



# Guía de TikTok para **padres y madres**

Crear, aprender, disfrutar y divertirse



PantallasAmigas



# Índice

<b>01</b>	Antes de empezar... ¿para quién y para qué es esta guía? .....	<b>04</b>
<b>02</b>	Primeros pasos .....	<b>05</b>
<b>03</b>	¿Qué es TikTok? .....	<b>06</b>
<b>04</b>	¿Cuál es la edad mínima para tener cuenta de TikTok? .....	<b>06</b>
<b>05</b>	¿Cómo proporciona TikTok mayor seguridad en las edades más tempranas? .....	<b>07</b>
<b>06</b>	¿Cómo empezar en TikTok? .....	<b>08</b>
<b>07</b>	Configuración de opciones de privacidad y sus efectos .....	<b>08</b>
<b>08</b>	Opciones de bloqueo y denuncia. ....	<b>13</b>
<b>09</b>	¿Cómo dar de baja una cuenta de TikTok? .....	<b>17</b>
<b>10</b>	Contenidos prohibidos en TikTok .....	<b>18</b>
<b>11</b>	Modo de Sincronización Familiar .....	<b>19</b>
<b>12</b>	Utilizaciones diversas de TikTok .....	<b>22</b>
<b>13</b>	Recursos de seguridad y bienestar .....	<b>23</b>



# PantallasAmigas



# TikTok

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 contexto digital.

TikTok es el principal destino para vídeos móviles en formato corto. Nuestra misión es inspirar la creatividad y generar momentos de alegría para enriquecer la vida de la gente, ofreciéndoles un espacio para la expresión creativa y una experiencia genuina, alegre y positiva.

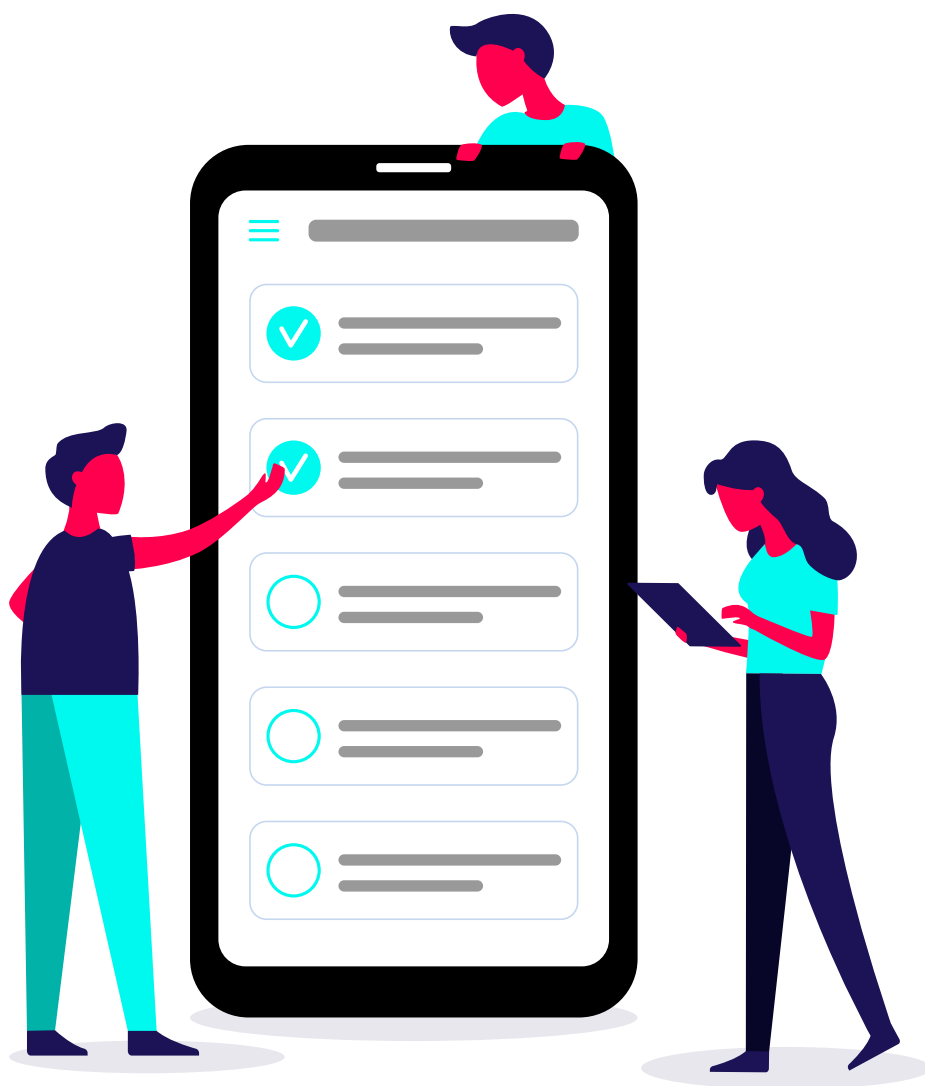
Esta guía es el resultado de un esfuerzo conjunto y esperamos que ayude a nuestros usuarios a tener una experiencia divertida y segura dentro de la aplicación.

# 1. Antes de empezar...

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

Esta guía está concebida como un instrumento de ayuda para que vosotros, padres y tutores, podáis conocer mejor TikTok en lo relativo a las funcionalidades disponibles, tanto para disfrutar de la plataforma, como para impulsar el bienestar de vuestros hijos e hijas adolescentes, garantizando su privacidad y seguridad. Además, os ayudará a decidir si pueden tener un perfil propio en TikTok, así como a supervisarles y acompañarles mejor.

En general, recomendamos jugar un papel activo en la experiencia online de tus hijos adolescentes y mantener un diálogo abierto con ellos sobre su seguridad y privacidad online. Tu orientación personal es muy importante y les dará forma a sus hábitos para un mejor futuro en línea.



## 2. Primeros Pasos

TikTok es una plataforma de entretenimiento. Para acompañar a las personas que están a tu cargo, es importante conocer la aplicación, sus opciones, posibilidades y limitaciones.

### 1. Conócela, pruébala.

Te recomendamos que descargues la aplicación de TikTok, crees tu propia cuenta y utilices TikTok, si involucras en ello a tu hijo será mucho más positiva la experiencia. No vas a estropear nada, no va a pasar nada. Será realmente útil que des este paso para un mejor acompañamiento a tu hijo. Pruébala con tu hijo. Invita a otros padres 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 tu hijo a tener una experiencia segura y positiva en TikTok.

