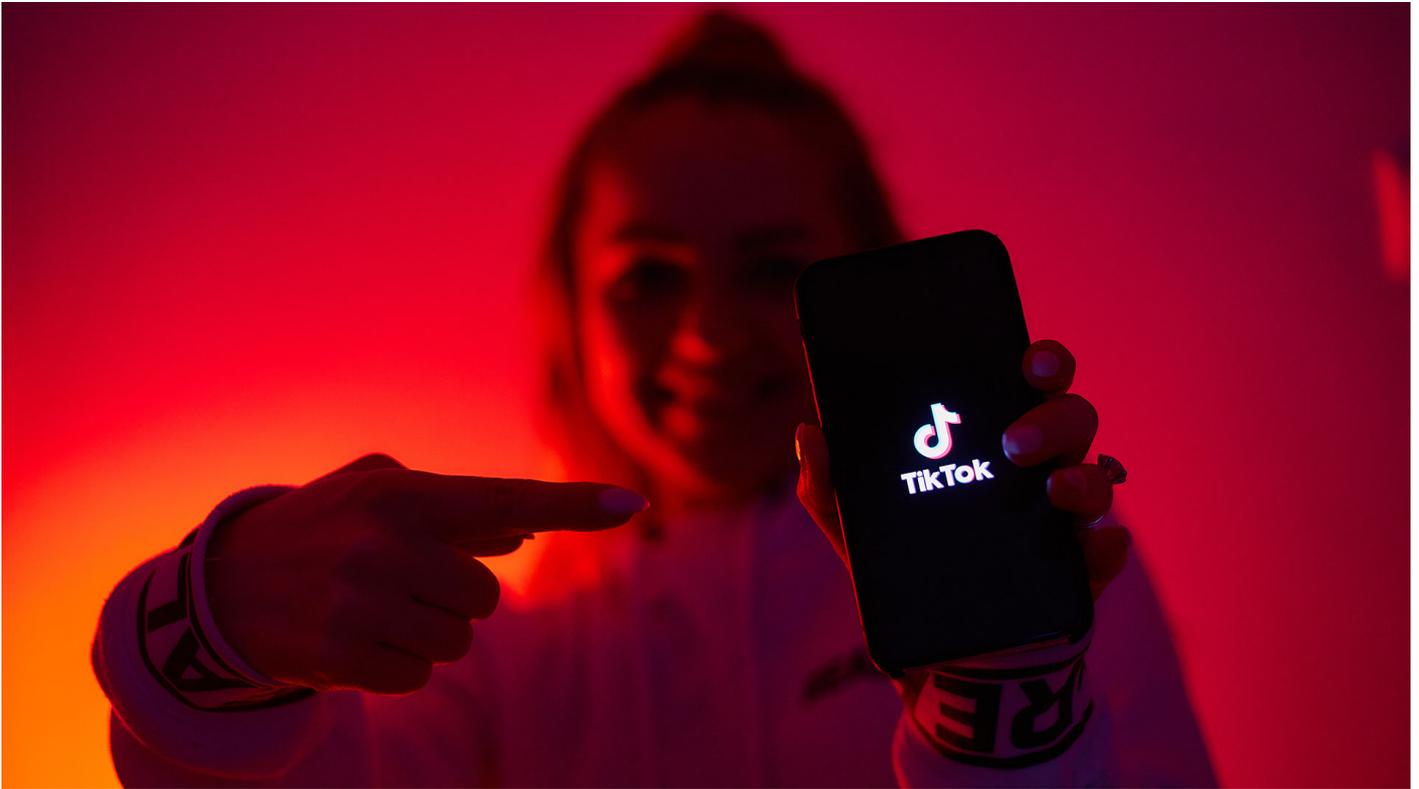


¿Por qué es tan adictivo TikTok y cómo nos lee su algoritmo?



Sin importar tu lugar de residencia, ocupación o pasatiempos, **TikTok** es una **red social** que promete **enganchar** con sus **usuarios** incluso por **horas** de manera **individualizada**.

Esto, lo parece haber **asegurado** el **algoritmo** de dicha **aplicación**, un complejo **sistema** diseñado para servir a sus **usuarios** contenidos basados en lo que considera que es de **alto interés** para estos.

