Plataforma / Red Social	Edad Mínima en la App (Global / COPPA)	Edad Legal Efectiva en España (Sin Permiso Paterno)	Edad Recomendada por Consenso de Expertos	Factores de Riesgo Específicos Identificados
Instagram	13 años	14 años	15 – 16 años	Presión por la imagen corporal, comparación social, contacto con desconocidos en mensajes privados y algoritmia adictiva.
TikTok	13 años	14 años	15 – 16 años (Idealmente 16)	Consumo intensivo de vídeos cortos, scroll infinito, emisión en directo restringida a 18 años y herramientas de mensajería bloqueadas hasta los 16.
Snapchat	13 años	14 años	15 – 16 años	Mensajería efímera, falsa percepción de anonimato/desaparición de contenido y presión psicosocial.
X (Twitter)	13 años	14 años	16 años	Acceso a contenidos abiertamente violentos o sensibles, moderación limitada, discursos de odio y desinformación.
Facebook	13 años	14 años	15 – 16 años	Mismo marco normativo Meta que Instagram; uso residual en menores españoles en comparación con otras plataformas.
YouTube	13 años (Cuenta propia)	14 años (Cuenta propia)	13 – 14 años (Supervisado) / 16 años (Autónomo)	Cuentas autónomas a partir de 14 años; recomendación de usar YouTube Kids o perfiles supervisados (Google Family Link) en etapas previas.
WhatsApp	13 años (UE desde 2024)	14 años	14 – 16 años (Con normas claras)	Presión de respuesta inmediata, circulación ilimitada de fotografías y riesgos derivados de la inclusión en grandes grupos.
Discord	13 años	14 años	15 – 16 años (Con supervisión)	Servidores de chat privado, canales de voz con desconocidos y necesidad de bloquear canales de contenido adulto (+18 / NSFW).
Twitch	13 años (Supervisión 13-17)	14 años	15 – 16 años	Emisiones en directo, interacción en chats masivos sin filtro previo e incentivos a la monetización/donaciones.
Telegram	16 años (Términos UE) / 18 años	14 años (Datos) / 18 años (Términos)	16 – 18 años	Anonimato elevado, canales públicos sin moderación efectiva de edad y difusión libre de contenidos explícitos o ilegales.
Reddit	13 años (18 NSFW)	14 años	16 – 18 años	Comunidades abiertas sin restricción previa, temáticas complejas y secciones de contenido adulto (+18).
LinkedIn	16 años	16 años	16 – 18 años (Ámbito académico/laboral)	Entorno profesionalizado; escaso atractivo e inadecuación por temática para menores en edad escolar.