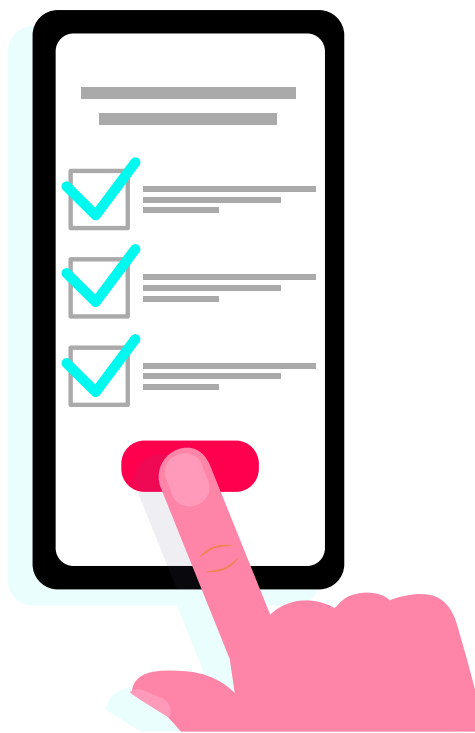
Ten en cuenta también que TikTok tiene restricciones especiales para los menores de edad en función de sus edades, con posibilidad de introducir configuraciones distintas para edades comprendidas entre los 13 - 15 años y los 16 – 17 años. Por lo que, si te registras, por ser una persona adulta, tu experiencia, las funcionalidades disponibles y las posibilidades de uso que te ofrece la aplicación serán diferentes, dependiendo la edad del menor que cree la cuenta.

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

Cuando crees la cuenta de tu hijo, hazlo juntos (es mejor que lo hagáis juntos a que lo haga uno de los dos en solitario), revisa bien las configuraciones de privacidad, tanto en un primer momento como periódicamente.

### 3. Conoce y utiliza las opciones de control parental.

Las opciones de control parental os ayudarán, tanto a ti como a tu hijo, a que el uso de TikTok se ajuste a lo que deseas y esperas de esta plataforma. Ajústalas dinámicamente conforme a tus experiencias y necesidades.



### 3. ¿Qué es TikTok?

TikTok es el principal destino para vídeos móviles de formato corto. Su misión es inspirar la creatividad y enriquecer la vida de las personas ofreciéndoles un espacio para la expresión creativa y una experiencia genuina, alegre y positiva.

Se define también como una plataforma de entretenimiento completamente inmersiva que permite a personas de todo el mundo conectar con comunidades muy diversas y expresar su creatividad a través de un amplio abanico de herramientas, como música, sonidos y efectos, disponibles dentro de la aplicación.



### 4. ¿Cuál es la edad mínima para tener cuenta de TikTok?

La edad mínima para poder registrarse en TikTok es **13 años** y, de forma automática, todas las cuentas de usuarios de 13 a 15 años son privadas. Hasta llegar a la mayoría de edad, algunas funcionalidades están restringidas para usuarios de entre 13 y 15 años y usuarios de entre 16 y 17 años.

También es posible usar TikTok desde la Web o desde la app sin tener una cuenta registrada. En ese caso se pueden ver los vídeos que otras personas han subido, pero no es posible publicar vídeos propios ni comentar o dar “me gusta” a los vídeos ajenos.



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

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

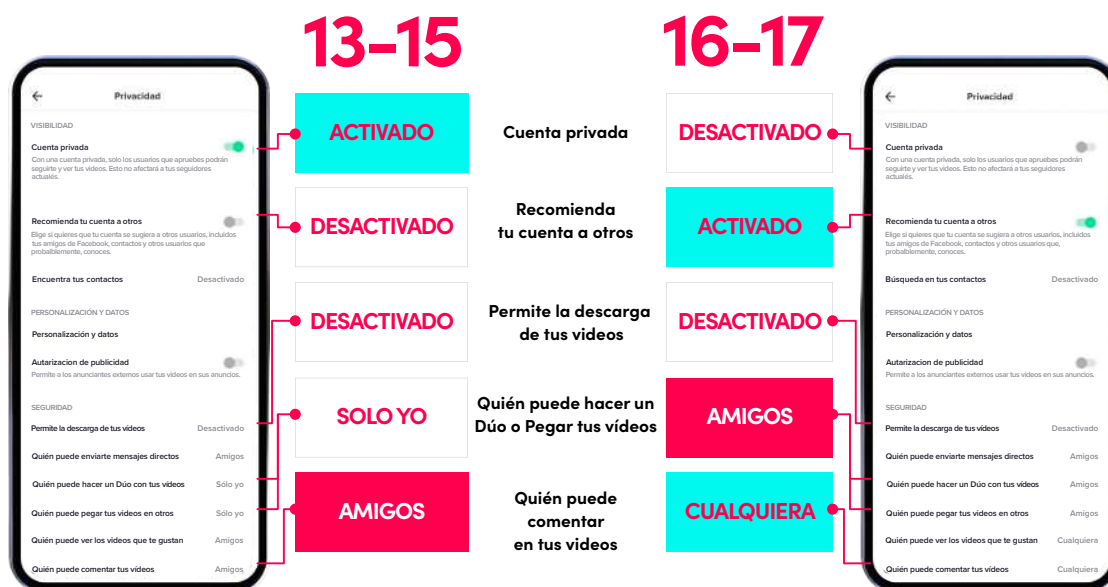
**¿Qué significa tener una determinada configuración por defecto?** Cuando se crea una cuenta, de forma automática, es decir, por defecto, diferentes parámetros (opciones configurables) adquieren un determinado valor o estado. Las funcionalidades permiten a los padres e hijos decidir cómo quieren que sea su experiencia en TikTok y destacar el valor de la enseñanza acerca de una conducta responsable en el entorno digital.

**¿Qué significa que una cuenta es privada?** Quiere decir que únicamente podrán seguir esa cuenta y ver los vídeos que publica aquellos usuarios que hayan sido aceptados como seguidores.

**¿Qué significa la función “recomienda tu cuenta a otros”?** Supone que TikTok podrá sugerir a otros usuarios que sigan tu cuenta.

**¿Qué significa el concepto de “amigos” en las configuraciones?** Se consideran “amigos” a las cuentas que se siguen mutuamente.

## Configuraciones por defecto y funcionalidades disponibles según la edad.



\* Amplia información sobre el “Modo de Sincronización Familiar” en el punto 11 de esta guía.

## 6. ¿Cómo empezar en TikTok

El uso más común y versátil de TikTok se realiza mediante la instalación de la app en el teléfono móvil y la creación de un perfil. Para este proceso de alta, basta con proporcionar la fecha de nacimiento y un número de teléfono móvil o un correo electrónico.

Cuando un nuevo usuario crea una cuenta de TikTok, debe superar un control de acceso que ha implementado la plataforma basado en la fecha de nacimiento del usuario, de manera que si la fecha introducida indica que es menor de 13 años, una notificación alertará sobre la imposibilidad de crear la cuenta.

