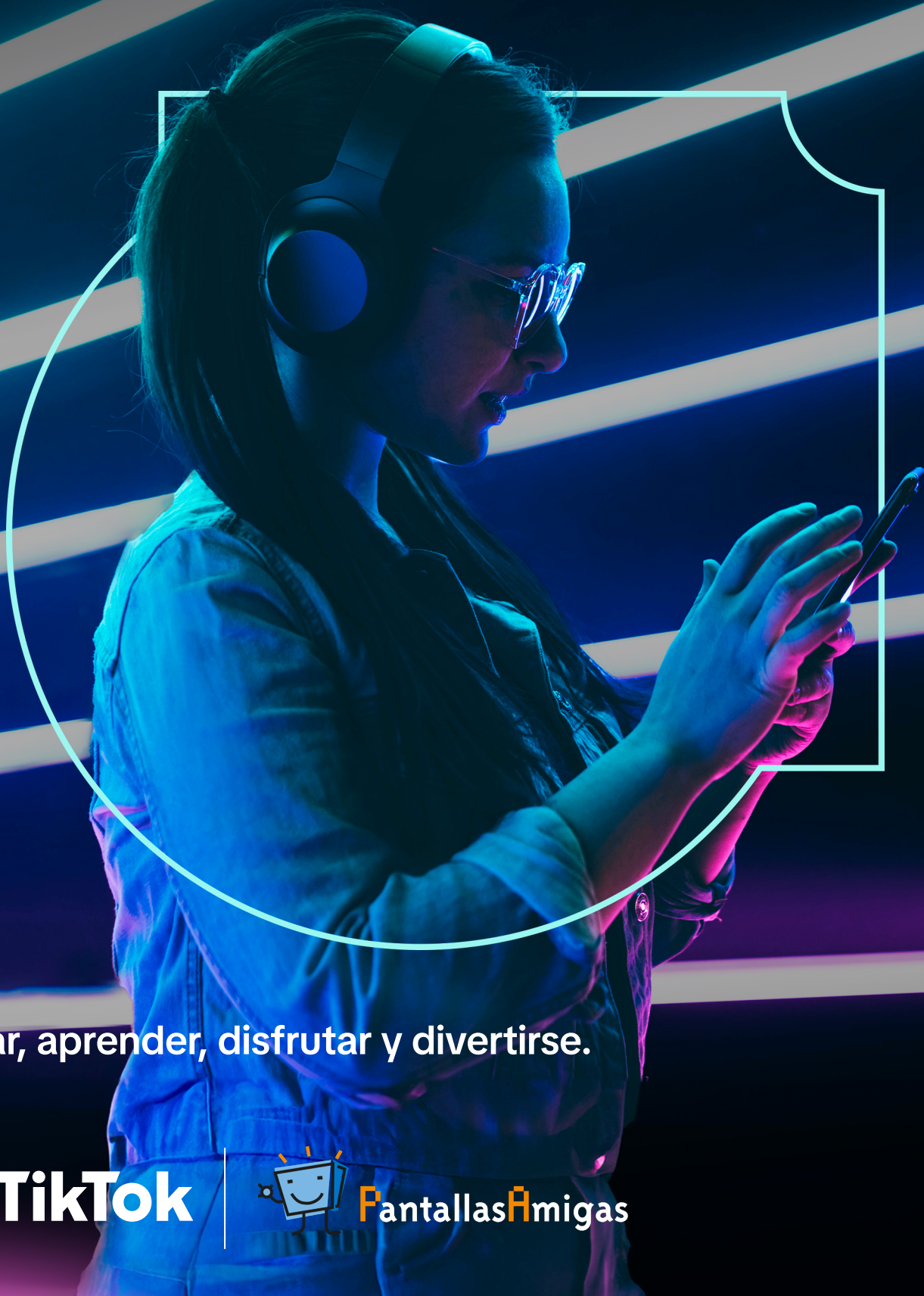


# Guía de TikTok para padres y madres.



Crear, aprender, disfrutar y divertirse.

 **TikTok**



**Fantallas Amigas**



# Contenido

01. Antes de empezar... ¿para quién y para qué es esta guía?
02. ¿Qué es TikTok?
03. Primeros pasos
04. Crea un perfil seguro
05. ¿Cómo proporciona TikTok mayor seguridad en las edades más tempranas?
06. Modo de Sincronización Familiar
07. Configuración de opciones de privacidad y sus efectos
08. ¿Cómo dar de baja una cuenta de TikTok?
09. Contenidos prohibidos en TikTok
10. Recursos de seguridad y bienestar

PantallasAmigas es una organización que trabaja desde 2004 para la promoción de la educación, la ciudadanía y el bienestar digital para niñas, niños y adolescentes. Con origen en España e impacto global, tiene como referencia el fomento y la defensa de los derechos de la infancia en el entorno digital.

TikTok es una de las aplicaciones más descargadas de España, y es la principal plataforma para vídeos en formato corto. Su misión es inspirar la creatividad y generar momentos de alegría para enriquecer la vida de las personas, ofreciéndoles un espacio para la expresión creativa.

**Esta guía es el resultado de un esfuerzo conjunto de ambas organizaciones y esperamos que contribuya a una experiencia de mediación y uso más segura y positiva.**



# Antes de empezar...

## ¿para quién y para qué es esta guía?



Esta guía está concebida como un instrumento de ayuda para que vosotros, padres, madres y tutores, podáis conocer mejor las posibilidades, funcionalidades y configuraciones de TikTok. De esta forma, os resultará más sencillo tanto disfrutar en primera persona de la plataforma, como impulsar el bienestar de vuestros hijos e hijas adolescentes, protegiendo e incentivando su privacidad y seguridad. Con el apoyo de esta guía podréis tener un mayor conocimiento para las labores de supervisión y acompañamiento de las personas menores de edad y disponer de un criterio más formado para, por ejemplo, decidir si permitirles tener un perfil propio en la plataforma.

En general, recomendamos jugar un papel activo en la experiencia online de tus hijos e hijas adolescentes y mantener un diálogo abierto sobre su seguridad y privacidad online. Tu orientación y apoyo personal es muy importante para fomentar hábitos digitales saludables.