De este modo, el **algoritmo** altamente **personalizable** de **TikTok** que alimenta el **feed** de nuestra **For You Page** es lo que hace que la **aplicación** sea no solamente **entretenida** sino que sea particularmente **adictiva**.

"El **algoritmo** de **TikTok** es mucho más **agresivo** que el de otras **plataformas**, ves un **video** y luego luego ya **caes** en una **categoría**", reflexiona Carlos Solares, **Líder de Marketing Digital** del **Tec de Monterrey**.

"Nos encierran en una burbuja y sólo nos muestran lo que queremos ver, esto sesga nuestras opiniones desde un inicio y nos aísla del mundo real", afirma David Guerra, **Líder Nacional de Salud Emocional** de la **Universidad Tecmilenio**.

Con ayuda de los expertos **Tec** en **Psicología** y **Marketing**, [CONECTA](#) te ayuda a entender cómo este **algoritmo** logra identificar **quién eres** y qué **tipo de contenido** vas a **consumir** dependiendo de cómo **interactúas** con la **app**, y te **enseña** qué podemos hacer para **protegernos** de él.

Así funciona el algoritmo que te hace adicto a TikTok

The Wall Street Journal investigó más de 100 cuentas para entender cómo funciona el algoritmo de esta red, la cual es considerada un ejemplo para medios sociales.

2. INTENTA SABER CÓMO ERES Y QUÉ TE GUSTA

-  ¿Eres deportista, religioso?
-  ¿Te gustan los bailes con coreografía?
-  ¿Te sientes deprimido, feliz?

3. LA APP DETECTA TODO LO QUE HACES

- Si lo compartes 
- El tiempo que ves cada video 
- Si pausas
- Si le das like 

OBJETIVO

La app busca que te quedes más tiempo consumiendo el contenido.

RIESGO

Este mecanismo puede reforzar el consumo de contenido negativo en algunas personas, por lo que TikTok informó que trabaja para diversificar sus recomendaciones.

1.

Al iniciar, el algoritmo libera una batería de videos populares.

Se basa en tus datos de registro y otros de tipo demográfico.

4.

En poco tiempo (menos de una hora a veces) te clasifica en un perfil y empieza a enviar una mayoría de videos (hasta más del 90% en ocasiones) de los intereses que detectó.

FUENTE:
CARLOS SOLARES
LIDER DE
MARKETING
DIGITAL DEL TEC

conectatecmx


width="748" loading="lazy">

¿Qué es el algoritmo de TikTok?