Una vez proporcionados esos datos habrá que elegir el nombre con el que queremos aparecer en la app. Ni la fotografía ni una descripción corta de mi perfil son necesarios. Es importante preservar en todo caso datos personales para proteger, en la medida de lo posible, la privacidad. En este sentido, se recomienda evitar especialmente:

- Que en la imagen de perfil puedan verse datos o pistas que cuenten cosas que no pretendemos.
- Que en la descripción o presentación del perfil no figuren datos adicionales como apellidos, dirección de la vivienda o centro escolar y número de teléfono.

## 7. Configuración de opciones de privacidad y sus efectos

Después de haber creado una cuenta, se deben revisar y configurar las opciones de privacidad para adecuarlas a las necesidades y expectativas personales.

En todo caso, cuando se usa TikTok por primera vez o se prepara para su uso por una persona joven se recomienda mantener las opciones de privacidad que limiten las interacciones a las personas de confianza. Posteriormente, si así se desea, se podrán ir modificando las limitaciones y probando los efectos de las diferentes posibilidades de publicación e interacción que permite TikTok.

A continuación, se presentan las principales opciones y funciones configurables:

- **Cuenta pública o cuenta privada.**  
Al configurar la cuenta (también denominado comúnmente perfil, usuario o cuenta de usuario) como «Privada», sólo los usuarios que hayan sido aprobados podrán seguir y ver los vídeos de la cuenta. Para configurarla como privada, desde ajustes (tres puntos) y en el menú «Privacidad y seguridad», activar «Cuenta privada». Esto no es necesario para los menores de 16 años, ya que sus perfiles son privados por defecto.





**IMPORTANTE:** Aunque la cuenta sea privada, la foto de perfil (también llamada avatar o de portada) y la descripción son siempre públicas, es decir, visibles.

- **Limitar las descargas de tus vídeos:**

Permiso para que otras personas se descarguen los vídeos de tu cuenta.

Menú **«Privacidad y seguridad»** → **«Permite la descarga de tus vídeos»** → (**«Nadie»** o **«Amigos»**)

Para usuarios en edades comprendidas de los 13 a los 15 años, además de tener cuentas privadas de forma automática, las opciones de descargas de vídeos estarán desactivadas para todos, sin posibilidad de modificación.

- **Definir quién puede enviarte mensajes directos:**

Permiso para que otras personas envíen un mensaje de forma privada y directa a esta cuenta.

Menú **«Privacidad y seguridad»** → **«Quién puede enviarte mensajes directos»** → **(«Nadie» o «Amigos»)**.

Los titulares de cuentas que sean menores de 16 años no pueden utilizar la mensajería directa.

- **Definir quién puede ver los vídeos que te gustan.**

Permiso para que otras personas vean los vídeos que se han marcado con “me gusta” desde esta cuenta.

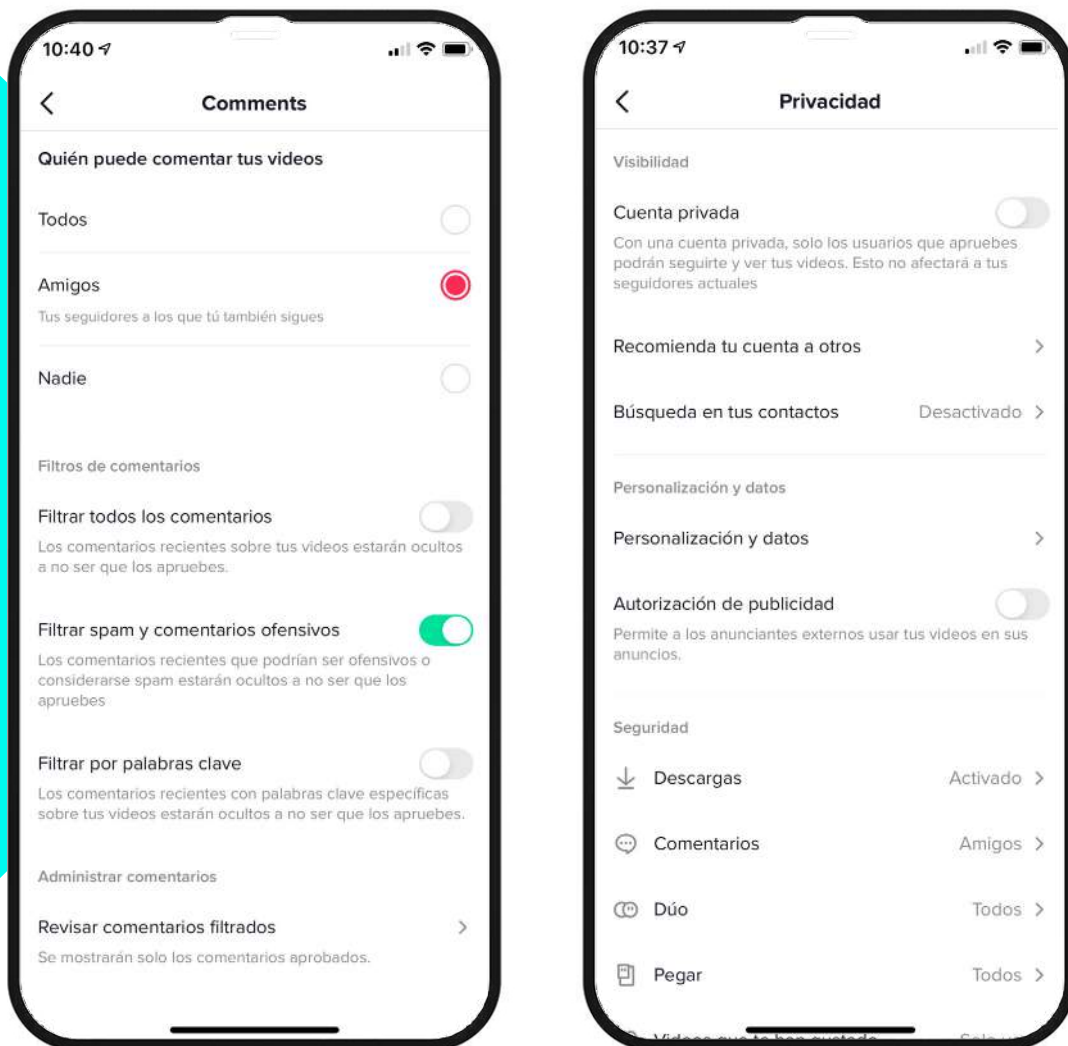
Menú **«Privacidad y seguridad»** → **«Quién puede ver los vídeos que te gustan»** → **(«Solo yo» o «Seguidores/Amigos»)** para usuarios con cuentas privadas o bien **«Solo yo»** o **«Cualquiera»** para usuarios con cuentas abiertas/públicas.



- **Filtrar los comentarios.**

Posibilita definir una lista de términos que provocarán que los comentarios que los incluyan permanezcan ocultos. Además, los usuarios pueden configurar de quién recibir comentarios. De nuevo, en función de la edad, de manera que los usuarios de entre 13 y 15 años podrán optar entre «Amigos» o «Nadie» y los usuarios mayores de 16 años entre «Cualquiera», «Amigos» o «Nadie».

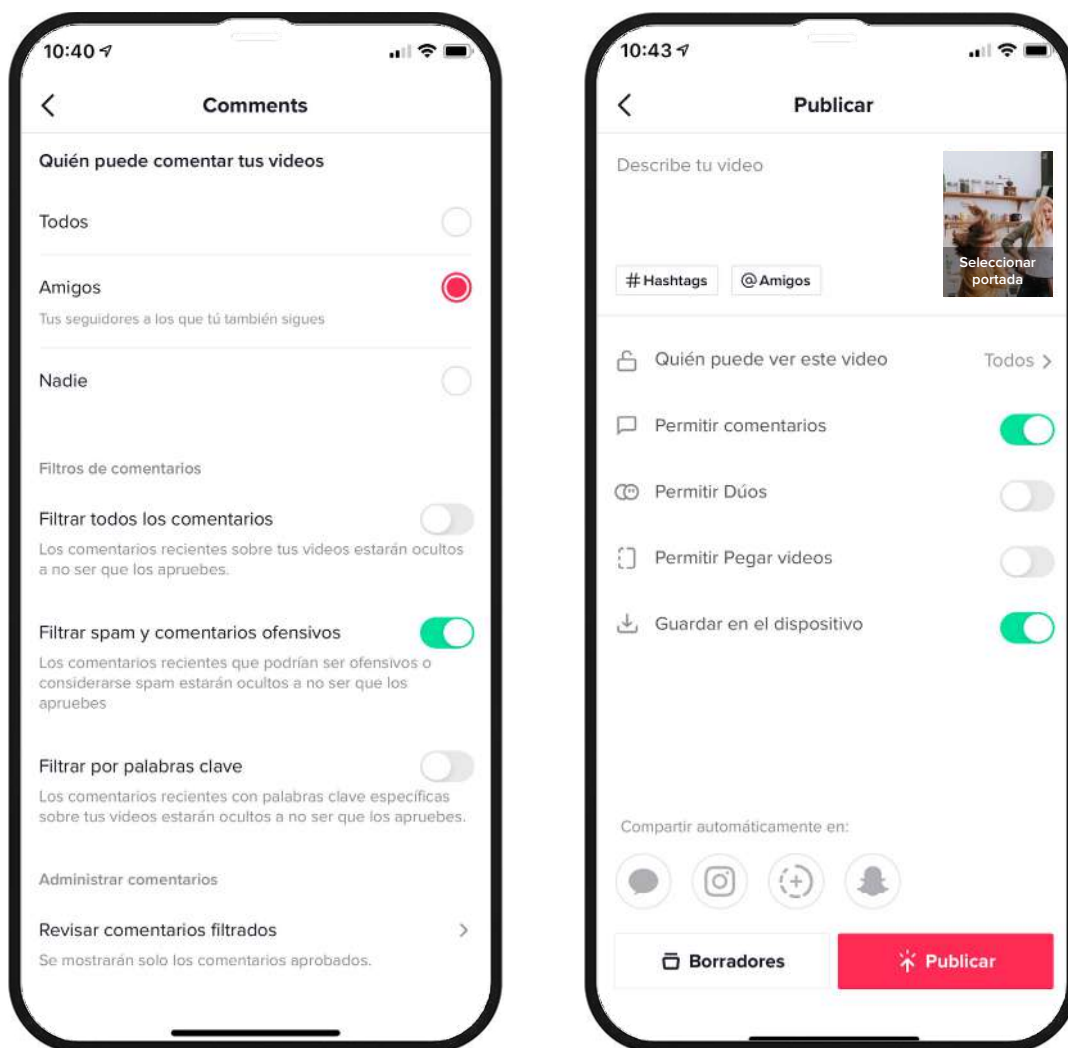
Menú «**Privacidad y seguridad**» → «**Filtros de comentarios**» → activa o desactiva la **publicación automática de comentarios**, activa el **filtro de spam o comentarios ofensivos**, **administra una lista con palabras clave**.



- **Definir quién puede ver cada vídeo:**

Se puede definir quién puede ver cada uno de tus vídeos de forma individual, tanto en el momento de publicarlo como una vez ya han sido publicados.

- **Todos:** todos los usuarios de TikTok.
- **Amigos:** quien te sigue y tú le sigues.
- **Privado:** visible solo para ti



De este modo es posible tener un perfil público y, al mismo tiempo, compartir cierto contenido con un público acotado.

- **Definir qué pueden hacer otras personas con cada vídeo:**  
Permite activar o desactivar por separado diversas opciones de interacción o compartición.
  - **Permitir comentarios**
  - **Permitir Dúos**, son vídeos que comparten pantalla simultáneamente con otro vídeo de otro usuario.
  - **Permitir Pegar vídeos**, supone poder cambiar el final de un vídeo subido por otro usuario añadiendo una parte propia.

La configuración predeterminada para: **Dúo, Pegar y Descarga** de vídeos está **desactivada** y no se puede cambiar para **usuarios de 13 a 15 años**.

## 8. Opciones de bloqueo y denuncia.

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.

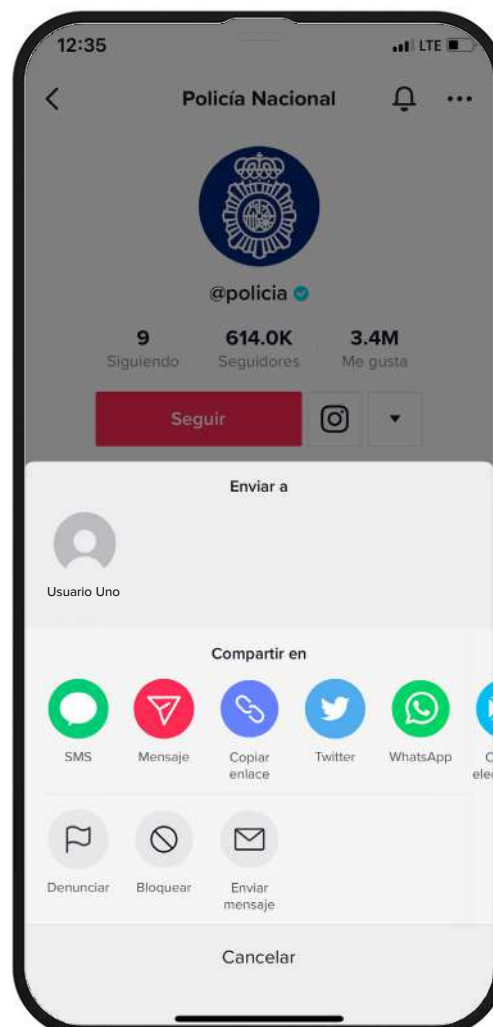
### Bloquear una cuenta

Los usuarios que tengan cuentas privadas pueden eliminar de sus seguidores a otros usuarios. Si se desea que alguien no tenga ninguna posibilidad de contacto ni de interacción con los contenidos de tu cuenta existe la posibilidad de bloquearlo.

Si además consideras que un usuario te intimida o acosa, y que su conducta puede estar incumpliendo las **Normas de la Comunidad de TikTok**, puedes además denunciar su comportamiento.

Pasos para Bloquear una cuenta o un usuario

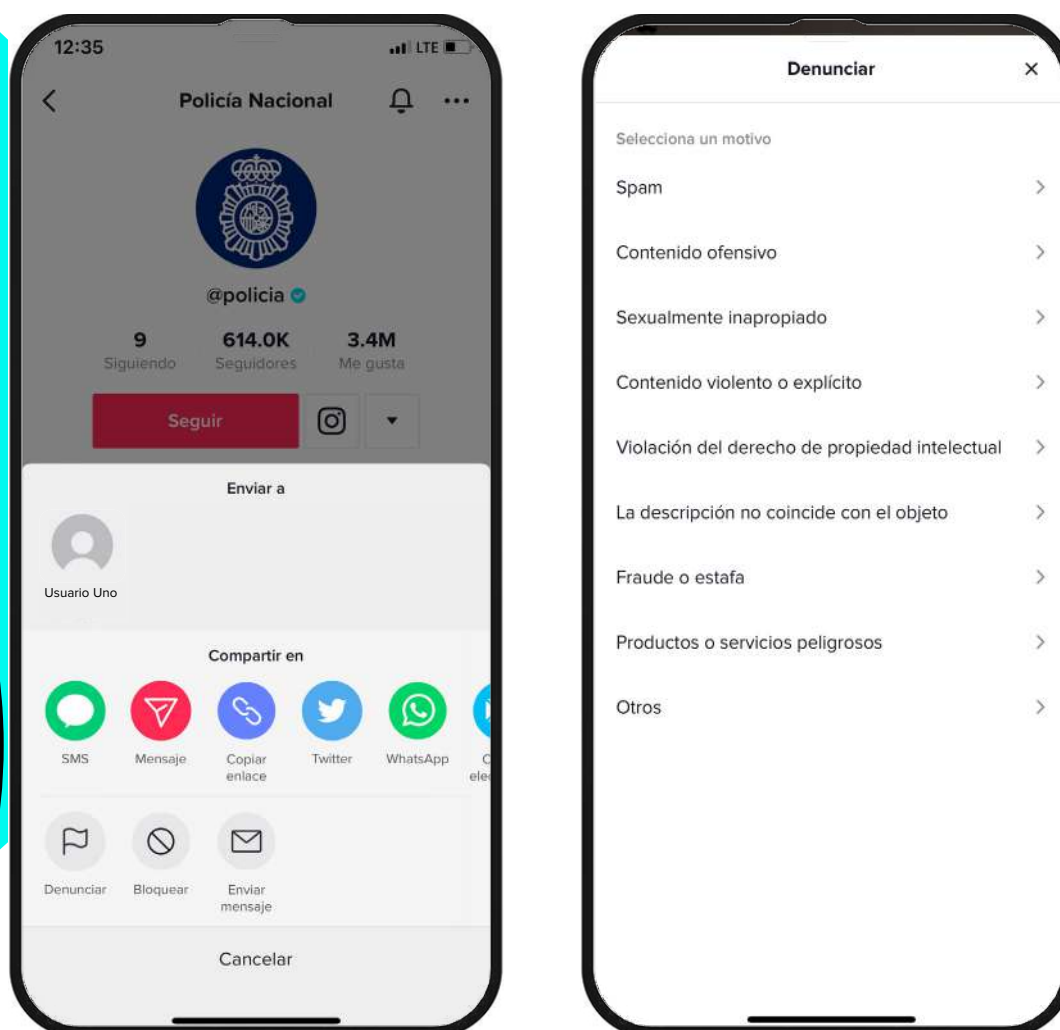
1. Ir al perfil del usuario que se quiere bloquear.
2. Tocar en [...], en la esquina superior derecha.
3. Tocar en «**Bloquear**» y confirmar.



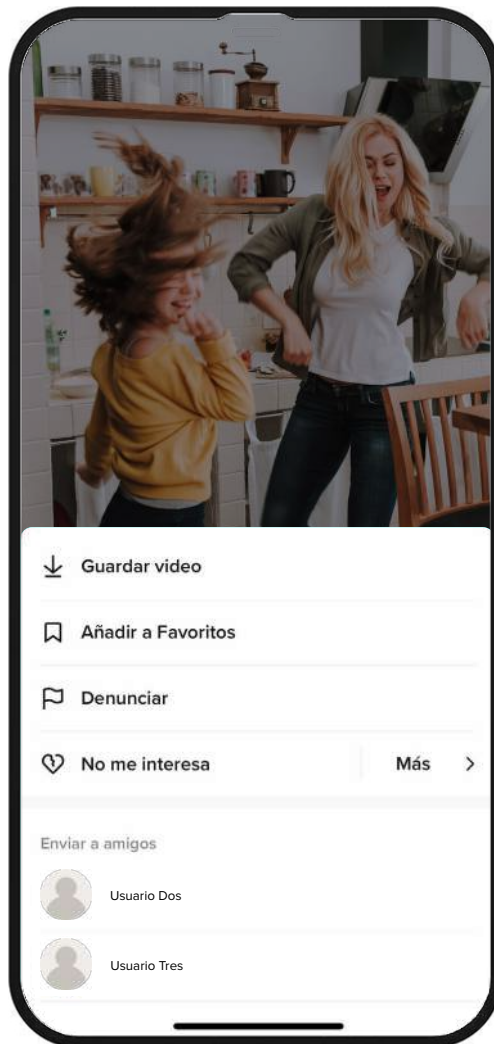
Para desbloquear al usuario se debe tocar en «**Desbloquear**», lo que también se puede conseguir desde los ajustes de la propia cuenta: tocar en «**Privacidad y seguridad**» → «**Cuentas bloqueadas**» → «**Desbloquear**».