# ¿Qué es TikTok?

TikTok es un lugar en el que crear y compartir contenido, descubrir lo que te gusta y crear comunidad. Es una plataforma donde puedes encontrar contenido divertido y positivo creado por personas de todo el mundo. Su misión consiste en potenciar la creatividad y hacer disfrutar a la gente.

La parte central de la experiencia TikTok es el feed Para ti, que funciona mediante un sistema de recomendaciones. Este sistema reúne todas las interacciones que alguien tiene con TikTok, (darle a me gusta a una publicación, dejar un comentario o ver un vídeo hasta el final), y las usa para crear un feed Para ti personalizado. No hay dos feeds Para ti iguales, que es lo que hace a TikTok tan especial: todo el mundo puede encontrar contenido que le guste.

Aunque la espontaneidad del feed Para ti es lo que hace único a TikTok, está pensado para todo el mundo, desde adolescentes hasta personas de la tercera edad. Por este motivo, algunas categorías de contenido no pueden recomendarse a todos los públicos. Mediante los niveles de contenido, TikTok trabaja para reducir al mínimo las posibilidades de que los vídeos con temas para adultos lleguen a menores de 18 años. La edad mínima para poder registrarse en TikTok es a los 13 años. Todas las cuentas de menores de edad (13 a 17 años) son privadas por defecto.

Obtén más información sobre cómo funciona el feed Para ti en el Centro de Transparencia. Podrás encontrar más información en la sección de "¿Cómo proporciona TikTok mayor seguridad en las edades más tempranas?" de esta misma Guía.





# Primeros Pasos

Para acompañar a las personas menores que están a tu cargo es importante que conozcas la aplicación, sus opciones, servicios, oportunidades y limitaciones.

## 1. Familiarízate con los conceptos clave.

Para iniciarse en el uso y gestión de TikTok es preciso conocer el significado y uso de conceptos básicos que se emplean en la plataforma.

**Usuario, cuenta, perfil:** son palabras que se usan a veces de forma indistinta porque son conceptos vinculados. Usuario es la persona titular de una cuenta, y un perfil son los datos básicos de la persona que le identifican en su cuenta como usuario. Por ello, son conceptos que en ocasiones se confunden o identifican.

**Seguidores:** personas que siguen un perfil, es decir, personas que se han suscrito a una cuenta porque consideran interesante y prioritario su contenido y lo desean ver.

**Amigos:** son personas, perfiles o cuentas a las que sigues y que te siguen.

**Cuentas recomendadas:** son cuentas que la plataforma, basándose en diferentes indicadores, considera querer seguir.

**Configuración por defecto:** son los valores de inicio que, de manera automática, o por defecto, adquiere una determinada función o característica. Por ejemplo, al crearse una cuenta de una persona menor de edad, será una cuenta privada por defecto, desde su creación. Sin embargo, si fuera una persona mayor de edad la implicada, la cuenta nacería con la característica de cuenta pública.

**Stickers:** son imágenes estáticas o animadas que pueden enviarse en mensajes directos. Es posible crear tus propios conjuntos de stickers estáticos o animados. Sin embargo, TikTok revisa y aprueba los stickers antes de que estén disponibles para asegurarse de que cumplen con las normas de la comunidad. También existen los stickers de vídeo en TikTok. Es una función que permite convertir vídeos de TikTok en stickers personalizados. Estos stickers pueden ser utilizados en mensajes directos dentro de la plataforma. Es necesario haber cumplido 16 años para crear stickers de vídeo y permitir que otras personas creen stickers a partir de tus vídeos.

**Stories:** son formatos de publicación que permiten a los usuarios compartir fotos o vídeos que desaparecen después de 24 horas, similar a las Stories en otras plata-



formas. Estas publicaciones temporales pueden incluir texto, stickers, música y efectos, y se pueden ver desde el perfil del usuario, la bandeja de entrada o los feeds Para ti y "Siguiendo".

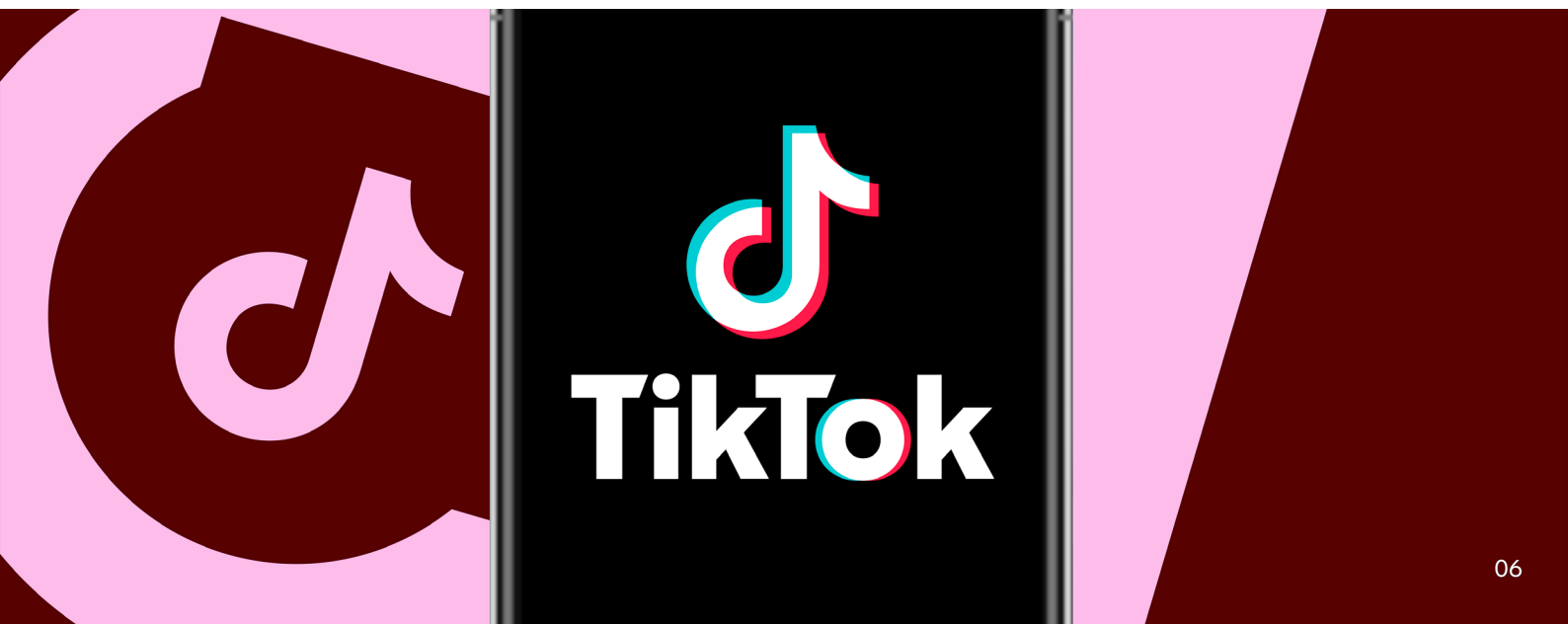
**Mencionar:** en TikTok, "mencionar" significa etiquetar a alguien en tus comentarios, publicaciones, Stories o descripciones. Para hacerlo, simplemente escribes "@" seguido del nombre de usuario de la persona que deseas mencionar. Esto les enviará una notificación y los dirigirá al contenido donde los mencionaste. Es una forma útil de interactuar con otros usuarios o destacar a alguien en tu contenido.

**Comentar:** "comentar" en TikTok significa interactuar con un vídeo escribiendo un mensaje en la sección de comentarios. Es una forma de expresar tus pensamientos, hacer preguntas, dar apoyo o incluso iniciar conversaciones con otros usuarios. Los comentarios pueden incluir texto, emojis y menciones a otros usuarios utilizando "@". Además, TikTok permite gestionar la privacidad de los comentarios, activarlos o desactivarlos, y aplicar filtros para moderar el contenido.

**Notificaciones push:** son alertas en forma de mensajes que la aplicación envía a tu dispositivo móvil incluso cuando no la estás utilizando. Estas notificaciones pueden incluir información sobre nuevos seguidores, me gusta, comentarios, sugerencias de vídeos, y más.

**Feed:** un "feed" es cada una de las secciones donde puedes explorar vídeos. Hay dos principales, Para ti y "Siguiendo". Para ti muestra contenido personalizado basado en tus intereses, interacciones y el algoritmo de TikTok. Es donde encuentras vídeos que podrían gustarte, incluso de creadores que no sigues. "Siguiendo" agrupa los vídeos de las cuentas que sigues. Es ideal para mantenerte al día con tus creadores favoritos. En las últimas actualizaciones se ha incorporado un tercer feed llamado "STEM" que muestra contenido sobre ciencia, tecnología, ingeniería y matemáticas. Este feed es opcional, pero viene activado por defecto en las cuentas de personas menores y se puede establecer como obligatorio desde la opción de Sincronización Familiar.

Al margen de estos términos, existen un aspecto de especial relevancia, la visibilidad de una cuenta, que se describe más adelante.





## 2. Conócela, pruébala.

Te recomendamos que descargues la aplicación de TikTok, crees tu propia cuenta y la utilices. Si involucras en ello a tu hijo/a la experiencia resultará mucho más positiva. Será realmente útil que des este paso porque te permitirá un mejor acompañamiento, una mejor labor de mediación. Prueba TikTok con él o ella. Invita a otras personas adultas para que hagan lo mismo y podáis probar las opciones sociales de forma conjunta. Además, disponer de una cuenta

propia te va a permitir utilizar el modo de Sincronización Familiar, muy útil para ayudar a la persona menor a tu cargo a tener una experiencia más segura y positiva en TikTok.

Ten en cuenta también que TikTok tiene restricciones especiales para menores de 18 años en función de su edad, con configuraciones diferenciadas para dos grupos: de 13 a 15 años, y de 16 a 17. Por ello, si te registras, por ser una persona adulta, tu experiencia, las funcionalidades disponibles y las posibilidades de uso que te ofrece la aplicación serán en ocasiones diferentes a las de una cuenta para un menor de edad.

---

## 3. Crea y configura o revisa la cuenta de tu hija o hijo con su ayuda e implicación.

Cuando abras la cuenta de tu hijo o hija hacedlo juntos, es mejor. Revisa luego, con detalle, las configuraciones de privacidad y seguridad, tanto en un primer momento como de forma periódica.

Comprueba si la cuenta de tu hijo es privada. Si es pública, significa que en la cuenta consta como que es mayor de 16 años y ha habilitado esa opción. Podéis cambiar la cuenta del menor a solo privada si creéis que es lo mejor, o empezar de nuevo para darle de alta con la edad verdadera.

---

## 4. Conoce y utiliza las opciones de Sincronización Familiar.

Las opciones de Sincronización Familiar os ayudarán, tanto a ti como a la persona menor acompañada, a que el uso de TikTok se ajuste a lo que desees y esperas de esta plataforma. Puedes encontrar más información en el apartado "Modo de Sincronización Familiar" de esta guía.



# Crea un perfil seguro

La edad mínima para tener TikTok es de 13 años, así que si eres menor. Es importante que sepas que no es necesario añadir una foto de perfil ni una descripción. Os recomendamos que evitéis dar información personal, y evitar especialmente:

- Que en la imagen de perfil puedan verse datos o pistas que posibiliten conocer o deducir datos o informaciones que no pretendíamos poner en conocimiento público.
- Que en la descripción o presentación del perfil no figuren datos adicionales como apellidos, domicilio, centro escolar o número de teléfono.





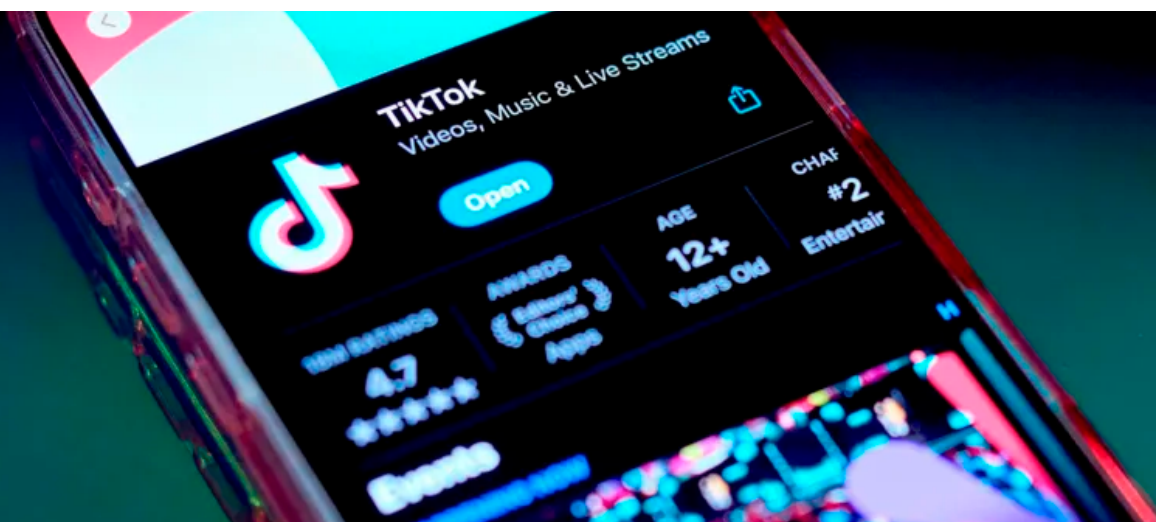
# ¿Cómo proporciona TikTok mayor seguridad en las edades más tempranas?

Para aumentar protección de los usuarios más jóvenes, entre otras acciones, TikTok incorpora, según la edad, dos tipos de medidas adicionales de seguridad y privacidad. Por un lado, la inhabilitación o eliminación de determinadas funciones y, por otro, el establecimiento de configuraciones por defecto más restrictivas.

Por ejemplo, todas las cuentas de menores de edad están limitadas para un uso de 60 minutos al día. También, todas las cuentas están configuradas como privadas por defecto, y solo se pueden habilitar de forma pública a partir de los

16 años. Los menores tampoco podrán subir contenido a LIVE ni comprar a través de TikTok Shop entre otras.

A continuación, se describen las medidas concretas más relevantes, tanto de limitación de funcionalidades como de establecimiento de valores por defecto, que TikTok ha tomado para asegurar mayor protección a las personas menores. Estas funcionalidades se encuentran repartidas principalmente en dos secciones llamadas "Configuración de las funciones de visibilidad" y "Configuración de las funciones de interacciones", ambas en su epígrafe de "Privacidad".





## Medidas de seguridad y protección de la privacidad para adolescentes en TikTok

En TikTok, tenemos en cuenta las necesidades específicas de desarrollo de los adolescentes, por lo que las cuentas de usuarios de entre 13 y 15 años tienen una experiencia en TikTok diferente a la de los usuarios de 16 y 17 años.

Características	13-15	16-17	18+
Mensajes directos	No permitido	Desactivado por defecto	Amigos por defecto
Visibilidad de la cuenta	Privacidad por defecto	Privado preseleccionado, con opción para cambiar a todo el mundo	Todo el mundo
Tiempo de uso diario de la pantalla	60 minutos	60 minutos	Elección personal
Meditación nocturna	10pm-6am	10pm-6am	Elección personal
Notificaciones nocturnas	Deshabilitada a partir de las 9pm	Deshabilitada a partir de las 10pm	Elección personal
LIVE	No permitido emitir	No permitido emitir	Permitido
Regalos virtuales	No permitido	No permitido	Elección personal
Posibilidad de aparecer en el feed "Para ti"	No permitido	Elegible	Elegible
Descarga de vídeos	No permitido	Desactivado por defecto	Permitido
Normas para comentar	Solo los amigos pueden comentar	Seguidores por defecto	Todos
Duo y Pegar	Desactivado	Desactivado por defecto	Permitido



## Quién puede enviarte mensajes directos en TikTok

Determina quién puede enviarte mensajes directos

**Usuarios de 13 a 15 años:** no permitido.  
**Usuarios de 16 a 17 años:** desactivado por defecto. Si es activado, los padres podrán verlo.

---

## Visibilidad de la cuenta ¿Qué implica que una cuenta sea pública o privada?

Si optas por una **cuenta privada**, solo las personas que apruebes podrán seguirte y ver tus vídeos, tu descripción corta, los "me gusta", así como la lista de tus seguidores y de las personas que sigues. Además, nadie podrá crear stickers ni utilizar las funciones Dúo o Pegar con tus vídeos. Tampoco podrán descargarlos ni añadirlos a sus Stories.

En cambio, si eliges una **cuenta pública**, cualquier persona podrá seguirte. A menos que modifiques los ajustes de privacidad, tu perfil y tus vídeos estarán visibles para todo el mundo en TikTok, y podrán ser compartidos tanto dentro como fuera de la aplicación, incluso por personas que no tengan una cuenta. Tu contenido también podría aparecer en motores de búsqueda, blogs, publicaciones en redes sociales y sitios de noticias. Según cómo configures tu privacidad, otros usuarios podrían tener la posibilidad de crear stickers, usar las funciones Dúo y Pegar con tus vídeos, descargarlos o incluirlos en sus Stories.

Recuerda que, independientemente del tipo de cuenta que elijas, tu apodo, nombre de usuario y foto de perfil **siempre estarán visibles** para cualquier persona, ya sea dentro o fuera de TikTok. No obstante, siempre puedes restringir la visibilidad de cada publicación de forma individual, ajustando sus opciones de privacidad para que solo la vean los espectadores que tú elijas.

**Usuarios de 13 a 17 años:** cuenta **privada** por defecto.

---

## Tiempo en pantalla diario

Se puede limitar de forma individualizada el tiempo diario para cada día de la semana. El modo de Sincronización Familiar permite proporcionar un código de acceso para seguir utilizando la aplicación cuando se ha consumido el tiempo predefinido.

**Usuarios de 13 a 17 años:** 60 minutos diarios por defecto.

---

## Silenciar notificaciones push

Permite elegir un horario para silenciar las notificaciones.

**Usuarios de 13 a 15 años:** establecido por defecto a partir de las 9pm.

**Usuarios de 16 a 17 años:** establecido por defecto a partir de las 10pm



## LIVE

La función LIVE permite la interacción en tiempo real a espectadores y creadores de contenido.

