

Seguridad en X (Twitter)

Protege tu cuenta en la red donde más rápido corre el odio

X es una de las plataformas donde los ataques en grupo contra personas LGTBIQ+ se organizan con más rapidez. Una cuenta sin proteger es fácil de robar, y un perfil abierto es fácil de señalar. Estos ajustes reducen mucho tu exposición.

¿Dónde están los ajustes? Tu foto (arriba a la izquierda) → Configuración y privacidad. Los nombres pueden variar un poco según la versión de la app o del móvil.

9 medidas, paso a paso

1

Activa la autenticación en dos fases

Ruta: Configuración y privacidad → Seguridad y acceso a la cuenta → Seguridad → Autenticación en dos fases.

Elige «App de autenticación» o «Llave de seguridad». El SMS solo está disponible para cuentas de pago, así que no dependas de él.

2

Guarda el código de respaldo

Ruta: En la misma pantalla de Autenticación en dos fases → Código de respaldo.

Anótalo en papel y guárdalo en casa. Te salva si pierdes el móvil.

3

Revisa sesiones y aplicaciones conectadas

Ruta: Seguridad y acceso a la cuenta → Aplicaciones y sesiones.

Cierra las sesiones que no reconozcas y quita el acceso a apps que ya no uses.

4

Protege tus posts

Ruta: Configuración y privacidad → Privacidad y seguridad → Audiencia y etiquetado → activa «Proteger tus posts».

Solo tus seguidores aprobados verán lo que publicas.

5

Que no te encuentren por tu correo o teléfono

Ruta: Privacidad y seguridad → Visibilidad de búsqueda y contactos → desactiva ambas opciones.

Evita que alguien que tiene tu número llegue a tu perfil.

6

Controla quién te escribe

Ruta: Privacidad y seguridad → Mensajes directos → «Nadie» o «Usuarios verificados» según prefieras.

Activa también el filtro de mensajes de baja calidad.

7 Silencia palabras y notificaciones

Ruta: Privacidad y seguridad → Silenciar y bloquear → Palabras silenciadas.

Añade insultos, tu deadname o términos de una campaña de acoso. En «Notificaciones silenciadas» oculta las de cuentas nuevas o sin foto.

8 Quita la ubicación de tus posts

Ruta: Privacidad y seguridad → Ubicación → desactiva añadir información de ubicación.

Y no publiques fotos con la ventana de casa de fondo.

9 Limita las respuestas en temas delicados

Ruta: Al publicar, toca «Todos pueden responder» y cámbialo a «Cuentas que sigues» o «Solo cuentas que mencionas».

Útil cuando hablas de tu identidad, de política o de algo que sabes que atraerá ataques.

Señales de alarma

- Recibes de golpe muchas menciones de cuentas desconocidas: es probable que te hayan señalado. Protege tus posts de inmediato y guarda capturas.
- Un mensaje de «soporte de X» que te pide tu contraseña o un código. X nunca lo hace.

¿Te está pasando algo de esto?

No estás sole y no es culpa tuya. En la Asociación Rainbow E Safe acompañamos a personas LGTBIQ+ que sufren violencia digital: te ayudamos a recoger pruebas, a recuperar tus cuentas y a valorar si denunciar.

presidente@rainbowesafe.com · rainbowesafe.com · @rainbowesafe

Si estás en peligro, llama al **112**. Si la violencia viene de tu pareja o expareja: **016** (gratuito, 24 h, no deja rastro en la factura). Antes de borrar nada, haz capturas: son tu prueba.