## 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**, una **cuenta** o un **mensaje directo** o **comentario** recibido.



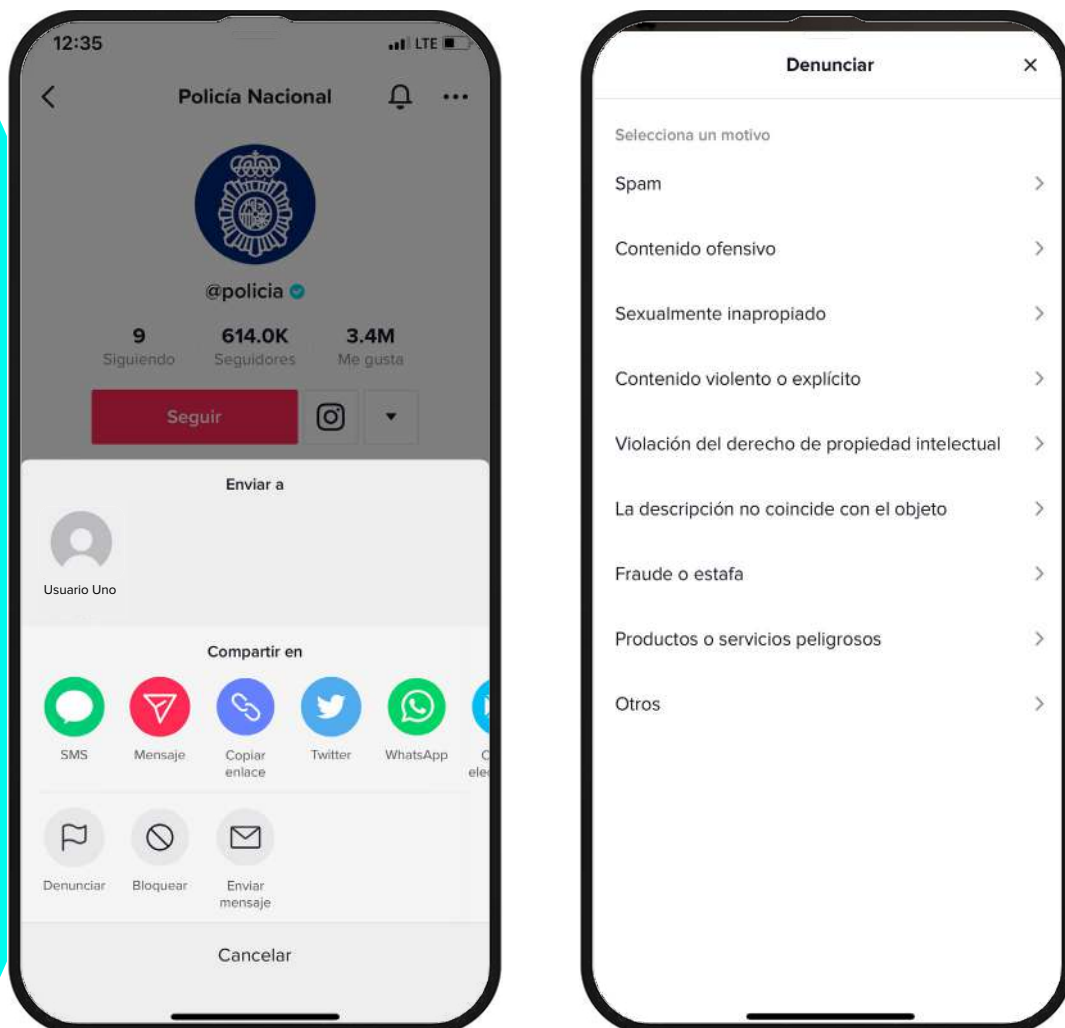
Para denunciar un vídeo basta con mantener pulsada la pantalla sobre el vídeo y seleccionar «**Denunciar**» y por último seleccionar el motivo de la lista.



## 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 los tres puntos, eligiendo luego **«Denunciar Cuenta»** para, por último, seleccionar el motivo de denuncia entre los presentados en una lista.



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.



## 9. ¿Cómo dar de baja una cuenta de TikTok?

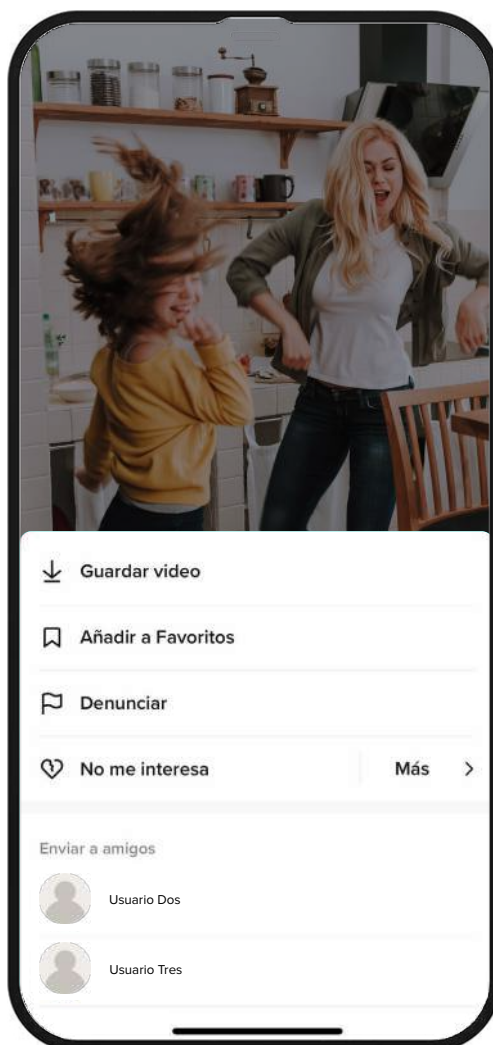
Si se desea dar de baja una cuenta de TikTok los pasos son los siguientes:

1. Pulsar el icono **Yo**.
2. Pulsar el icono [...], en la esquina superior derecha.
3. Pulsar **Administrar cuenta** → **Eliminar cuenta**.
4. Solicitar el código de verificación por SMS.
5. Una vez recibido el SMS pegar el código recibido y pulsa en Continuar.

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».

Para obtener más detalles sobre la eliminación de la cuenta y cómo TikTok trata los datos dispones de este [enlace](#).



# 10. Contenidos prohibidos en TikTok

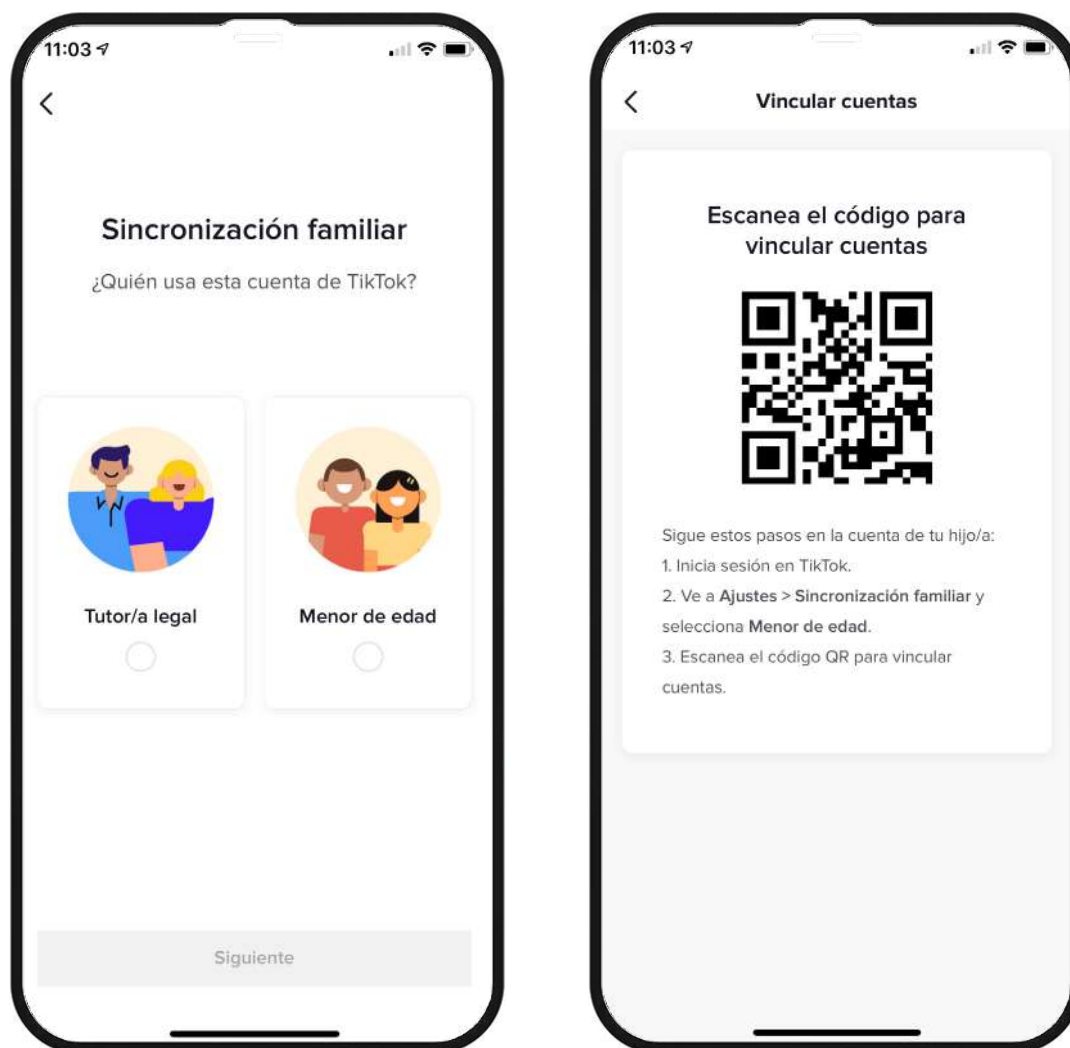
Las **Normas de la Comunidad**, que deben ser aceptadas por los usuarios de TikTok para poder tener un perfil y publicar contenidos señalan, entre otros, qué contenidos no están permitidos en la aplicación, entre los que se encuentran las siguientes categorías:

- Personas y organizaciones peligrosas
- Actividades ilegales y bienes regulados
- Contenidos gráficos y violentos
- Suicidio, autolesiones y actos peligrosos
- Incitación al odio
- Intimidación y acoso
- Desnudo de adultos y actividades sexuales
- Contrarios a la seguridad de los menores
- Carentes de Integridad y autenticidad
- Amenazas para la seguridad de la plataforma

Se puede consultar la lista completa en este [enlace](#).

# 11. Modo de Sincronización Familiar

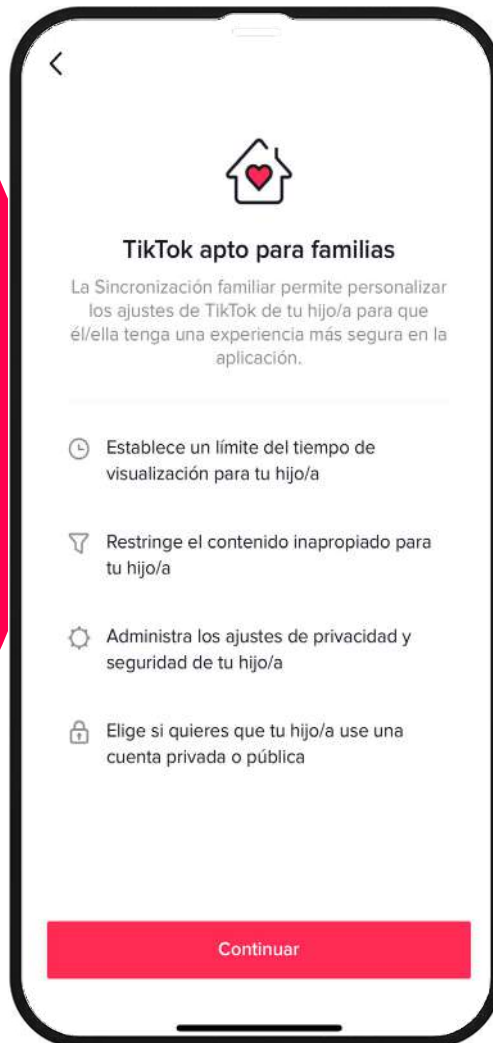
TikTok dispone de un 'Modo de Sincronización Familiar' que permite, una vez que las cuentas de adultos y niños estén vinculadas, realizar todos los cambios y configuraciones de manera remota sobre la cuenta del menor implicado.



## 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:

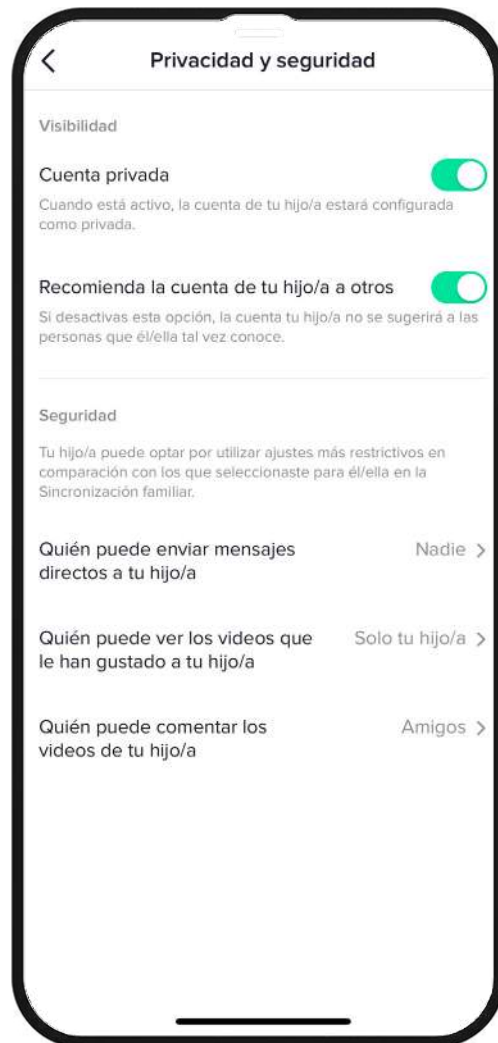
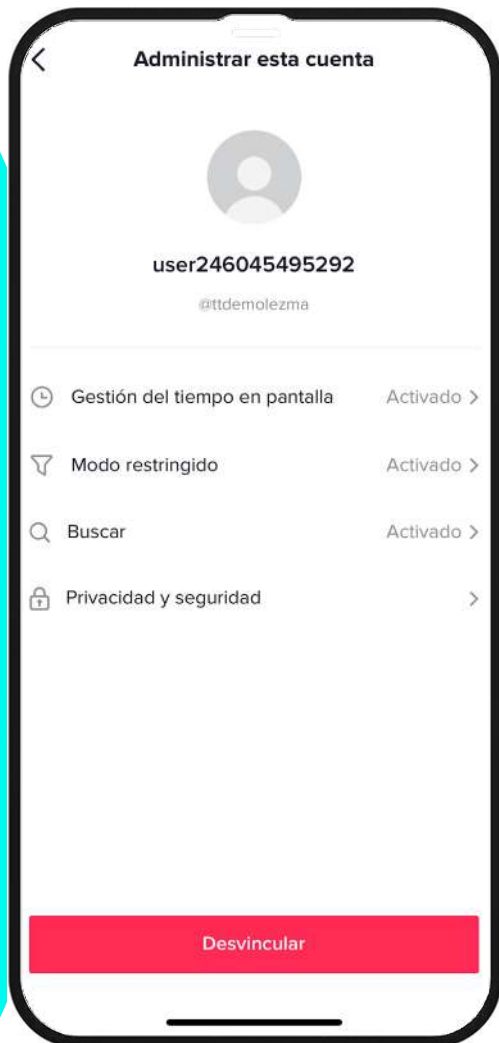
1. Desde la cuenta activa y registrada en TikTok de la persona adulta, abrir la aplicación en ambos dispositivos.
2. En el perfil adulto se selecciona 'YO' en la parte inferior, para después acceder a las opciones de configuración, que están en los tres puntos en la esquina superior derecha.
3. Pulsa la opción de "Sincronización Familiar".
4. Selecciona, de acuerdo al caso, cuál es el teléfono del adulto y cuál es el del menor.
5. Escanea el código QR que aparece en la pantalla del adulto usando el teléfono del menor.



## Opciones de Sincronización Familiar

Las opciones que incluye son:

- **Gestión del tiempo de pantalla:** permitirá controlar el tiempo diario que se invierte en la aplicación: 40, 60, 90 o 120 minutos. (Si el menor tiene varias cuentas el tiempo de uso también limitará sus otras cuentas).
- **Modo restringido:** limita qué tipo de contenido puede aparecer en la cuenta.
- **Buscar:** activa o desactiva la opción de búsqueda dentro de la aplicación.
- **Mensajes directos:** los usuarios menores de 16 años no podrán enviar ni recibir mensajes directos dentro de la aplicación en previsión de cualquier tipo de acoso o contacto no deseable.
- **Recomendación la cuenta de tu hijo a otros**
- **¿Quién puede enviar mensajes directos a tu hijo?**
- **¿Quién puede ver los vídeos que le han gustado a tu hijo?**
- **¿Quién puede comentar los vídeos de tu hijo?**



**Los padres también tendrán la posibilidad de gestionar desde su teléfono estas otras funcionalidades, decidiendo:**

- Si sus hijos pueden buscar contenido, usuarios, etiquetas o sonidos.
- ¿Quién puede comentar los vídeos? (si todo el mundo, amigos o nadie).
- El tipo de cuenta de sus hijos (Pública o Privada).
- Permitir recomendar la cuenta de tu hijo a otros usuarios de TikTok.
- Si la lista de vídeos marcados con un me gusta es visible o no.

# 12. Utilizaciones diversas de TikTok

TikTok es el principal destino para vídeos móviles de formato corto y su misión es inspirar la creatividad y generar momentos de alegría para enriquecer la vida de la gente, ofreciéndoles un espacio para la expresión creativa y una experiencia genuina, alegre y positiva. Ha evolucionado como un recurso para la educación, el aprendizaje, la divulgación y la sensibilización. Estas son algunas cuentas que muestran la versatilidad de TikTok.<sup>1</sup>

## Instituciones:

- World Health Organization [@who](#)
- UN Women [@unwomen](#)
- Ministerio de Sanidad [@sanidadgob](#)
- Ministerio de Cultura y Deporte [@culturagob](#)

## Fuerzas y Cuerpos de Seguridad del Estado:

- Guardia Civil [@guardiacivil](#)
- Policía Nacional [@policia](#)

## Educación y desinformación:

- Museo del Prado [@museodelprado](#)
- Maldito Bulo [@malditobulo](#)
- Newtral [@newtraltiktok](#)

<sup>1</sup> TikTok no tiene ninguna afiliación con las cuentas enumeradas y éstas se muestran sólo a modo de ejemplo y no de aprobación

# 13. Recursos de seguridad y bienestar

A continuación, figuran un listado de enlaces que dirigen a páginas con información útil que TikTok pone a su disposición, que también están disponibles en el centro de seguridad de la aplicación.

- El perfil de TikTok Tips (en inglés): [@tiktoktips](#)
- Vídeos de seguridad de TikTok España [@tiktok\\_es](#)

Sincronización Familiar

- Para conocer mejor TikTok

Guía de inicio

Ajustes de la cuenta y privacidad

Seguridad

Normas de la Comunidad

Centro de Seguridad

Centro de Seguridad para Padres

- Para pedir ayuda o soporte

Bloquear usuario

Denunciar un problema

Problemas al iniciar la cuenta

Problemas de la cuenta intervenida



**Pantallas Amigas**

---



**TikTok**