**Usuarios de 13 a 17 años:** no permitido emitir.

---

## Regalos virtuales

Esta función permite enviar y recibir regalos digitales durante las retransmisiones

**Usuarios de 13 a 17 años:** no permitido.

---

## Posibilidad de aparecer en el feed Para ti

Esta función permite que los contenidos creados puedan ser incorporados en el feed Para ti de otras personas. Para ser elegible para este feed, el contenido debe cumplir con las Normas de la Comunidad de TikTok y los Estándares de elegibilidad del feed Para ti.

**Usuarios de 13 a 15 años:** no permitido.  
**Usuarios de 16 a 17 años:** elegible.

---

## Quién puede descargar mis vídeos

Para gestionar si otras personas pueden descargar tus vídeos y compartirlos en otras aplicaciones o sitios web, utiliza el ajuste **Descargas de vídeos**.

En todo caso, la gente podrá compartir un enlace a tu vídeo incluso con este ajuste desactivado.

**Usuarios de 13 a 15 años:** no permitido.  
**Usuarios de 16 a 17 años:** desactivado por defecto. Si es activado, los padres podrán verlo.

---

## Quién puede comentar tus publicaciones y Stories

Puedes cambiar quién puede comentar tus publicaciones y Stories en los ajustes de privacidad de forma general. No obstante, al publicar un vídeo o un Storie, puedes desactivar expresamente en ese momento la opción Permitir comentarios para que nadie pueda comentarlo.

**Usuarios de 13 a 15 años:** solo los amigos pueden comentar.  
**Usuarios de 16 a 17 años:** si tu cuenta es privada este ajuste está configurado por defecto en seguidores. Si tienes una cuenta pública está configurado en Todo el mundo.

---

## Quién puede reutilizar mi contenido (funciones Dúo y Pegar)

La función Dúo te permite publicar un vídeo en paralelo con el vídeo de otro creador de TikTok. Para que otros puedan crear un Dúo con tus vídeos, tu cuenta debe ser pública. Puedes elegir quién puede usar tus vídeos para hacer un Dúo.



**Usuarios de 13 a 15 años:** desactivado por defecto.

**Usuarios de 16 a 17 años:** desactivado por defecto en cuentas privadas y configurado por defecto en Amigos para cuentas públicas.

La función **Pegar** te permite combinar un vídeo de TikTok con otro que estés creando. Para que otros puedan usar Pegar con tus vídeos, tu cuenta debe ser pública. Puedes elegir quién puede usar tus vídeos para la función Pegar.

**Usuarios de 13 a 15 años:** establecido en "Solo yo" y no se puede cambiar.

**Usuarios de 16 a 17 años:** establecido en "Solo yo" para cuentas privadas y no se puede cambiar. En cuentas públicas este ajuste está configurado por defecto en "Amigos".

---

## Recomendar tu cuenta a otros

Puedes gestionar algunas de las formas con las que TikTok sugiere tu cuenta a otras personas a través del ajuste de privacidad <<**Recomendar tu cuenta a otros**>>. Existen aquí dos posibilidades compatibles entre sí, que se pueden dar de forma simultánea, la opción <<Contactos>>, para la cual tendrás que añadir un número de teléfono, un correo electrónico o sincronizar tus contactos, y la opción <<**Amigos de Facebook**>>, para la cual necesitarás conectar tu cuenta de TikTok con tu cuenta de Facebook.

**Usuarios de 13 a 17 años:** ambos ajustes, "Contactos" y "Amigos de Facebook", están desactivados por defecto.

## Servicios de ubicación

Puedes administrar los datos de ubicaciones que TikTok usa para personalizar tu experiencia desde el menú de "Privacidad". Cuando se da el permiso de ubicación "Al usar", la aplicación utiliza la **ubicación del dispositivo** para mejorar las publicaciones que ves y la experiencia de anuncios. Sin embargo, si eliges la opción "Nunca", utilizarán la **ubicación aproximada** según el sistema, operadora y la dirección IP. Esta opción también se puede modificar desde el menú "Ajustes del dispositivo" y las opciones "localización" o "ubicación". La opción "Historial de ubicaciones" permite eliminar determinados datos de ubicaciones.

**Usuarios de 13 a 17 años:** no permitido.



# Modo de Sincronización Familiar

## ¿Qué es y cómo se configura?

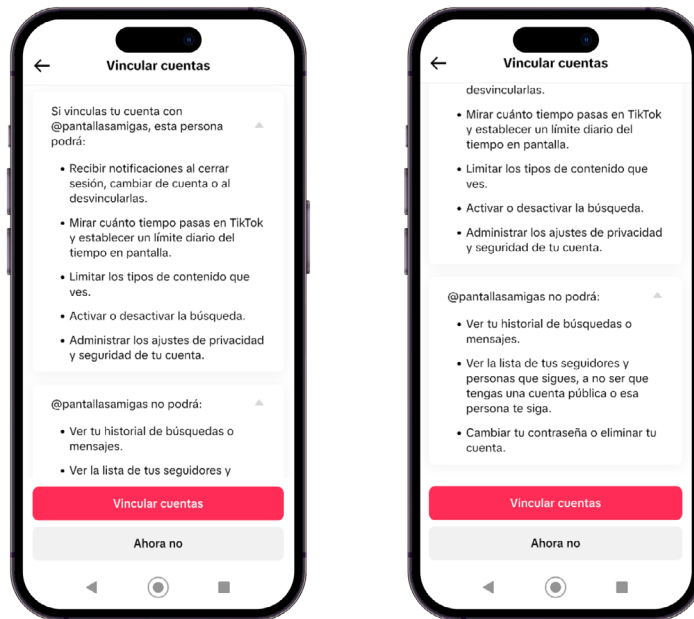
El 'Modo de Sincronización Familiar' permite a las personas adultas responsables (padres o tutores legales) un mayor control y supervisión de la actividad en TikTok de las personas menores de entre 13 a 17 años vinculadas.



## Configuración. Vinculación de las dos cuentas.

Para activar las funciones de Sincronización Familiar en TikTok para toda la familia se deben seguir los siguientes pasos:

01. Desde la cuenta activa y registrada en TikTok de la persona adulta, abrir la aplicación.
02. Dirigirse al "Perfil" en la parte superior derecha pulsa sobre las Tres Rayas.
03. Accede a la opción de "Ajustes y privacidad" > "Sincronización Familiar".
04. Selecciona, de acuerdo al caso, cuál es el teléfono del adulto y cuál es el del menor.
05. Pulsa en Añadir cuenta y escanea el código QR que aparece en la pantalla del adulto usando el teléfono del menor.