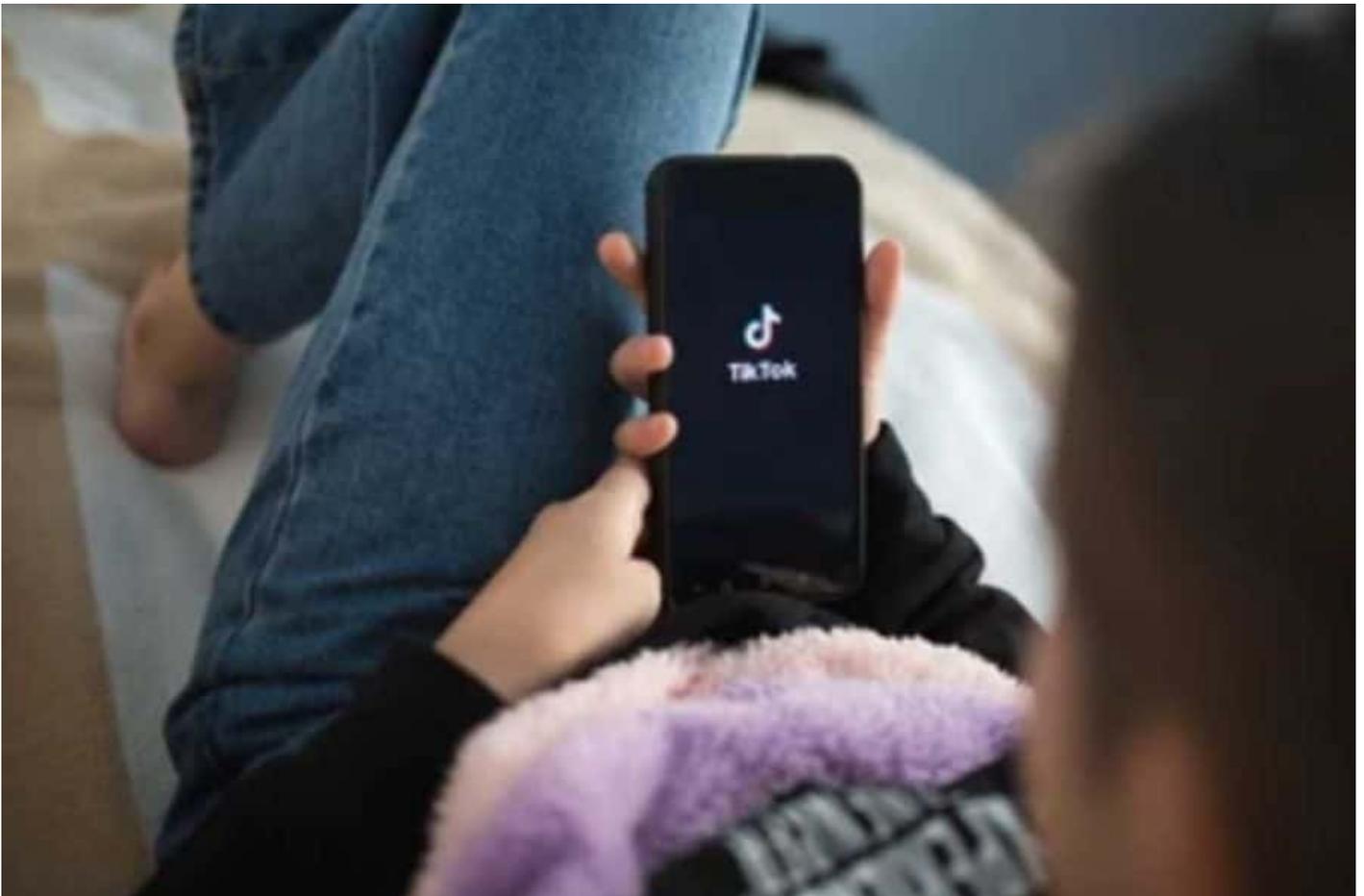
El **algoritmo** de **TikTok** es en términos simples un **sistema de recomendación** que determina los **vídeos** que **aparecerán** en la **página principal** o “*For You Page*” del **usuario** cuando este abra la **aplicación**.

De acuerdo con el **WSJ**, el **algoritmo** busca que no haya **dos usuarios** que vean **exactamente** los **mismos vídeos** en su **página central** debido a que este cuenta con una función de **aprendizaje inteligente**.

Gracias a esta, los **vídeos** que ves pueden **cambiar** con el **tiempo** en **función** de tus **preferencias** de **visualización** e incluso de tu **estado de ánimo** en el momento.

“Este tipo de **algoritmos** son tan **nobles** o **agresivos** según el **uso** que les **demos**, por eso hay que ser **muy conscientes** de los **datos** que le **alimentamos**”, aconseja David Guerra.

“Lo fascinante es la **variedad** que hay dentro de la **plataforma**, porque si te vas por contenidos **educativos** puedes llegar a ver cosas muy **interesantes** de **lenguaje, cocina, viaje**, etc.”, explica Solano.



width="626" loading="lazy">

Así funciona el algoritmo que te hace adicto a TikTok

The **Wall Street Journal** investigó con más de **100 cuentas** para entender cómo funciona el **algoritmo** de esta **red**, misma que ya se está considerando como un **ejemplo a seguir** para las

distintas **aplicaciones** con las que **interactuamos**.

“La **plataforma** genera un **nivel de adicción** y de **dopamina** que ni **Facebook**, ni **Twitter** ni **Instagram** lograron en su momento”, explica Carlos.

Para llegar a este punto, **inicialmente** el **algoritmo** libera una batería de **videos populares** basándose en tus **datos de registro**, así como en tu **tipo demográfico**.

Conforme **interactúas** con la **plataforma** a partir de tus **shares**, el **tiempo** que **ves cada video**, **pausas** y **likes**, el **algoritmo** intentará saber **cómo eres** y **qué te gusta**.