## Opciones de Sincronización Familiar

Con la Sincronización Familiar, padres, madres o tutores/as legales pueden vincular sus cuentas de TikTok a las de los adolescentes para gestionar una serie de ajustes relacionados con el contenido, la privacidad y el bienestar. Esto incluye funciones como:

- Establecer un límite de tiempo en pantalla, que se puede personalizar según el día de la semana. Cuando estableces un límite de tiempo en pantalla a través de la Sincronización Familiar, los adolescentes tendrán que pedirte un código de acceso de un solo uso para seguir usando TikTok una vez alcanzado el límite.
- Personalizar el feed Para ti de los adolescentes con palabras clave. TikTok buscará las palabras clave que tú elijas en la descripción de las publicaciones para filtrar aquellas que las contengan.
- Personalizar los controles de comentarios de los adolescentes o desactivarlos por completo.
- Decidir a quién puede enviar mensajes.
- Comprobar a quién sigue y quién les sigue en TikTok, así como las cuentas que han bloqueado.

Puedes encontrar más información sobre las funcionalidades del modo de Sincronización Familiar en esta infografía:



# Sincronización Familiar, solo en TikTok

La función de Sincronización Familiar de TikTok permite a los padres y tutores personalizar o ver más de 20 configuraciones de contenido, privacidad y bienestar para su adolescente.

01

## Tiempo en pantalla

Personaliza los límites de tiempo en pantalla por día y obtén informes de tiempo en pantalla. Todos los adolescentes tienen un límite diario de 60 minutos por defecto.

02

## Tiempo Fuera

Evita que tu adolescente acceda a TikTok durante horas específicas establecidas por un padre.

03

## Mensajes Directos

Restringe quién, si es que alguien, puede enviar mensajes directos a tu adolescente. Por defecto, los MD están deshabilitados para adolescentes menores de 16 años.

04

## Notificaciones de Subidas

Recibe una notificación cuando tu adolescente suba nuevo contenido.

05

## Conexiones

Ve a quién sigue tu adolescente, a quién bloquea y quién sigue la cuenta de tu adolescente.

06

## Filtrar palabras clave

Crea una lista de palabras clave para filtrar contenido del Feed Para Ti de tu adolescente.

07

## Visibilidad de cuenta

Configura la cuenta como privada si tu adolescente la ha hecho pública.

08

## Bloquear cuentas

Cuando están bloqueadas, los adolescentes no pueden interactuar con la cuenta ni ver su contenido.

09

## Búsqueda

Restringe que tu adolescente use la búsqueda en TikTok.

10

## Visibilidad de Temas Gestionados

Mira cómo tu adolescente ha personalizado su Feed usando "Gestionar Temas".

11

## Notificaciones Push

Decide cuándo las notificaciones push están silenciadas. Por defecto, las notificaciones push están silenciadas por la noche para adolescentes.

12

## Feed STEM

Activa el feed STEM de TikTok (ciencia, tecnología, ingeniería, matemáticas). Esta función está activada por defecto para adolescentes.

13

## Modo Restringido

Limita aún más el contenido que puede no ser adecuado con el Modo Restringido. Escanea el código QR para visitar la Guía para Tutores y obtener más información sobre las herramientas y controles disponibles para las familias.

14

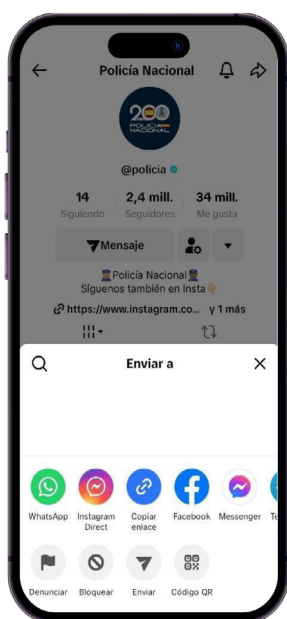
## Momento de Desconexión Programado

Podrás decidir cuándo tu adolescente debe tomarse un descanso. También puedes establecer un horario recurrente que se adapte mejor a su vida familiar.



# Configuración de opciones de privacidad y sus efectos

Como en todas las plataformas digitales donde hay personas conectadas, que interactúan y pueden subir contenidos, nos podemos encontrar con situaciones no deseadas o incómodas.



## Bloquear una cuenta

Los usuarios que tengan cuentas privadas pueden eliminar de sus seguidores a otros usuarios. Además, si quieres que alguien en concreto no tenga ninguna posibilidad de contacto ni de interacción con los contenidos de tu cuenta existe la posibilidad de bloquearle.

Los menores pueden enviar un mensaje a su tutor o adulto de confianza cuando bloquean una cuenta

También puedes denunciar la cuenta si crees que su conducta puede estar incumpliendo las Normas de la Comunidad de TikTok.

Pasos para Bloquear una cuenta o un usuario:

1. Ir al perfil del usuario que se quiere bloquear.
2. Tocar en la flecha, en la esquina superior derecha.
3. Tocar en «Bloquear» y confirmar.

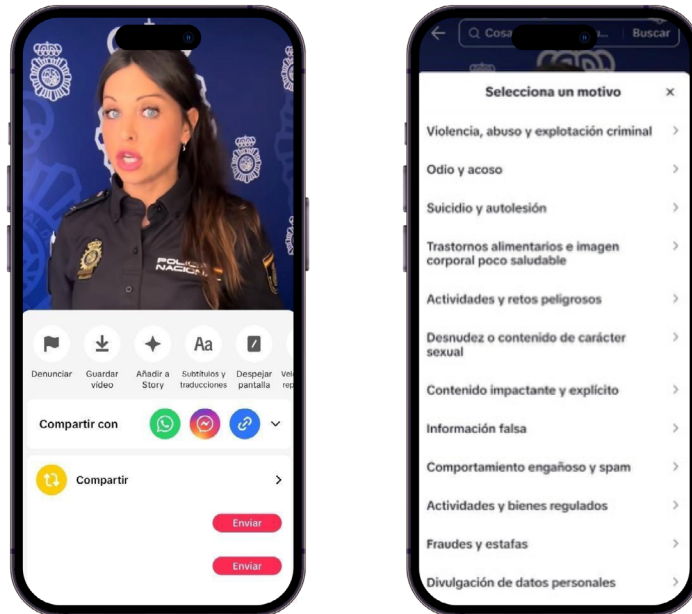
Para desbloquear al usuario se debe tocar en «Desbloquear», lo que también se puede conseguir desde los ajustes de la propia cuenta: tocar en «Privacidad» > «Cuentas bloqueadas» > «Desbloquear».

## Denunciar un contenido

Siguiendo las Normas de la Comunidad de TikTok la plataforma anima a la comunidad a denunciar cualquier contenido/conducta inapropiada que un usuario pueda encontrar. Es posible denunciar un vídeo, un sonido, un vídeo en directo (LIVE), una cuenta o un mensaje directo, un hashtag o comentario recibido.



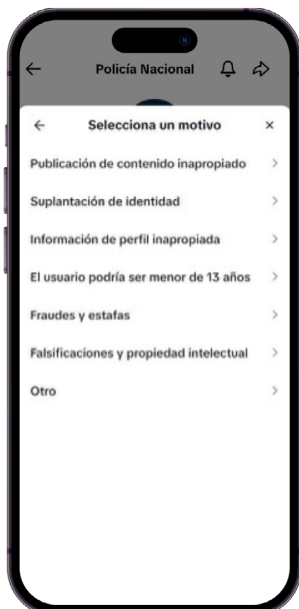
Para denunciar un vídeo basta con mantener pulsada la pantalla sobre el vídeo y seleccionar «Denunciar» y por último seleccionar el motivo de la lista.



## Denunciar una cuenta

Una cuenta siempre puede ser bloqueada porque se trata de una decisión propia. Sin embargo, para denunciar una cuenta (o un contenido) se debe de haber identificado un incumplimiento de las Normas de la Comunidad de TikTok.

Para denunciar una cuenta de usuario se debe acceder al perfil a denunciar y pulsa sobre la flecha de arriba a la derecha de la pantalla, eligiendo luego «Denunciar» para, por último, seleccionar los motivos de denuncia durante el proceso.



Para denunciar un contenido o cuenta no es necesario tener cuenta registrada en TikTok. Se puede hacer desde la página web pulsando sobre «Denunciar» en el vídeo y seleccionar el motivo. Eso sí, no se podrá seguir la respuesta de TikTok al no solicitar nuestros datos personales al realizar la denuncia.

Cuando TikTok identifique un contenido que vulnera sus Normas de la Comunidad lo eliminará y suspenderá o prohibirá las cuentas implicadas en incumplimientos graves o repetidos. En los casos en los que exista una amenaza de daño inminente, elevará la situación a las autoridades legales pertinentes con el fin de velar por la seguridad de su comunidad.

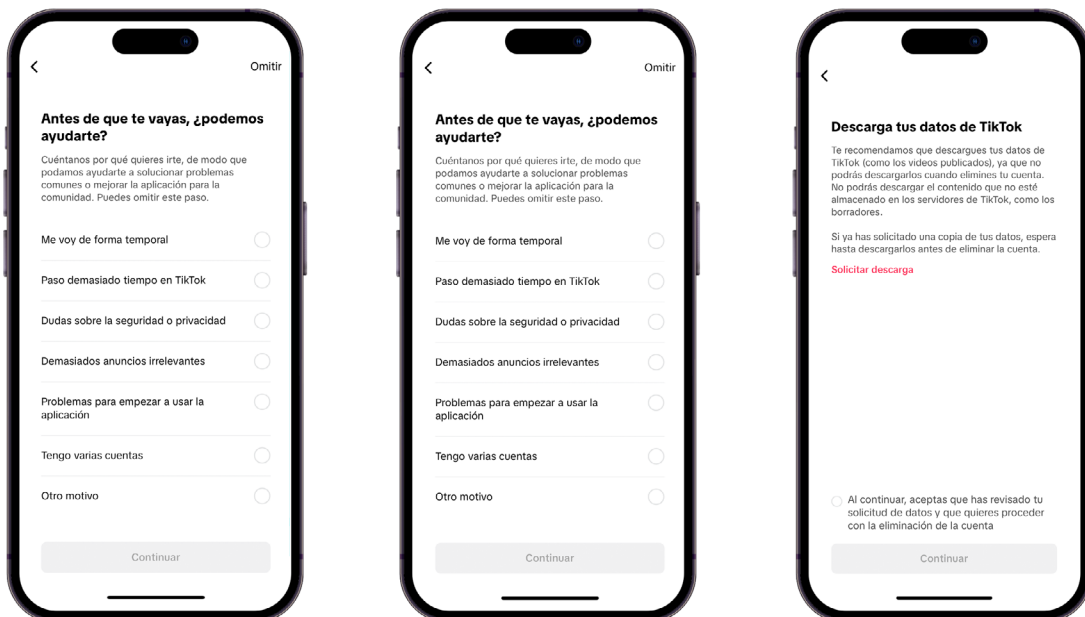


# ¿Cómo dar de baja una cuenta de TikTok?

Si se desea dar de baja una cuenta de TikTok los pasos son los siguientes:

01. Pulsar el icono Perfil.
  02. Pulsar el icono con las tres barras, en la parte superior derecha de la pantalla.
  03. Pulsar Ajustes y privacidad > Cuenta > Desactivar o eliminar la cuenta.
  04. Selecciona la opción "Eliminar la cuenta de forma irreversible".
  05. Selecciona el motivo, también puedes omitir este paso.
05. Descarga tus datos y marca la opción que quieres proceder con la eliminación de la cuenta y pulsa en Continuar.

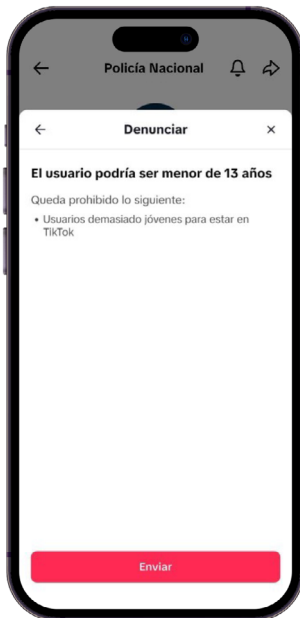
Puedes cancelar la solicitud de eliminación si reactivas la cuenta en un plazo de 30 días.





También es posible desactivar la cuenta de TikTok, esto implica que:

- Nadie podrá ver tu cuenta ni su contenido.
- Los datos que se almacenen en tu cuenta (como los manejos directos) aún podrán ser visibles para otros usuarios.
- TikTok conservará datos para que puedas recuperarlos cuando reactivas tu cuenta.
- Podrás recuperar tu cuenta y recuperar todo el contenido en cualquier momento usando los mismos detalles de inicio de sesión.



Además de la solicitud de baja de una cuenta propia, cualquier persona puede denunciar una cuenta si sabe que quien está detrás no cumple la edad mínima requerida.

Para ello, dirígete a la cuenta del usuario en cuestión, haz clic en «Denunciar», selecciona el motivo «Denunciar cuenta» y después la opción de «El usuario podría tener menos de 13 años».

También es posible realizar la denuncia mediante el Portal de Privacidad de TikTok.

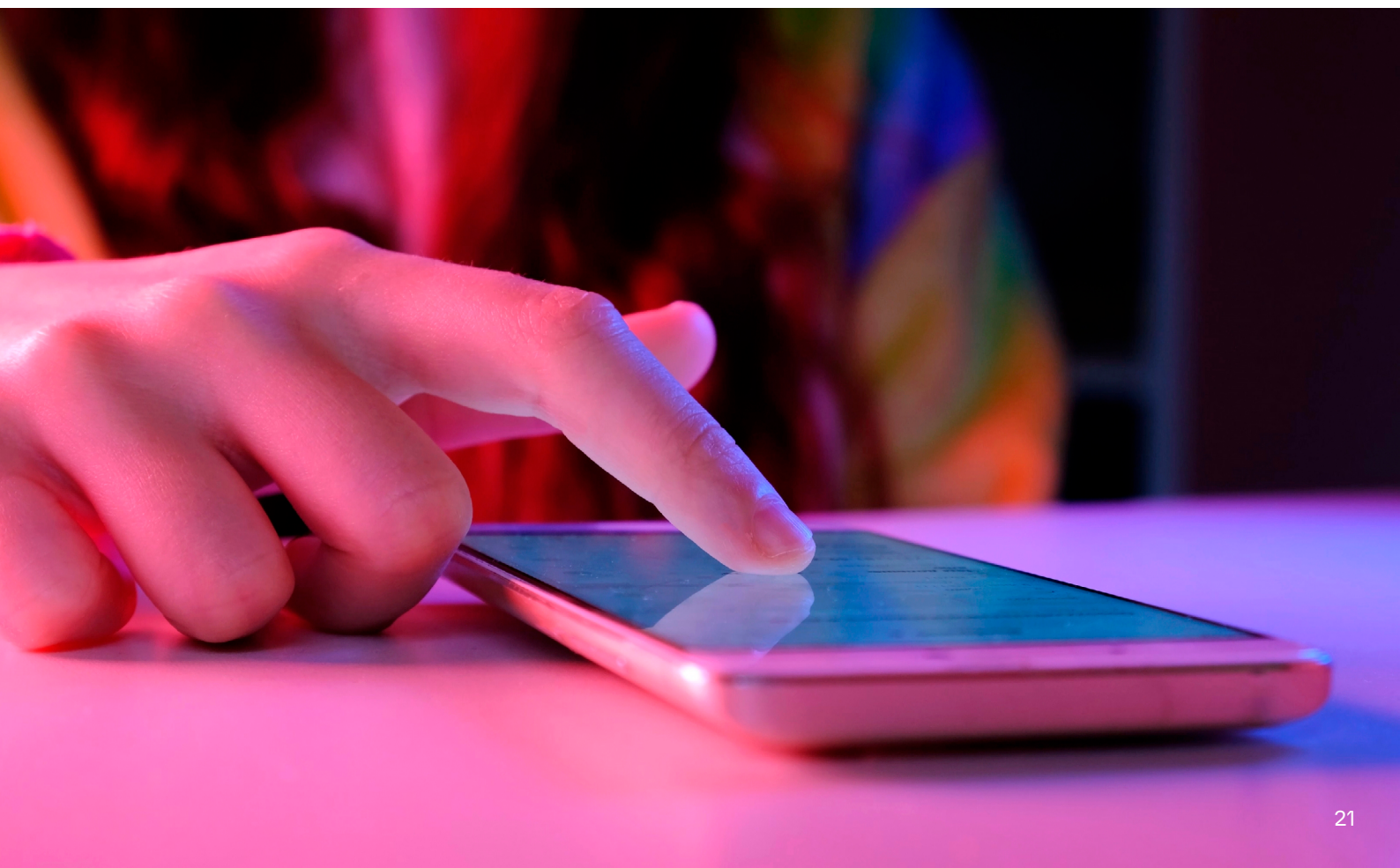




# Contenidos prohibidos en TikTok

Las Normas de la comunidad establecen las reglas de TikTok y nos ayudan a crear una experiencia acogedora, segura y entretenida. Estas normas se aplican a todo el mundo y a todo el contenido de la plataforma.

Además, existe una serie de normas específicas para proteger la seguridad y el bienestar de los jóvenes, así que cierto tipo de contenido está restringido por edad y no se puede mostrar a cuentas de menores de 18 años. Este contenido incluye, por ejemplo, contenido sobre control de peso o que promociona un tipo de cuerpo ideal, el uso de imágenes gráficas, el consumo de alcohol o tabaco, o hablar sobre drogas.





# Recursos de seguridad y bienestar

En el Centro de seguridad de TikTok puedes encontrar consejos para un mayor bienestar según distintas temáticas (prevención del acoso, trastornos alimentarios, prevención de adicciones, etc.), guías para hacer un mejor uso de TikTok y controles de seguridad para abrir denuncias o gestionar el contenido.

En el Centro de Bienestar Digital y la Guía de bienestar podrás encontrar recursos para mejorar tu bienestar dentro y fuera de TikTok.



 **TikTok**