En **poco tiempo**, hasta **menos de una hora** en ciertos casos, la **aplicación** te habrá **clasificado** en un **perfil** y empezará a enviar una **mayoría de videos** (hasta el 90% en ocasiones) de los **intereses** que **detectó**.

Esto finalmente facilitará tu **engagement** con la **app**, consumiendo el **contenido** que fue seleccionado “**sólo para ti**” y haciendo **más probable** que caigas en un **hoyo de información** o “*rabbit hole*”.

"Eventualmente llegas a un punto en el que el **algoritmo** sólo te muestra **contenido** de personas que están **opinando exactamente lo mismo** que tú, algo que es **bastante peligroso** en manos de **niños** y **jóvenes** que apenas están **desarrollando** sus **propios criterios**", reflexiona Guerra.

Estos son los riesgos del algoritmo de TikTok en los jóvenes

Si bien una **interfaz** que ayuda a realizar una **selección** aparentemente **meticulosa** de **contenido** a partir de los **gustos** de sus **usuarios** ha sido un **diferenciador** importante para **TikTok**, este también ha sido un foco de **controversia**.

El mayor **riesgo** de este **mecanismo** es la forma en la que el mismo puede **reforzar** el **consumo negativo** en algunas **personas**, un punto que la misma **compañía** informó que se encuentra trabajando por **mejorar**, ya que su **algoritmo** no **discrimina** o **filtra** los **tipos de contenido**,

Asimismo, se considera que dado que los jóvenes todavía se encuentran en un grado de desarrollo cerebral, su centro de gratificación se puede acostumbrar a estar constantemente sobreestimulado.

“Las **variables** de **consumo** que establece **TikTok** son de **involucramiento bajo**, esto ayuda a que tu **sistema de gratificación** se alimente **constantemente** con una **sobrecarga** de **endorfinas** y de **dopamina** nunca antes visto”, comenta Solano.

Además de hacer que los tiempos “**muerdos**” sin la **plataforma** se sientan similar a un **síndrome de abstinencia**, Guerra advierte que existe una **alta posibilidad** que **conductas dañinas** como **trastornos alimenticios** o **pensamientos suicidas** sean **reforzados** al punto de generar una **adicción** a los mismos.

"El **mayor riesgo** es que el **algoritmo** afecta nuestro **sistema de gratificación** y empezamos a **sustituir** otras **actividades** de nuestra **vida diaria** porque nuestro **cerebro** recibe **más estímulo** de la **app** sin tener que realizar **mucho esfuerzo**", aclara.

"Dado que los jóvenes todavía se encuentran en un grado de desarrollo cerebral, su centro de gratificación se puede acostumbrar a estar constantemente sobreestimulado".



width="686" loading="lazy">

¿Cómo puedo salir de una adicción así?

Independientemente de tu **edad**, el algoritmo puede **lograr** que cualquiera de sus **usuarios** incremente de manera **exponencial** su **tiempo** en la **app** cuando cae en un “*rabbit hole*” de **información**, sobre todo cuando se trata de uno **negativo**.

De acuerdo con Guerra, uno de los puntos más **importantes** que podemos hacer para **recuperarnos** después de uno de estos **episodios** es **limitar** el **tiempo** que estamos en la **aplicación**.

“Puedes intentar **ganarle** al **algoritmo**, volver a los **videos generales** por un rato, pero este te **conoce** y puede **regresarte** a donde estabas **rápidamente**, por eso es mejor simplemente **desconectarse**”, reflexiona David.

El **Líder Nacional de Salud Emocional de Tec Milenio** también recalca la **importancia** de **investigar** en otras **plataformas** la **información** que obtengamos de **TikTok**, salir a buscar **interacciones** con quienes nos **rodean** y estar abiertos al **diálogo**.

Además, Carlos enfatiza que debemos ser **cuidadosos** con el tipo de **contenido** que **compartimos**, sobre todo considerando la **facilidad** en la que este puede ser **difundido** no sólo en la **app** sino en otras **plataformas**.

“Como **usuarios** tenemos una gran **responsabilidad** ante este **fenómeno social**, sobre todo de cómo **interactuamos** con el **contenido** que se nos **presenta** y la forma en la que lo **compartimos**”, añade Solano.

SEGURO TE INTERESARÁ LEER: